

31921  
168



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO**

**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES  
IZTACALA**

**"DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA  
EMOCIONAL EN NIÑOS"**

**T E S I S I N A**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

**LICENCIADO EN PSICOLOGIA**

**P R E S E N T A :**

**REMEDIOS SANTIAGO DOMINGO**

COMISION DICTAMINADORA:

MTRA. MARIA ANTONIETA DORANTES GOMEZ

LIC. JUANA AVILA AGUILAR

MTRA. MARGARITA MARTINEZ RIVERA



**IZTACALA**

**TLALNEPANTLA, ESTADO DE MÉXICO,**

**2003**

**TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN**



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

**AGRADECIMIENTOS**

- ❖ **A MI FAMILIA QUE ME AMA INCONDICIONALMENTE Y CON LOS QUE HE COMPARTIDO MIS EMOCIONES, SUEÑOS, ANHELOS Y DESILUSIONES.**
  
- ❖ **A MIS AMIGOS POR SU COMPRESION, CARIÑO Y AMISTAD.**
  
- ❖ **A LA MAESTRA TOÑITA QUE HA SIDO UNA VALIOSA GUIA EN MI DESARROLLO PROFESIONAL Y PERSONAL.**
  
- ❖ **A KATIA POR SU VALIOSA ESCUCHA Y APOYO PROFESIONAL Y PERSONAL.**
  
- ❖ **A MIS ALUMNOS CON LOS QUE HE APRENDIDO A DESARROLLAR MI INTELIGENCIA EMOCIONAL.**

TESTS CON  
FALLA DE ORIGEN

*Quiero me oigas sin juzgarme  
 Que opines sin aconsejarme  
 Quiero que confies en mí sin exigirme  
 Quiero que me cuides sin anularme  
 Quiero que me mires sin proyectar tus cosas en mí  
 Quiero que me abracés sin asfixiarme  
 Quiero que me animes sin empujarme  
 Quiero que me sostengas sin hacerte cargo de mí  
 Quiero que te acerques sin invadirme  
 Quiero que conozcas las cosas mías que más te disgusten  
 Que las aceptes y no pretendas cambiarlas  
 Quiero que sepas...que hoy puedes contar conmigo...  
 Sin condiciones.*

*Jorge Bucay (1989)*

*Esos días que parecen vacíos  
 y perdidos por el universo  
 tienen raíces ávidas  
 que atraviesan los desiertos.*

*Paul Valery*

**TESIS CON  
 FALLA DE ORIGEN**

*Todo lo que de los demás, nos irrita puede contribuir a que  
 nos comprendamos mejor a nosotros mismos.*

*Carl G. Jung.*

4

## RESUMEN

La presente investigación bibliográfica centra su estudio en el concepto de inteligencia Emocional y los aspectos emocionales fundamentales que pueden ser aprendidos y mejorados por los niños.

La inteligencia se ha atribuido clásicamente a las capacidades cognitivas como pensar, razonar, reflexionar, analizar, deducir, inferir, relacionadas con el pensamiento abstracto y académico. Sin embargo, en los últimos tiempos se han consolidado otras denominaciones más amplias de la inteligencia.

La investigación se basa en el trabajo de Daniel Goleman, quien realizó una revisión de la Inteligencia Emocional, así como las investigaciones realizadas en torno al desarrollo de ésta efectuados en los años noventa, por el psicólogo de Peter Salovey y su colega John Mayer, quienes además de dar el concepto de Inteligencia Emocional señalan las cualidades que abarca ésta, como son: la comprensión de las propias emociones, la capacidad de saber ponerse en el lugar de otras personas y la capacidad de conducir las emociones de forma que mejore la calidad de vida.

Para Goleman estas cualidades ó aspectos de la Inteligencia Emocional se pueden desarrollar en los niños para que obtengan un conocimiento y crecimiento personal, así como el desarrollo de sus habilidades intelectuales y sociales.

El presente trabajo está dirigido a los padres de familia, profesores, psicólogos y a todo aquel interesado en conocer ¿qué es la Inteligencia Emocional? ¿cuáles son los aspectos que se pueden desarrollar de ésta? y, ¿cómo ésta es tan importante o más que la Inteligencia racional?

La inteligencia emocional es una opción del desarrollo humano dirigida a conseguir el éxito personal en las distintas facetas de la vida.

El desarrollo de la inteligencia emocional permite a la persona responsabilizarse de sus emociones y la hace más independiente.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

**INDICE**

**INTRODUCCION.....7**

**CAPITULO 1 EL MUNDO DE LAS EMOCIONES.....11**

1.1 ¿Qué son las emociones? .....11

1.2 Mente emocional y Mente racional.....16

1.3 Anatomía de la mente emocional y la racional.....19

**CAPITULO 2 LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....23**

2.1 Cociente Intelectual y Cociente Emocional.....23

2.2 Concepto de Inteligencia Emocional.....24

2.3 Aspectos fundamentales de la Inteligencia Emocional.....26

**CAPITULO 3 PROBLEMAS ACTUALES QUE ENFRENTAN LOS NIÑOS ANTE SUS EMOCIONES.....28**

3.1 Problemas que enfrentan los niños ante sus emociones.....28

3.2 Problemas de aprendizaje y bajo rendimiento.....29

3.3 Agresividad y violencia.....30

3.4 Desconocimiento personal y baja autoestima.....33

3.5 Falta de creatividad.....38

**CAPITULO 4 FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS.....43**

4.1 La familia en la formación emocional.....43

4.2 La escuela en la formación emocional.....57

TESIS CON  
 FALLA DE ORIGEN

**CAPITULO 5 ASPECTOS QUE FAVORECEN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....63**

**5.1 Conocer las propias emociones.....63**

**5.2 Manejar las emociones.....65**

**5.3 Motivación y automotivación.....67**

**5.4 Reconocer emociones en los demás.....69**

**5.5 Manejar las relaciones.....73**

**5.6 Creatividad y autoestima.....79**

**CONCLUSIONES.....89**

**REFERENCIAS.....92**

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## INTRODUCCION

En todas las épocas, la filosofía, la medicina y la psicología no sólo han buscado explicaciones para el modo como funciona la razón, sino también para el origen y los efectos de las emociones.

Tradicionalmente, el estudio de las emociones quedaba reservado al ámbito filosófico. Hasta bien entrado el siglo XX no se comenzaron a estudiar científicamente las emociones. El conductismo en sus inicios, no tuvo en demasiada consideración las emociones porque era muy difícil definir unos patrones de observación totalmente objetivos y, en general, el discurso sobre las emociones quedaba relegado al ámbito de la sensación o la experiencia individual. El psicoanálisis de Freud no estudió de manera sistemática las emociones, que definía como afectos, y únicamente se dedicó a analizar en profundidad la ansiedad. Las teorías cognitivas, a partir de los años sesenta, fueron interesándose sistemáticamente por las emociones y sobre todo por los aspectos de evaluación y cognoscitivos que efectúa una persona en el proceso de reconocimiento de una emoción y para el que necesita utilizar su conocimiento y su experiencia. Este nuevo interés es paralelo a los descubrimientos de los años cuarenta y cincuenta sobre los procesos fisiológicos de las emociones. Especialmente la confirmación empírica de que la base estructural de las emociones es una parte del neocórtex, conectada a la amígdala y al hipocampo, que están relacionados con el tálamo y el hipotálamo. De esta manera se ha podido comprobar cómo la conducta emocional estaba ligada a la actividad global del córtex y de la racionalidad humana, y no era un aspecto más del sistema nervioso autónomo (Güell, 2000).

Durante la década de mediados de este siglo, la psicología académica estuvo dominada por los conductistas al estilo de Skinner, que opinaba que sólo la conducta observable objetivamente, desde el exterior, podía estudiarse con precisión científica. Los conductistas llevaron la vida interior, incluidas las emociones, a una zona prohibida para la ciencia.

Luego con la llegada a finales de los sesenta de la *revolución cognitiva*, el foco de la ciencia psicológica se centró en la forma en que la mente registra y almacena la información, y en la naturaleza de la inteligencia. Pero las emociones seguían siendo un terreno vedado. El saber convencional entre los científicos cognitivos afirmaba que la inteligencia implica un procesamiento de datos frío y riguroso.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



Los modelos predominantes entre los científicos cognitivos respecto a cómo la mente procesa información no han reconocido que la racionalidad está guiada – y a veces inundada – por el sentimiento.

Con el transcurso del tiempo, la investigación del cerebro ha demostrado de forma irrefutable que los procesos emocionales- al igual que los cognitivos- pueden explicarse por el funcionamiento combinado de hormonas y neuronas. Todo cuanto sentimos y pensamos es el resultado de complejos procesos de asociación e interacción de las células nerviosas del cerebro, que, a su vez, se comunican, mediante fibras nerviosas y hormonas, con el sistema inmunológico y las glándulas de secreción interna.

Entre aquellos que aportan algunas de las pruebas más contundentes acerca del funcionamiento combinado de la razón y las emociones, se encuentra el neurólogo estadounidense Antonio Damasio. Uno de los pacientes de Damasio, Elliot, era el prototipo del americano lleno de éxito; hasta que se le formó un tumor cerebral. El tumor, que era benigno, pudo ser extirpado pero no sin afectar a los lóbulos frontales del neocórtex.

Después de la operación, Elliot no era el mismo en muchos aspectos: ya no era capaz de distribuir su tiempo, se perdía en detalles secundarios intrascendentes, perdió un trabajo tras otro, se endeudó como consecuencia de aventuras financieras, su primer matrimonio y, poco después, el segundo fracasaron. En un test de inteligencia obtuvo un cociente intelectual superior a la media. Pero si la memoria, la inteligencia y el lenguaje estaban intactas ¿a qué debía atribuirse entonces el preocupante comportamiento social y la mermada capacidad de enjuiciamiento de Elliot?

Damasio se encontraba ante un enigma. La clave finalmente, se la dio la extraña indiferencia de Elliot ante su propia tragedia: saber sin sentir; así podría resumirse quizás la triste situación de Elliot. A causa de las heridas en el lóbulo frontal entre el cerebro pensante y el cerebro emocional, Elliot había sido literalmente separado de sus emociones. Realizando investigaciones con pacientes como Elliot a Damasio se le ocurrió contemplar la cuestión desde otro punto de vista: ¿no podía ser también la carencia de sentimientos causa a su vez de un comportamiento irracional? (Martín, 2000).

En los últimos años se han ido acumulando pruebas que demuestran que el hecho de sentir; pensar y decidir presuponen un trabajo conjunto del cerebro emocional y del racional.

CON  
FALLA DE ORIGEN

Los neurólogos han puesto fin con ello a los viejos dualismos seculares entre cuerpo y el alma, por un lado, y entre la razón y las emociones, por otro (Mártn, 2000).

En cierto sentido, tenemos dos cerebros, dos mentes y dos clases diferentes de inteligencia: la racional y la emocional. Nuestro desempeño en la vida está determinado por ambos; lo que importa no es sólo el cociente intelectual sino también la inteligencia emocional. En efecto, el intelecto no puede operar de manera óptima sin la inteligencia emocional. La desproporcionada visión de una vida mental emocionalmente chata —que ha guiado los ochenta últimos años de investigación sobre la inteligencia— está cambiando poco a poco, mientras la psicología ha empezado a reconocer el papel esencial de los sentimientos en el pensamiento (Goleman, 1995).

En general, los estudios sobre las emociones han sido frecuentes desde los años ochenta, y los psicólogos y también los neurólogos y los estudiosos de los aspectos cognitivos de la personalidad han perdido el “miedo” a tratar sobre estas emociones y sentimientos, un aspecto de la personalidad que hasta los años cuarenta parecía reservado a la filosofía, la ética o la literatura, pero que escapaba a los parámetros científicos (Güell, 2000).

La Inteligencia Emocional es un concepto relativamente nuevo que empezaron a introducir Peter Salovey y J. Mayer en 1990. Estos psicólogos de Harvard forman parte de la corriente crítica contra el concepto tradicional que considera la inteligencia sólo desde los puntos de vista lógicomatemático y lingüístico, y también contra la valoración de la inteligencia sólo desde la óptica del coeficiente de inteligencia (CI). Salovey organiza la inteligencia personal en cinco competencias principales: 1. Conocimiento de las propias emociones. 2. Capacidad de controlar las emociones. 3. Capacidad de automotivarse. 4. Capacidad de reconocimiento de las emociones de los otros. 5. Control de las relaciones.

Este tipo de trabajo es deudor de la teoría de la inteligencia múltiple de Howard Gardner. Los estudios de Gardner consideran siete dimensiones de la inteligencia. Dos de estas dimensiones son la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal. La primera consiste en la capacidad de distinguir los estados de ánimo, las motivaciones, el temperamento de los otros. La segunda es el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, los sentimientos, aprender a discriminarlos y a utilizar las emociones y los sentimientos como un elemento para orientar la conducta. Se

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

destaca de todas estas consideraciones la conceptualización de la emoción como inteligencia que llevan a cabo Salovey y Gardner (Güell, 2000).

La inteligencia académica no ofrece prácticamente ninguna preparación para los trastornos- o las oportunidades que acarrea la vida. Sin embargo aunque un CI (Coeficiente Intelectual) elevado no es garantía de prosperidad, prestigio ni felicidad en la vida, nuestras escuelas y nuestra cultura se concentran en las habilidades académicas e ignoran la inteligencia emocional, un conjunto de rasgos- que algunos podrían llamar carácter- que también tiene un enorme importancia para nuestro destino personal. La vida emocional es un ámbito que, al igual que las matemáticas y la lectura, puede manejarse con mayor o menor destreza y requiere un singular conjunto de habilidades (Goleman, 1995).

La sociedad se preocupa por la cantidad de conocimientos que puede adquirir una persona en la escuela, pero no por la expresión, las emociones, la sensibilidad y la creatividad.

Hoy se sabe que la persona más creativa y exitosa en la vida no es la que tiene mayor inteligencia en cuanto a conocimientos, sino la que sabe manejar la información y las emociones ante los retos y las crisis. El manejo de las emociones depende de la capacidad que tengamos para reconocerlas y de un proceso de maduración en el que crezcamos hacia la inteligencia emocional y así desarrollar el cerebro completo (Waisburd, 2001).

Y ¿cuándo surge la inteligencia emocional?, ¿qué son las emociones?, ¿hay alguna emoción más importante que otra?, ¿se puede prescindir de las emociones?, ¿cómo influyen las emociones en la creatividad?, ¿dónde esta localizada la mente racional y la mente emocional?, ¿quiénes nos enseñan a manejar la inteligencia emocional?, ¿cómo influye la autoestima en el desarrollo de ésta?

Es por eso que la presente investigación pone énfasis en el mundo emocional de los niños, los problemas que enfrentan por desconocimiento y manejo inadecuado de sus emociones y de cómo la familia y la escuela forman emocionalmente. Así que se revisarán los principales aspectos a desarrollar en la Inteligencia Emocional de los niños.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

# CAPITULO I EL MUNDO DE LAS EMOCIONES

## 1.1 Las emociones

En un sentido literal el Oxford English Dictionary define la emoción como cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento, la pasión: cualquier estado mental vehemente o exitado.

Goleman utiliza el término emoción para referirse a un sentimiento y sus pensamientos característicos, a estados psicológicos y biológicos y a una variedad de tendencias a actuar (Goleman, 1995).

La emoción es un estado de alteración del cuerpo y de la mente (física y psicológica).

El estado emocional se caracteriza por una conmoción consiguiente a las impresiones producidas por los sentidos, las ideas o los recuerdos que la provocan, como consecuencia de ello se producen fenómenos viscerales en el cuerpo y tiene su manifestación externa mediante gestos, (faciales, manuales, corporales...) actitudes u otras formas de expresión.

Se produce como consecuencia de la manera en que percibimos o nos damos cuenta de los acontecimientos que tienen lugar y que nos afectan directa o indirectamente (Vallés, 1999).

Por su parte Martín (2000) señala que las emociones son mecanismos que nos ayudan a:

- **reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados, y**
- **tomar decisiones con prontitud y seguridad, y**
- **comunicarse de forma no verbal con otras personas.**

El mismo autor señala que con la ayuda de las cinco emociones básicas –felicidad, tristeza, indignación, temor, y rechazo- así como de sus diversas combinaciones, el cerebro emocional está en posición de hacer una rápida valoración de las situaciones inesperadas a partir de pocas y fragmentarias percepciones sensoriales. Aunque no hablemos de nuestras emociones, la mayoría de las veces las personas de nuestro entorno saben con exactitud cómo nos sentimos. Eso se debe a que las emociones y los estados de ánimo básicos se manifiestan en la expresión del rostro, en la actitud corporal, en el tono de voz y en los gestos. Las reacciones fisiológicas y el comportamiento expresivo en caso de miedo, indignación, tristeza,

TEXTO CON  
FALLA DE ORIGEN

alegría y rechazo son parecidos en todas las culturas. Desencadenan en el otro reacciones emocionales, pero también miedo, cólera o rechazo.

Goleman (1995) siguiendo a Ekman y a otros, considera las emociones en términos de familias y dimensiones, tomando las principales familias –ira, tristeza, temor, placer, amor, vergüenza, etc. Como casos pertinentes a los infinitos matices de nuestra vida emocional. Cada una de estas familias tiene un núcleo emocional básico, con sus parientes formando ondas externas se encuentran los estados de ánimo que, técnicamente hablando, son más apagados y duran mucho más tiempo que una emoción (mientras es relativamente raro mantener el calor de la ira durante todo el día, por ejemplo, no es tan raro estar de un humor gruñón e irritable, en el que se activan fácilmente arranques de ira más cortos). Más allá de un estado de ánimo determinado que hace que la gente sea melancólica, tímida o alegre. Todavía más allá de estas disposiciones emocionales se encuentran los evidentes trastornos de la emoción, tales como la depresión clínica o la ansiedad incesante, en la que alguien se siente constantemente atrapado en un estado negativo.

Para Uzcátegui (1998) las emociones son estados y funciones básicas para la vida del humano, similar a una máquina que requiere para su óptimo funcionamiento de un nivel o grado de energía (tono energético), la estabilidad emocional (tono emocional), se consigue cuando no es muy alta ni muy baja su intensidad, además el Sistema Emocional tiene diferentes tipos de funcionamiento que los identifican como estados o reacciones emocionales de miedo, alegría, rabia, temura, exaltación, etc.

En cada individuo, el tono emocional es particular en intensidad y en tipo de emoción, es parte de la personalidad, temperamento o carácter, en términos sencillos se usa para describir a una persona como jovial, rígida, distante. Principalmente, a través de las emociones, es que se manifiestan rasgos de personalidad y se dan las calificaciones sociales de agradable, retraído, abierto e, inclusive inteligente o poco inteligente. Uzcátegui señala diferentes enfoques sobre las emociones estos son: neurofisiológico, conductual, comunicacional, y bioquímico. Veamos cada uno de ellos:

#### **Neurofisiológico:**

Las emociones son el resultado funcional de una red neurológica denominada Cerebro Emocional, compuesto de neuroelementos como la Amígdala, el Hipocampo y el Hipotálamo.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

**Conductual:**

Las emociones son respuestas aprendidas por la presencia de un estímulo, tal es el caso del niño que frente a la agresión de su padre alcohólico, aprende a sentir miedo al percibir que está anocheciendo. O bien el aprendizaje se hace una vez que se siente miedo sin necesidad de que exista un estímulo, dado que esto es una emoción que todo humano trae en su equipaje genético.

**Comunicacional:**

Las emociones están muy relacionadas a los significados que procesa el Sistema Inteligente, dependiendo del efecto consonante o disonante que produzca el mensaje. Muchos estados emocionales dependen de las características del mensaje, un grato tono de voz acompañado de un tono agresivo, producen en los Sistemas psíquicos, estados disonantes.

**Bioquímico.**

Las emociones son descargas adrenalínicas, ésta es una expresión y no deja de tener cierta veracidad. Toda respuesta emocional tiene un componente neurobioquímico, en todo funcionamiento emocional se activan los diferentes sistemas de neurotransmisores que existen en el cerebro adrenalínico, dopamínico serotoninérgico -Hoy está claro, que todo comportamiento emocional implica no sólo la activación del Cerebro Emocional, también el área ideativa, la memoria y la función sensorial. Un buen ejemplo de esto, es la importancia que tiene para la emoción ansiedad un componente químico denominado GABA- Gama Amino Butírico- que al modificarse, produce el síntoma ansiedad, pero los otros síntomas como palpitaciones, mareos, ruidos en los oídos se deben, a la activación de otros neurotransmisores como adrenalina, etc. Hablar de activación neurobioquímica es hacer referencia a la activación de todos los sistemas de los cuales dependen las funciones psíquicas. Es por esto, que en algunas situaciones, resulta útil y necesario indicar medicamentos conocidos como, estabilizadores del humor, antidepresivos, ansiolíticos, entre otros (Uzcátegui, 1998).

Uzcátegui, señala, que la emoción es ante todo una percepción subjetiva, ésta se identifica como un estado de bienestar, agradabilidad, incomodidad, tensión o malestar. Esta percepción influye para que el humano clasifique y le dé nombre a los diferentes tipos de emociones... Las emociones se perciben como un todo que inunda la mente y el cuerpo o se evidencian a través de la conducta, sobre todo cuando es errática.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Así mismo un componente básico en los Estados Emocionales, son las sensaciones corporales, éstas obedecen a determinados cambios fisiológicos como la aceleración o la disminución del ritmo del corazón, que se detecta por la presencia de taquicardia o modificación del pulso, la disminución o el incremento de la actividad de ciertas glándulas que van a reflejarse en síntomas variados como exceso o disminución en la salivación, o cambio en la temperatura corporal. Muchas veces las manifestaciones corporales de las emociones son las más evidentes para el individuo y se convierten en una desagradable experiencia (Uzcátegui, 1998).

La influencia de las emociones en los Sistemas Biológicos, revisten gran importancia por el efecto que pueden causar en sistemas como el Inmunológico y Endocrinológico. Dependiendo de las emociones, se evalúa la evolución de muchas enfermedades y el pronóstico de severas patologías.

Otra forma de conocer las emociones, es a través del estudio de la expresión facial y la conducta corporal, muchos estados emocionales como la alegría, miedo o rabia son caricaturizados con caras, esto es debido a que es la forma más fácil y cotidiana de expresar las emociones. Una Buena o mala cara es determinante para iniciar cualquier relación humana, posteriormente se identifica el comportamiento motor como forma de caminar, postura, movimiento de las manos. Para el individuo, su comportamiento corporal puede ser de gran ayuda para empezar a conocer su mundo emocional, la observación de cómo se mueve, gesticula y responde ante los estímulos diarios, es un excelente indicador del estilo de personalidad y funcionamiento emocional.

Por último Uzcátegui (1998) señala que las expresiones corporales, faciales y motoras, están integradas y forman un todo; es decir, el mensaje corporal del individuo se percibe en conjunto, a no ser que sobresalga uno de los componentes como una cara de tristeza, o movimientos atropellados de llevarse las cosas por delante. En un segundo tiempo, una vez que se inicia el diálogo, emerge la comunicación verbal, como el tercer elemento emocional. Este bloqueo de conducta y comunicación, toma cada día más importancia para el conocimiento y resolución de los problemas y dificultades que se evidencian en los grupos de pareja, familia y organizaciones. La corporalidad y verbalización, pareja indisoluble en la comunicación inteligente, se convierten en los vehículos sociales de las emociones, reflejándose en la calidad de las relaciones humanas, la estabilidad familiar, laboral y es la

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

mejor o peor carta de presentación para los logros en la vida social, empresarial y económica (Uzcátegui, 1998).

Waisburd (2001) menciona: Las emociones son profundas y de gran poder, en latín se describían como *motus anima*, que significa literalmente *el espíritu que nos mueve*. Las emociones son energía pura que ofrecen un manantial de sabiduría que al conectamos con ellas y conocerlas sirven como una brújula que vale la pena escuchar.

Torrabadella (2001) señala: Entendemos por emociones, las activaciones físicas breves que se desencadenan en nosotros como respuesta a algo, interrumpiendo el flujo normal de nuestra conducta. Hay cinco emociones básicas: alegría, afecto, miedo, ira, tristeza.

Las emociones son como los *colores* básicos que componen tus sentimientos: pueden combinarse dando lugar a infinidad de sentimientos compuestos. Ejemplos de sentimientos (entre los miles que pueden haber)

**-Revancha (ira + alegría)**

**-Ternura (afecto + alegría)**

**-Odio (ira + miedo)**

**-Duelo (tristeza + miedo).**

Los sentimientos son como tonalidades afectivas que combinan varias emociones. Estos, a su vez conforman tu estado de ánimo, tu afectividad.

Torrabadella marca la importancia del reconocimiento de las emociones y la afectividad:

- Las emociones, con su carácter intenso, breve y privado, son los elementos esenciales de nuestra afectividad. Reconocer tus emociones y pensar de forma adecuada, será necesario para controlar tu afectividad.
- Las emociones son hechos físicos reales, por tanto, aunque no reconozcas que existen, siguen existiendo y buscan un camino por donde abrirse una salida.
- Conectas mejor contigo mismo cuando aprendes a ser consciente de los síntomas físicos de cada emoción, pues así te das cuenta de cuándo y cómo la sientes: la reconoces.
- Las emociones tienen una utilidad fundamental nada superflua, la de mantenernos vivos. Aunque alguien tenga la intención de hacer algo, no lo hará hasta que una emoción le induzca a ello, pues las emociones son las que nos mueven a actuar. (Torrabadella, 2001).

Para Vallés (2002), las emociones las podemos clasificar en positivas y negativas. Las emociones positivas son las que nos proporcionan un gran bienestar y seguridad personal.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



como es el caso de la alegría, la tranquilidad, la felicidad, el optimismo, la satisfacción. Experimentarlas nos produce una inmensa sensación de sosiego personal, de equilibrio emocional y, en suma, de gran bienestar personal.

Las emociones negativas son aquellas que nos producen un estado de ánimo depresivo, incómodo, de disgusto y de insatisfacción personal. Son emociones negativas. La ansiedad, el miedo, la ira/enfado...

Las emociones que experimentamos dependen del significado que le demos a un acontecimiento que ocurre. Así por ejemplo, si una persona hace un comentario negativo sobre nosotros podemos interpretarlo de diversas maneras. Podemos interpretar que ha sido una broma, que es su manera de hablar, que verdaderamente quiere fastidiarnos con sus palabras o que lo ha dicho cariñosamente. Según cómo entendamos sus palabras experimentaremos una reacción emocional de enfado o de indiferencia (Vallés, 2002).

Siguiendo la línea de las emociones negativas y positivas Torrabadella menciona: Si bien las emociones *positivas* son dos (alegría y afecto, que nos proporcionan vivencias de bienestar), también las *negativas* (miedo, ira y tristeza) son buenas, pues nos mueven a alejarnos o a intentar cambiar las situaciones que nos perjudican. Las emociones tienen una "utilidad ancestral adaptativa", es decir, favorecen la autodefensa y la supervivencia.

Por ejemplo, la tristeza de los niños despierta una respuesta de protección en los adultos. Cada emoción favorece la adaptación del individuo, aunque sea propiciando la acción de otros.

Así pues, también las emociones negativas son útiles frente a los peligros porque nos mueven a actuar (actuando, huyendo, buscando alguna solución). Aunque sean desagradables, son necesarias.

Paradójicamente la sociedad nos enseña a desoir las emociones y nos inculca la idea de que son inferiores al pensamiento racional, propias de alguien poco evolucionado. Pero nuestras emociones son la más valiosa fuente de información acerca de lo que debemos hacer (Torrabadella, 2001).

## 1.2 **Mente emocional y Mente racional.**

Goleman (1995) señala que tenemos dos mentes, una que piensa y otra que siente. Estas dos formas fundamentalmente diferentes de conocimiento interactúan para construir nuestra

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

vida mental. Una, la mente racional, es la forma de comprensión de la que somos típicamente conscientes: más destacada en cuanto a la conciencia, reflexiva, capaz de analizar y meditar. Pero junto a este existe otro sistema de conocimientos, impulsivo y poderoso, aunque a veces ilógico: la mente emocional.

La mente emocional es mucho más rápida que la mente racional, y se pone en acción sin detenerse ni un instante a pensar en lo que está haciendo. Su rapidez descarta la reflexión deliberada y analítica que es sello de la mente pensante.

Las acciones que surgen de la mente emocional acarrearán una sensación de certeza especialmente fuerte, una consecuencia de una forma sencilla y simplificada de ver las cosas que puede ser absolutamente desconcertantes para la mente racional. Cuando ha pasado la tormenta, o incluso en medio de la respuesta, nos sorprendemos pensando: "¿Para qué hice esto?", una señal de que la mente racional está despertando, aunque no con la rapidez de la mente emocional.

La mente emocional es nuestro radar para percibir el peligro. La gran ventaja es que la mente emocional puede interpretar una realidad emocional (él está furioso conmigo; ella está mintiendo; esto lo entristece) en un instante, emitiendo los juicios intuitivos que nos dicen con quién debemos ser cautelosos, en quién podemos confiar, quién está afligido. El inconveniente es que estas impresiones y juicios intuitivos, debido a que se efectúan en un abrir y cerrar de ojos, pueden ser erróneos o falsos.

Dado que a la mente racional le lleva más tiempo que a la mente emocional registrar y responder, el *primer impulso* en una situación emocional es el del corazón, no el de la cabeza.

Por lo general la mente emocional no decide qué emociones *deberíamos* tener. En lugar de eso, nuestros sentimientos surgen en nosotros como un hecho consumado. Lo que la mente racional puede controlar regularmente es el curso de esas reacciones. Al margen de algunas excepciones, nosotros no decidimos cuándo estar locos, tristes, etcétera (Goleman, 1995).

Cabe señalar que la lógica de la mente emocional es asociativa; toma elementos que simbolizan una realidad, o dispara un recuerdo de la misma, para ser igual a esa realidad.

Como señala Seymour Epstein (citado en Goleman, 1995), mientras la mente racional realiza conexiones lógicas entre las causas y los efectos, la mente emocional es indiscriminada y conecta cosas que simplemente tienen características llamativamente parecidas.

TRABAJO CON  
FALLA DE ORIGEN

Cuando algún rasgo de un acontecimiento parece similar a un recuerdo del pasado cargado emocionalmente, la mente emocional responde activando los sentimientos que acompañaban al acontecimiento recordado. La mente emocional reacciona al presente como si fuera el pasado. Alguien que ha aprendido, a través de los dolorosos golpes de la infancia, a reaccionar con intenso temor y aversión ante una actitud airada mostrará la misma reacción, en cierta medida, incluso al llegar a la edad adulta, cuando la actitud airada no representa ninguna amenaza. Los pensamientos y las reacciones ante este momento adoptarán el matiz de los pensamientos y las reacciones de entonces, aunque pueda parecer que la reacción se debe únicamente a la circunstancia del momento. Nuestra mente emocional aprovechará la mente racional para sus propósitos, de modo que encontremos explicaciones a nuestros sentimientos y reacciones *-racionalizaciones-* que los justifiquen en términos del momento presente, sin comprender la memoria emocional. En este sentido, podemos no tener idea de lo que está ocurriendo realmente, aunque tal vez tengamos la convicción de que sabemos exactamente qué está ocurriendo. En momentos como este, la mente emocional ha puesto en marcha la mente racional, haciendo que cumpla sus funciones.

El funcionamiento de la mente emocional es en gran medida específico del estado, dictado por el sentimiento particular ascendente en un momento dado. La forma en que pensamos y actuamos cuando nos sentimos románticos es totalmente diferente de la forma en que nos comportamos cuando estamos furiosos o desalentados; en el mecanismo de la emoción, cada sentimiento tiene su propio repertorio definido de pensamiento, reacciones, incluso recuerdos. Estos repertorios específicos del estado se vuelven más predominantes en momentos de intensa emoción.

Una señal de que tal repertorio permanece activo es la memoria selectiva. Parte de la respuesta de la mente a una situación emocional consiste en reorganizar la memoria y las opciones para la acción de manera tal que los más importantes ocupen el primer lugar de la jerarquía y sean representados más rápidamente.

Goleman (1995) señala que hay muchas formas en que la mente emocional es infantil, y cuanto más lo es, más fuertes son las emociones. Una forma es el pensamiento categórico, en el que todo aparece en blanco y negro, sin matices de gris; alguien que se siente mortificado por haber metido la pata puede pensar inmediatamente: "Siempre digo lo que no debo". Otra señal de este modo infantil es el pensamiento *personalizado*, en el que los acontecimientos

TESTS CON  
FALLA DE ORIGEN

son percibidos con una tendencia a centrarse en uno mismo, como el conductor que, después de un accidente, explica que "el poste telefónico se me vino encima".

Este modo infantil es *autoconfirmador* y suprime o pasa por alto recuerdos o hechos que socavarían sus convicciones y se aferra a aquellos que las sustentan. Las convicciones de la mente racional son tentativas; una nueva evidencia puede descartar una creencia y reemplazarla por una nueva, ya que razona mediante la evidencia objetiva. La mente emocional, sin embargo, considera sus convicciones como absolutamente ciertas, y así deja de lado cualquier evidencia en contra. Por eso resulta tan difícil razonar con alguien que está emocionalmente perturbado: no importa la sensatez del argumento que se le ofrezca desde un punto de vista lógico: este no tiene ninguna validez si no es acorde con la convicción emocional del momento: Los sentimientos son autojustificadores y cuentan con un conjunto de percepciones y *pruebas* propios (Goleman, 1995).

Continúa Goleman: Estas dos mentes, la emocional y la racional, operan en ajustada armonía en su mayor parte, entrelazando sus diferentes formas de conocimiento para guiarnos por el mundo. Por lo general existe un equilibrio entre mente emocional y racional, en el que la emoción alimenta e informa las operaciones de la mente racional, y la mente racional depura y a veces veta la energía de entrada de las emociones.

En muchos momentos, o en la mayoría de ellos, estas mentes están exquisitamente coordinadas; los sentimientos son esenciales para el pensamiento, y el pensamiento lo es para el sentimiento. Pero cuando aparecen las pasiones, la balanza se inclina: es la mente emocional la que domina y aplasta la mente emocional racional.

### **1.3 Anatomía de la mente emocional y la racional.**

La mente emocional y la mente racional son facultades semiindependientes, y, como, veremos, cada una refleja la operación de un circuito distinto pero interconectado del cerebro (Goleman, 1995).

Vallés (2000) señala que las emociones que sentimos tienen una localización en el cerebro. Son diversas partes cerebrales las encargadas de hacerlas funcionar. El llamado cerebro emocional se encuentra localizado en el sistema límbico y el denominado cerebro pensante se encuentra localizado en la corteza cerebral. La corteza es una fina lámina ondulada de unos tres milímetros de espesor que envuelve los dos hemisferios cerebrales.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Ambas estructuras, el sistema límbico y la corteza cerebral están estrechamente vinculadas. El sistema límbico está alojado profundamente dentro de los hemisferios cerebrales y es el encargado de regular las emociones y los impulsos. En la parte denominada hipocampo se produce el aprendizaje emocional, es allí donde se almacenan los recuerdos emocionales. Y en la parte denominada amígdala se produce un control emocional; es la responsable de la primera reacción emocional y actúa enviando mensajes de advertencia al sistema nervioso vegetativo, produciéndose alteraciones en la presión arterial, se enerva el vello, aumenta la frecuencia cardíaca, etc. La corteza cerebral es la parte racional, lo que comúnmente llamamos cerebro pensante. Tiene la función de pensar, planificar, prever y controlar los pensamientos que tenemos sobre las emociones, dándole sentido a lo que percibimos y hacemos e interpretando los acontecimientos para que sintamos alegría o tristeza, orgullo o pena, tranquilidad o nerviosismo... la corteza es la encargada de que seamos conscientes de las emociones que sentimos y por qué las sentimos, nos permite analizar los motivos y por qué las sentimos; nos permite analizar los motivos por los cuales se experimenta una u otra emoción y nos permite discernir lo bueno de lo malo, lo positivo de lo negativo, lo adecuado de lo inadecuado para nuestro bienestar personal, de acuerdo con el sistema de valores que la educación le ha proporcionado a cada persona.

La corteza cerebral o *cerebro pensante* actúa como freno de las emociones fuertes y debe ser *entrenada* a funcionar adecuadamente para que gobierne bien las emociones y no seamos presa de los impulsos primarios, de reacciones súbitas, de pérdida de los *nervios* y de descontrol emocional. Actúa con más retardo que el sistema límbico (Vallés, 2000).

Por su parte Shapiro (2000) señala que los científicos hablan a menudo de la parte pensante del cerebro —la corteza (a veces llamada neocorteza)— como algo distinto de la parte emocional del cerebro —el sistema límbico— pero en realidad, lo que define la inteligencia emocional es la relación entre estas dos áreas.

La corteza, literalmente la "capa pensante del cerebro" nos ha colocado en la cima de la escala evolutiva. Aunque los primates inferiores como los gatos, perros y ratones poseen una corteza y son capaces de aprender de la experiencia de comunicarse e inclusive de tomar decisiones simples, sus cortezas tienen sólo una función mínima comparada con la nuestra. Estos animales no pueden planificar, pensar de manera abstracta, o preocuparse por el futuro.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Debido a que nuestra gran corteza constituye la característica que diferencia a los seres humanos de los demás, es la parte del cerebro que ha sido examinada con mayor detenimiento. La comunidad médica ha adquirido fundamentalmente sus conocimientos sobre el cerebro humano a través del estudio de distintos daños o enfermedades. La corteza posee cuatro lóbulos y el daño a un lóbulo específico dará como resultado un problema específico. El lóbulo occipital, por ejemplo ubicado en la parte posterior de la cabeza, contiene el área visual primaria del cerebro. Una lesión sobre dicha área puede destruir parte del campo visual de una persona y, según la extensión del daño, puede inclusive provocar ceguera. Por otra parte, un daño al lóbulo temporal, ubicado justo detrás del oído del otro lado de la cabeza, causará problemas en la memoria de largo plazo. La comprensión de la corteza y su desarrollo nos ayuda a comprender por qué algunos niños son dotados mientras que otros muestran incapacidad de aprendizaje, por qué algunos niños se destacan en geometría y otros apenas pueden deletrear la palabra.

Aunque se considera que la corteza constituye la parte pensante del cerebro, desempeña también un papel importante para comprender la inteligencia emocional. La corteza nos permite *tener sentimientos sobre nuestros sentimientos*: Nos permite tener discernimiento (“insight”) analizar por qué sentimos de determinada manera y luego hacer algo al respecto. La parte emocional y la parte lógica del cerebro cubren a menudo diferentes funciones al determinar nuestros comportamientos y sin embargo son completamente independientes (Shapiro, 2000).

La parte emocional del cerebro responde más rápidamente y con más fuerza. Nos alerta cuando nuestros hijos pueden estar en peligro aun antes de que podamos determinar con exactitud de qué tipo de peligro se trata. El sistema límbico, frecuentemente mencionado como la parte emocional del cerebro, se encuentra alojado profundamente dentro de los hemisferios cerebrales y tiene la responsabilidad primaria de regular nuestras emociones e impulsos. El sistema límbico incluye el hipocampo, donde se produce el aprendizaje emocional y donde se almacenan los recuerdos emocionales, la amígdala, considerada el centro de control emocional del cerebro, y varias otras estructuras. Aunque los neurólogos han logrado asignar funciones emocionales específicas a partes específicas del cerebro, lo que realmente define la inteligencia emocional es la interacción de las diversas partes (Shapiro, 2000).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

En resumen: El cortex es la parte pensante del cerebro, y ayuda a controlar las emociones a través de la resolución de problemas, el lenguaje, las imágenes y otros procesos cognitivos. Al sistema límbico se lo considera la parte emocional del cerebro, e incluye el tálamo, que envía mensajes al cortex; el hipocampo, que se cree que juega un papel en la memoria y en el desciframiento del sentido de lo que percibimos; la amígdala, el centro de control emocional (Shapiro, 2000).

**TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN**

## CAPITULO 2

### LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

#### 2.1 Cociente Intelectual y Cociente Emocional.

En cierto sentido, tenemos dos cerebros, dos mentes y dos clases de Inteligencia: la racional y la emocional. Nuestro desempeño en la vida está determinado por ambas; lo que importa no es sólo el cociente intelectual (CI) sino también la inteligencia emocional. En efecto, el intelecto no puede operar de manera óptima sin la inteligencia emocional (Goleman, 1995).

Goleman afirma que la inteligencia académica tiene poco que ver con la vida emocional. Las personas más brillantes pueden hundirse en los peligros de las pasiones desenfrenadas y de los impulsos incontrolables; personas con un cociente intelectual (CI) elevado pueden ser pilotos increíblemente malos de su vida privada.

A diferencia del CI, con sus casi cien años de historia de estudios de cientos de miles de personas, el concepto de Inteligencia Emocional es nuevo. Aún no se puede decir exactamente hasta qué punto explica la variabilidad de una persona a otra en el curso de una vida. Pero los datos existentes sugieren que puede ser tan poderoso, y a veces más, que el CI.

Los antiguos conceptos de CI giraban en torno a una estrecha franja de habilidades lingüísticas y matemáticas, se pensaba que desempeñarse bien en las pruebas de CI era directamente un medio para predecir el éxito en el aula o como profesor (Goleman, 1995).

Shapiro (2000) señala que, el significado del cociente emocional (CE) resulta confuso, Salovey y Mayer fueron los primeros en definir la inteligencia emocional como “un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones”. Se oponen al uso del término cociente emocional (CE) como sinónimo de inteligencia emocional, temiendo que lleve a la gente a pensar erróneamente que existe un test preciso para medir el cociente emocional (CE) o, incluso, que puede llegar a medirse de alguna manera. De todos modos, subsiste el hecho de que, aunque el CE no resulte nunca medible, emerge de todos modos como parte de los rasgos sociales y de la personalidad, tales como la amabilidad, la confianza



en sí mismo o el respeto por los demás, lo que sí podemos es reconocerlos en los niños y ponernos de acuerdo sobre su importancia.

Las capacidades del CE no se oponen al CI o a las capacidades cognoscitivas sino que interactúan en forma dinámica en un nivel conceptual y en el mundo real. Idealmente, una persona puede destacarse tanto en las capacidades cognoscitivas como en las sociales y emocionales.

Tal vez la distinción más importante entre CI y el CE es que el CE no lleva una carga genética tan marcada, lo cual permite que padres y educadores partan del punto en el que la naturaleza ya no incide para determinar las oportunidades de éxito de un niño (Shapiro, 2000).

En la actualidad están proliferando los intentos de evaluar la Inteligencia Emocional mediante tests, sin embargo, todavía no se ha podido alcanzar el consenso general necesario para validar un cociente emocional CE. No existen tests fiables y precisos que evalúen el CE al modo como lo hacen con el CI las pruebas de Inteligencia más conocidas y usadas internacionalmente como el WPSSI, WISC y WAIS (Las Escalas de Inteligencia de Wechsler), o, al menos las pruebas existentes no han conseguido todavía la universalización necesaria para determinar cuán inteligente emocional es una persona (Vallés, 2000).

## **2.2 Concepto de Inteligencia Emocional.**

Una de las numerosas definiciones de inteligencia es la capacidad para resolver problemas. La inteligencia, clásicamente considerada, puede medirse mediante los tests. Así, este tipo de pruebas nos ofrecen resultados en forma de puntuaciones de los siguientes aspectos intelectuales:

- La capacidad verbal.
- La capacidad no verbal.
- La memoria.
- El vocabulario.
- La comprensión.
- La resolución de problemas.
- El razonamiento abstracto.
- La percepción.
- El procesamiento de la información.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

-Las capacidades motrices.

Los resultados en forma de CI (Cociente intelectual) suelen ofrecer estabilidad a lo largo de los años, aunque puede presentar pequeñas variaciones, de acuerdo con el tipo de pruebas utilizadas para medirlo y de acuerdo con los programas de estimulación de la inteligencia que se hayan aplicado (Vallés, 2000).

La investigación en torno a la inteligencia se dispone en la actualidad a abandonar la ya superada segmentación entre pensar y sentir. A psicólogos como Robert Sternberg, Howard Gardner y Peter Salovey hay que agradecer que empiece a consolidarse un concepto mucho más amplio de inteligencia. La idea de las múltiples inteligencias está sustituyendo el concepto unilateral de inteligencia abstracto-académica, que Alfred Binet, el padre de los tests para determinar el CI (Cociente Intelectual), hizo arraigar hace cien años en todas las mentes.

Así el psicólogo de Yale Robert Sternberg, sitúa al mismo nivel de la inteligencia analítica la inteligencia creativa y la inteligencia práctica, que son las que deciden en qué medida somos capaces de reaccionar correctamente ante los nuevos desafíos y de responder a las exigencias de la vida real. Howard Gardner va un poco más allá, ya que distingue siete inteligencias diferentes (Mártin, 2000).

Se han postulado la existencia de inteligencias múltiples, tal como señaló Gardner: la inteligencia lingüística, la inteligencia lógico-matemática, la inteligencia espacial, la inteligencia musical, la inteligencia corporal y cinética, la inteligencia interpersonal (la capacidad para entender en los otros las cualidades sociales, lo que les motiva, cómo trabajan, cómo trabajar con ellos de forma cooperativa...) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad de formarse un modelo ajustado, verídico de uno mismo y ser capaz de usar este modelo para desenvolverse eficazmente en la vida).

Estas dos últimas inteligencias (la interpersonal y la intrapersonal) son las que, de manera integrada junto con la inteligencia social, han venido en denominarse actualmente **INTELIGENCIA EMOCIONAL**, en la que se aglutinan las capacidades emocionales – conocimiento de las emociones ajenas, el autoconocimiento de las propias y su control- y las sociales en un intento de manifestar la capacidad de felicidad personal en el seno de las relaciones sociales (interpersonales) en las que tienen lugar el desarrollo humano (Vallés, 2000).

TESIS CON  
FALSA DE ORIGEN

El término "inteligencia emocional" fue utilizado por primera vez en 1990 por los psicólogos Peter Salovey de la Universidad de Harvard y John Mayer de la Universidad de New Hampshire. Se lo empleó para describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito. Estas pueden incluir:

- **La empatía.**
- **La expresión y comprensión de los sentimientos.**
- **El control de nuestro genio.**
- **La independencia.**
- **La capacidad de adaptación.**
- **La simpatía.**
- **La capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal.**
- **La persistencia.**
- **La cordialidad.**
- **La amabilidad.**
- **El respeto.**

El bestseller de 1995, *inteligencia emocional* de Daniel Goleman fue el que impulsó este concepto en la conciencia pública, convirtiéndolo en un tema de conversación desde las aulas hasta las salas de sesiones de las empresas (Shapiro, 2000).

### **2.3 Aspectos fundamentales de la Inteligencia Emocional.**

Salovey (citado en Goleman, 1995) incluye las inteligencias personales de Gardner en su definición básica de inteligencia emocional, ampliando estas capacidades a cinco esferas principales:

1. **Conocer las propias emociones.** La conciencia de uno mismo —el reconocer un sentimiento mientras ocurre— es la clave de la inteligencia emocional. La incapacidad de advertir nuestros auténticos sentimientos nos deja a merced de los mismos. Las personas que tienen mayor certidumbre con respecto a sus sentimientos son mejores guías de su vida y tienen una noción más segura de lo que sienten realmente con respecto a las decisiones personales, desde con quién casarse hasta qué trabajo aceptar.
2. **Manejar las emociones.** Manejar los sentimientos para que sean adecuados es una capacidad que se basa en la conciencia de uno mismo. Las personas que carecen de esta

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

capacidad luchan constantemente contra sentimientos de aflicción, mientras aquellas que la tienen desarrollada pueden recuperarse con mayor rapidez de los reveses y trastornos de la vida.

**3. La propia motivación.** Ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar atención, para la automotivación y el dominio, y para la creatividad. El autodomnio emocional –postergar la gratificación y contener la impulsividad- sirve de base a toda clase de logros. Y ser capaz de internarse en un estado de “fluidez” permite un desempeño destacado en muchos sentidos. Las personas que tienen esta capacidad suelen ser mucho más productivas y eficaces en cualquier tarea que emprendan.

**4. Reconocer emociones en los demás.** La empatía, otra capacidad que se basa en la autoconciencia emocional, es la “habilidad” fundamental de las personas. Las personas que tienen empatía están mucho más adaptadas a las sutiles señales sociales que indican lo que otros necesitan o quieren. Esto los hace mejores en profesiones tales como la enseñanza, las ventas y la administración.

**5. Manejar las relaciones.** El arte de relacionarse, es en gran medida, la habilidad de manejar las emociones de los demás. La competencia y la incompetencia social y las habilidades específicas que esto supone, son habilidades que rodean la popularidad, el liderazgo y la eficacia interpersonal. Las personas que se destacan en estas habilidades se desempeñan bien en cualquier cosa que dependa de la interacción serena con los demás; son estrellas sociales.

Goleman opina “Las habilidades de las personas en cada una de estas esferas son diferentes; algunos de nosotros podemos ser muy expertos para manejar nuestra propia ansiedad, por ejemplo, pero relativamente ineptos para aliviar los trastornos de otros. Los errores en las habilidades emocionales pueden ser remediados: en gran medida, cada una de estas esferas representa un cuerpo de hábito y respuesta que, con el esfuerzo adecuado, puede mejorarse (Goleman, 1995).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## CAPITULO 3

### PROBLEMAS ACTUALES QUE ENFRENTAN LOS NIÑOS ANTE SUS EMOCIONES.

#### 3.1 Problemas que enfrentan los niños ante sus emociones.

En recientes investigaciones se ha comprobado que en la actualidad los niños desarrollan un coeficiente intelectual muy elevado. Esto tiene que ver con la herencia genética, con la información que hoy día reciben del medio, la alimentación, la educación y la influencia de la casa y la escuela. No obstante, el desarrollo del coeficiente emocional se encuentra muy rezagado (Waisburd, 2001).

Una gran cantidad de niños pasan mucho más tiempo solos y van creciendo tristes depresivos, nerviosos e inciertos de su futuro; los padres pocas veces atienden estos síntomas y en muchas ocasiones provocan con su actitud que los temores crezcan en la vida de los niños.

Actualmente nos hemos preocupado por desarrollar en los niños su coeficiente intelectual al máximo, de hecho no es difícil observar cómo un pequeño niño de dos años maneja a la perfección un control remoto de la televisión y cambia los canales sin mayor reparo. Es también asombroso ver cómo un niño de corta edad maneja una computadora y sale de un programa para entrar a otro. En las redes de comunicación como el internet, los más jóvenes son quienes están a la vanguardia en la creación de nuevos programas o copias de los mismos.

Pero es triste pensar que con toda esta acumulación de conocimientos, destrezas y habilidades cognitivas, muchas veces los niños, adolescentes y adultos, no logran comunicarse ni entienden lo que les pasa a los demás cuando sienten dolor, angustia o depresión.

Aunado a esta problemática, existe también la influencia que los medios de comunicación tienen en nuestra vida. En el caso de la televisión, que en mucho de su contenido presenta imágenes violentas y agresivas, cuando niños y jóvenes se enfrentan a ellas, es difícil que entiendan y procesen de inmediato dicha información; por lo tanto, la interiorizan y es posible que en algún momento de su vida la utilicen negativamente, como ha sido el caso de jóvenes

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

estadounidenses que han asesinado a algún compañero de su edad o a grupos enteros de compañeros.

Niños, jóvenes y adultos, incorporan a su experiencia y a su vida cotidiana patrones de conducta negativos, y de pronto es posible que emerjan como fieles copias de lo que la cultura televisiva o los medios impresos les ofrecen.

Waisburd (2001) señala que se requiere revalorizar las cualidades personales que los seres humanos hemos ido perdiendo poco a poco. Cualidades como la creatividad, la pasión, la empatía, la flexibilidad, la adaptabilidad, la intuición, la persuasión, la socialización y el amor que nos caracterizan como seres humanos y que están contenidas en la inteligencia emocional. Todos estos ingredientes indispensables para lograr excelencia en cualquier proyecto tanto personal como social y en el trabajo.

### **3.2 Problemas de aprendizaje y bajo rendimiento.**

Aunque se aliente su curiosidad y se les ofrezca entornos ampliamente estimulantes, algunos niños no emplean su verdadera capacidad. Las causas de este fenómeno pueden provenir de cualquiera de una serie de fuentes, o de combinaciones de las mismas.

Los impedimentos físicos suelen bloquear el aprendizaje: los defectos auditivos y visuales, las incapacidades neurológicas, los desequilibrios hormonales y la maduración física lenta afectan la calidad y la velocidad del aprendizaje.

Cuando presentan problemas de aprendizaje, siempre debe comprobarse, en primer término, la posibilidad de que exista un defecto físico. Ocurre muy a menudo que se descubran anomalías físicas en niños catalogados como de aprendizaje lento.

Muchos problemas de aprendizaje surgen de problemas emocionales. El crecimiento intelectual no se produce aparte del crecimiento emocional, ambos están ligados entre sí.

El niño cuyas necesidades emocionales no están satisfechas tiene menos probabilidad de buen desempeño en el estudio. Los hambrientos no tienen gran motivación para aprender de los libros. Primero tienen que satisfacer su hambre, después podrán concentrarse en el aprendizaje. El niño que se considera fracasado tiene poca motivación para hacer pruebas. Y el que arrastra un cúmulo de represiones posee escasas energías para las exigencias de la escuela.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Los padres dicen a menudo les gustaría saber cómo motivar a su hijo. Recordemos lo siguiente: la alta autoestima es el resorte principal de la motivación. Cuando el niño cree, tener capacidad, para poder hacer y tener qué ofrecer a los demás, esa creencia es lo que le impulsará. Los desafíos son diversión pura cuando sentimos que podemos superarlos. En cambio, cuando sentimos que no podemos hacernos cargo de algo, el interés por ese algo se disipa rápidamente... como dijo Emerson: "la confianza en uno mismo es el primer secreto del éxito" (Corkille, 2001).

Observemos constantemente nuestras expectativas respecto de los niños. La causa más corriente de los bloqueos en el aprendizaje es la presión indebida que se ejerce para que el niño llegue a metas que están fuera de su alcance. La consigna es sobresalir, sobresalir y sobresalir. Sin pensarlo y proponérselo, muchos padres bien intencionados comunican a sus hijos que serán más apreciables y valiosos si se colocan a la cabeza de su clase.

Otro obstáculo para el crecimiento intelectual es la disciplina demasiado condescendiente, demasiado protectora o demasiado estricta. Los padres dominantes alimentan la hostilidad, la dependencia y la ineptitud, sentimientos estos que bloquean el funcionamiento intelectual. Los padres sobreprotectores y los que rehúsan comprometerse en la fijación de límites hacen que sus hijos se sientan inadecuados y no queridos. Todas estas maneras conspiran contra la autoestima, cosa que a su vez afecta la motivación para aprender (Corkille, 2001).

### 3.3 Agresividad y violencia.

En este mundo de enorme agresividad y violencia, ¿qué pasa con los niños y los adolescentes?

Las estadísticas demuestran que es cada vez mayor la participación de niños y adolescentes en actos delictivos y criminales. La parte sana de la humanidad mira atónita el hecho de que delincuentes cada vez más jóvenes asaltan y asesinan casi en forma cotidiana. Más estupor y dolor ha causado aún el aumento de la delincuencia infantil. El mundo se estremeció hace poco con el terrible e increíble asesinato cometido por dos niños ingleses de diez años que mataron a otro de dos años y medio.

Siguiendo los períodos evolutivos del ser humano desde su más temprana infancia podemos observar cómo el bebé que a veces muerde el pecho de la madre está manifestando

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

ya su agresividad. El niño de dos años que muerde, tira del pelo, empuja o pega está respondiendo a otra agresión o tratando de llamar la atención.

El niño que quiere algo y no lo obtiene o desea hacer algo y no puede, se frustra, se siente dominado por la rabia. Pega al que tiene más próximo, tira los objetos, golpea los muebles o hace una rabieta. También emplea la agresión verbal, a través de no te quiero, mala, o de insultos.

La escuela sirve muchas veces para descargar la violencia que el niño trae de la casa. En otras ocasiones es un lugar de aprendizaje de violencia. Hay niños que debido a una serie de situaciones difíciles en el hogar están permanentemente conflictuados y descargan su agresividad con los demás niños o con los maestros. En cambio otros, que vienen de hogares más equilibrados y estables y que son más tranquilos, se ven expuestos a la violencia de sus compañeros o de sus maestros. Aunque parezca increíble, todavía hoy hay maestros que pegan a los alumnos. Muchos padres se quejan de que sus hijos se ponen más violentos en el colegio.

En el hogar las peleas entre hermanos son sumamente frecuentes por juguetes, por lugares de juego, por llamar la atención de los padres o por celos.

Cada niño tiene una actitud diferente frente a la agresión de los demás. Algunos lloran y se quejan a los maestros. Otros responden en forma violenta.

Tanto en el niño como en el adulto hay otra clase de agresividad que es sumamente peligrosa, la autoagresividad. Quienes la padecen sufren accidentes a repetición. Otros presentan una serie de enfermedades psicosomáticas; asma, úlceras, enfermedades de la piel y alopecias (pérdida del pelo), entre otras. Hay otras causas que también pueden provocar esa sintomatología como los celos, angustia, problemas de desavenencia o separación de los padres, entre otras. Un grado mayor y más intenso de autoagresividad se observa en la ingesta de alcohol y en la drogadicción, cada vez más frecuente en los niños y en los jóvenes.

Hay niños que manifiestan su agresividad cuestionando permanentemente la autoridad del maestro. Lo enfrentan, no obedecen sus instrucciones, están en franca rebeldía y le faltan el respeto. Muchas veces estas actitudes dependen en gran medida de los problemas que el niño trae de la casa. En otras oportunidades se originan en la forma de conducirse de los maestros.

Para Klorman (1998) lo que influye en forma decisiva en la producción de la agresividad infantil es el medio ambiente.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



El hogar desempeña un rol esencial en la producción de la agresividad infantil. El comportamiento y la actitud de los padres, su carácter y su forma de ser, su interrelación y su relación con el niño tienen una influencia decisiva en la formación de la agresividad. Si los padres viven en un clima de agresividad y de violencia generarán en sus hijos estos mismos síntomas. Incorporarán como modelo la forma de ser y de conducirse de sus padres. Si los padres son mal avenidos y discuten y pelean entre sí en forma permanente, se va creando en el niño una tensión, producto de la amargura y de la frustración de ver a sus padres en discordia. Esta tensión se manifiesta a través de agresividad y de violencia. La situación de permanente tensión genera en el niño una angustia muy intensa y también una sensación de rabia.

Hay madres o padres muy autoritarios y tiránicos que no se preocupan por la personalidad del niño, por sus inquietudes y sentimientos y tratan de imponer su autoridad a cualquier precio.

Otros padres están tan preocupados por sus vidas que no prestan la atención necesaria a sus hijos y no establecen con ellos un canal de comunicación fluido, de manera que los niños no tienen a quien recurrir cuando lo necesitan. Los niños que provienen de familias en las que los padres adoptan estas formas de relación o de inadecuada relación con sus hijos, tienen mucha frustración, rabia, agresividad y ansiedad. Se sienten incomprendidos y descargan permanentemente su rabia en sus maestros, amigos y compañeros. Padres y madres autoritarios y/o abandonicos producen mucha rabia, agresividad, miedos y angustia en los hijos.

También son muy agresivos los niños que no se sienten tomados en cuenta ni atendidos o aquellos que sienten que sus padres no los entienden.

Una causa importante de rabia y de agresividad en los niños es la amenaza de abandono o la separación real de una figura parental.

Las amenazas de abandono con respecto a los hijos, efectuadas por uno o ambos padres, producen ansiedad y agresividad en los niños, porque las creen ciertas y temen que sean realmente llevadas a cabo por sus padres.

Otros casos en que se produce agresividad son:

- Cuando los niños celosos que se sienten postergados a causa de otros hermanos, experimentan rabia contra éstos y contra sus padres.

TESIS CON  
PALLA DE ORIGEN

- Cuando los niños hiperactivos que no son comprendidos ni tratados y, en cambio, son permanentemente castigados, manifiestan gran hostilidad y rabia por la incompreensión de que son objeto.
- Cuando los niños maltratados sienten enorme ansiedad y rabia frente a la situación que están enfrentando.

Por otra parte, hay niños con miedos, fobias y obsesiones que no son tratados y que están permanentemente atormentados por sus síntomas, que los tienen en un estado de tensión que descargan a través de la rabia y la agresividad.

Otra situación es la doble escolaridad en donde los niños que están encerrados casi todo el día llegan tarde a sus casas y no se les permite jugar para que no dañen los muebles o quiebren los vidrios. Los padres no los sacan a pasear a lugares abiertos durante la semana. De tal manera que no pueden correr, saltar, ni gastar energías. Son niños que tienen gran cantidad de energía. Están llenos de dinamita y no tienen cómo descargarse y lo hacen a través de agresividad y hostilidad hacia hermanos y compañeros.

Por otra parte, los niños tienen muy arraigado dentro de sí el sentido de la justicia. Cuando sienten que es transgredido sufren mucho y lo manifiestan a través de agresividad, cuya causa frecuente es el sentimiento de que se comete una injusticia en contra de ellos.

La inseguridad por su parte, también causa en los niños mucha agresividad. Esto se refiere a la inseguridad en sí mismos y a la inseguridad de que pueden contar con el amor de sus padres (Klorman, 1998).

### **3.4 Desconocimiento personal y baja autoestima.**

La autoestima de los niños en general no es simplemente baja o alta, es como una nube en capas que está sometida a cambios diarios en su forma e intensidad, y que varía de acuerdo con el humor del niño, la familiaridad del ambiente, la tarea que tenga entre sus manos y las actitudes de las personas que lo rodean (Apter, 1999).

El psicólogo que ha dirigido la mayor investigación sobre la autoestima de los niños, Stanley Coopersmith (citado en Apter, 1999), ha sugerido que imaginemos la autoestima como una especie de monólogo interior de una persona- el yo contando una historia sobre el yo. En particular, se trata de la habilidad para realizar tareas, el valor que nos otorgamos como personas y la importancia de la propia vida. Cuando un niño hace algo, ¿ cree que va a

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

hacerlo bien? ¿tendrá éxito? ¿cómo se mide con otras personas? ¿se preocupa porque sus compañeros sepan más, sean más inteligentes o más habilidosos que él? ¿le importa que los demás lo consideren una persona interesante? ¿se pregunta ansiosamente si será capaz de conversar, jugar o compartir las tareas escolares con sus compañeros?

Podemos a modo de guía, imaginar a un niño con una fuerte autoestima hablando consigo mismo del siguiente modo:

"Soy una persona valiosa e importante. Soy al menos tan bueno y tan capaz como cualquier otra. Los que me valoren me tratarán bien. Puedo decidir por mí mismo lo que quiero hacer y ser, y esas decisiones cuentan porque las pongo en práctica, y porque lo que decido y siento influye en otras personas. Mis ideas y sentimientos cuentan; marcan una diferencia. El mundo está lleno de gente por conocer y de cosas por hacer, y me siento feliz de aceptar los desafíos que ambas cosas me ofrecen. Si no logro realizar satisfactoriamente una tarea, si una relación no funciona, habrá otras que salgan bien porque en general soy capaz de tener buenos amigos y de trabajar correctamente, y lo seguiré haciendo bien en el futuro".

La vida para este niño resulta interesante en vez de amenazante. Pero los niños con baja autoestima o que manifiestan lo que se denomina una actitud negativa en relación con su vida, responderían de otra manera:

"No soy tan importante ni despierto interés. No soy capaz de hacer lo que hacen otras personas, y si alguien me pide que haga algo, no seré capaz de hacerlo, o al menos no lo haré del modo esperado. Soy el tipo de personas que los demás ignoran, importunan o que incluso sufren abusos, y lo que yo deseo no se tiene en cuenta, de manera que prácticamente no sé lo que quiero. Odio los cambios, independientemente de cuán incómoda sea la situación actual, porque me producen confusión y me enfrentan con exigencias ante las que no soy capaz de responder. No tengo ningún control sobre lo que me sucederá en el futuro; las cosas pueden empeorar pero con toda seguridad nunca serán mejores".

Estos dos diferentes monólogos revelan distintas actitudes; pero en la vida real las actitudes de los niños no se distinguen de una forma tan obvia. Hasta los quince años, cuando el concepto de sí mismo comienza a adquirir su estructura permanente (aproximadamente), los niños trazan una fina línea entre estos dos monólogos opuestos, pasando de uno a otro con desconcertante facilidad. Sus vidas cotidianas están atestadas de descubrimientos sobre sus

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

propias habilidades, sus poderes y sus limitaciones. Se sienten seguros en una determinada situación, pero no en otras.

La opinión de los niños acerca de lo que son capaces de hacer y de cómo los ven los demás es bastante variable.

La autoestima implica un complejo de sentimientos, expectativas y creencias basadas en las variables aptitudes de los niños al participar en el mundo (Apter, 1999).

Para Clemes (1998), un niño con poca autoestima tiene una minusvalía comparable a la de cualquier persona incapacitada físicamente; cuando se tiene poca autoestima se posee también muy escasa capacidad para tener éxito en el aprendizaje, en las relaciones humanas y en cualquier otro orden de la vida.

Dicho autor señala "la autoestima son sentimientos positivos dando lugar a actos que, a su vez, refuerzan esos gratos sentimientos". En un niño puede detectarse su autoestima por lo que hace y por cómo lo hace.

La autoestima no es conocerse a uno mismo, aunque con frecuencia se confundan estos conceptos. El conocimiento de uno mismo es una teoría; es lo que el niño cree de sí mismo, aunque lo que cree no se corresponda con su comportamiento. El niño tiene una idea sobre cómo se ve él haciendo cosas que se le dan bien o mal, sobre sus preferencias, sobre lo que le gusta y lo que no, sobre el papel que desempeña en sus relaciones con los demás y sobre las exigencias que él mismo se marca. Puede creer de sí mismo que es una persona amigable, pero no tener amigos. Pueden gustarle los deportes pero rechazar formar parte de los equipos del colegio.

El conocimiento y la autoestima están relacionados porque la satisfacción que consigue el niño aumenta cuando:

- Ha aplicado en la práctica, y con éxito, el conocimiento que tiene de sí mismo; por ejemplo, un niño que se ve como un buen deportista y marca el gol de la victoria para su equipo.
- Cumple con las exigencias que él mismo se ha marcado; por ejemplo, un niño que valora los resultados académicos y saca la nota más alta en un examen de matemáticas.
- Otros confirman la idea que de sí mismo tienen; por ejemplo, un niño que cree que dibuja bien y al que le alaban un dibujo.

TESIS CON  
 FALLA DE ORIGEN

Clemes (1998) describe las características de los niños que tienen mucha o poca autoestima:

**Un niño con mucha autoestima...**

Estará orgulloso de sus logros.

Actuará con independencia asumirá responsabilidades con facilidad.

Sabrà aceptar las frustraciones.

Afrontará nuevos retos con entusiasmo.

Se sentirá capaz de influir sobre otros mostrará amplitud de emociones y sentimientos.

**Un niño con poca autoestima...**

Evitará las situaciones que le provoquen ansiedad.

Despreciará sus dotes naturales.

Sentirá que los demás no le valoran.

Echará la culpa de su propia debilidad a los demás.

Se dejará influir por otros con facilidad.

Se pondrá a la defensiva y se frustrará fácilmente.

Se sentirá impotente.

Tendrá estrechez de emociones y sentimientos.

La autoestima tiene sus altibajos. Si un niño tiene mucha o poca autoestima muestra, por lo general, algunas de las características citadas, pero todos los niños se expresan así alguna vez.

Los niños que tienen poca autoestima lo reflejan en su comportamiento. Y conforme se van desarrollando las características de esa falta de autoestima, van convirtiéndose en costumbre y, como tales, tan difíciles de erradicar como cualquier otra (Clemes, 1998).

Uno de los factores más importantes a la hora de tener éxito en el colegio es la autoestima. Un niño con una inteligencia superior a la media y muy poca autoestima puede ir raspando, mientras que otro de inteligencia media pero con mucha autoestima puede obtener unos resultados nada corrientes. El niño con poca autoestima suele encontrar poca satisfacciones en el colegio; en seguida pierde la motivación y el interés y, en cambio, emplea buena parte de sus energías en aquellos aspectos que se relacionan con los sentimientos hacia sí mismo; por

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

ejemplo, la relación con los demás, problemas temores y ansiedades. De este modo dedica al colegio y a las tareas escolares una atención mínima.

Con mucha frecuencia, las experiencias capaces de reforzar la autoestima están relacionadas con el colegio, y por ello producen una ansiedad con la que el niño lucha continuamente; la carencia de autoestima le lleva a obtener malas notas y estás le inducen a considerar todavía menos, a tener menos estimación por sí mismo.

De esta forma, el niño entra en un círculo vicioso del que resulta cada vez más difícil salir, según va pasando el tiempo.

Por otra parte, cuanto peor va el niño, más se acude a la aplicación de remedios: el niño se ve inmerso en una espiral de fracasos y de autoinculpaciones, mientras que nadie presta atención a las peculiaridades de su autoestima.

Si la ansiedad es excesiva, el aprendizaje se hace más difícil. El niño con poca autoestima lucha continuamente con factores que le producen ansiedad y que terminan por entorpecer sus estudios. Cuando aumenta la autoestima, la ansiedad disminuye y ello permite que el niño participe en las tareas de aprendizaje con una mayor motivación.

Un niño con mucha autoestima suele mantener buenas relaciones con los demás; estas relaciones son de ida y vuelta, porque a los niños y a los adultos les gusta relacionarse con gente con la que les es grato mantener una relación. Por el contrario, un niño con poca autoestima suele ser excesivamente agresivo o reservado en sus relaciones y eso produce poca satisfacción en los demás, lo que dificulta el establecimiento de nuevas relaciones.

Para el niño con poca autoestima las relaciones personales tienen una tremenda importancia: busca en los demás el apoyo y la aprobación que no encuentra en sí mismo. Lo que ocurre es que un niño así tiende a malinterpretar la comunicación y las actitudes de los demás, terminando por creer que los otros piensan de él lo que él piensa de sí mismo. Esta es una causa muy frecuente de que se frustren las amistades de los niños que tienen poca autoestima.

Si el niño siente que no gusta a los demás o que no se le valora, actuará como si esa fuera la actitud de los demás lo sea o no en realidad (Clemes, 1998).

Para Waisburd (2001), un ser humano con una baja autoestima lucha todo el tiempo consigo mismo y con los otros, no acepta ni perdona la imperfección, se regaña y se juzga a sí mismo todo el tiempo y lo mismo hace con los otros.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

La autoestima tiene que ver con el grado de valor que la persona tiene de sí misma. Una autoestima sana nos dirige hacia el movimiento, hacia las actitudes positivas y comprometidas y hacia la libertad de ser quienes realmente somos.

### **3.5 Falta de creatividad.**

Las presiones psicológicas que inhiben la creatividad del niño tienen lugar en las primeras etapas de la vida. A la mayoría de los niños que van al preescolar, al jardín de la infancia e incluso al primer grado de la primaria, les encanta estar en la escuela. Sin embargo, cuando llegan a tercero o a cuarto grado, a muchos ya no les gusta la escuela, y mucho menos tienen algún sentido del placer de su propia creatividad.

La investigación de la doctora Amabile (citada en Goleman, 2000) ha identificado los principales asesinos de la creatividad.

**La vigilancia:** situarse junto a los niños, haciéndolos sentir que son observados constantemente mientras trabajan. Cuando un niño se halla bajo constante observación, el impulso creativo y las ganas de arriesgarse resulta ahogado y se esconde.

**La evaluación:** hacer que los niños se preocupen por cómo juzgan los demás lo que ellos hace, a los niños debe preocuparles en primer lugar si ellos mismos se sienten satisfechos con sus logros, en lugar de concentrarse en cómo los evaluarán o calificarán, o qué pensarán sus pares.

**Las recompensas:** el uso excesivo de premios, como estrellas doradas, dinero o juguetes. Utilizados en exceso, los premios privan al niño del placer intrínseco de la actividad creativa.

**La competencia:** poner a los niños en una situación desesperada de ganar o perder, en la que sólo uno de ellos puede ocupar el primer puesto. Al niño debe permitírsele progresar a su propio ritmo. (Puede haber sin embargo una competencia sana que fomente el espíritu de grupo o equipo).

**El exceso de control:** indicar a los niños exactamente cómo hacer las cosas: sus tareas escolares, sus trabajos, incluso sus juegos. Los padres y los maestros a menudo confunden esta manipulación con su deber de instruir. Esto provoca en los niños la sensación de que cualquier originalidad es un error y cualquier exploración, una pérdida de tiempo.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

**.La restricción de las elecciones:** decir a los niños qué actividades deben practicar, en lugar de permitirles que se dejen llevar por su propia curiosidad y pasión. Es mejor dejar que el niño elija lo que le interesa y apoyar esa inclinación.

**.La presión:** establecer expectativas exageradas para el desempeño del niño. Por ejemplo, los regímenes de entrenamiento tipo invernadero –que obligan a los niños muy pequeños a aprender el alfabeto o a contar antes de que tengan interés real- pueden con facilidad tener efecto contrario y producir aversión por el tema que se está enseñando.

Uno de los mayores asesinos de la creatividad, no obstante, es más sutil y se halla tan profundamente arraigado en nuestra cultura que apenas si lo reconocemos. Tiene que ver con el tiempo.

Si la motivación intrínseca es una clave de la creatividad del niño, el elemento crucial para cultivarla es el tiempo: tiempo ilimitado para que el niño saboree y explore una actividad o un material en particular hasta hacerse dueño de él. Tal vez uno de los mayores crímenes que cometen los adultos contra la creatividad del niño sea el de robar ese tiempo a los niños.

Los niños más naturalmente que los adultos, entran en ese estado último de creatividad llamado flujo, en el cual la absorción total puede engendrar picos de placer y creatividad. En el estado de flujo el tiempo no importa, existe sólo el momento atemporal inmediato. Es un estado que resulta más cómodo a los niños que a los adultos, que son más conscientes del paso del tiempo.

Ann Lewin (citada en Goleman, 2000) directora del museo de los niños en Washington, explica:

“Una cultura apresurada significa que una y otra vez los adultos interfieren justo en ese momento creativo en el que el niño va rumbo a la destreza, y le pone fin. En las escuelas hay campanas que te interrumpen en lo que haces. Está el ritmo de las actividades extraescolares. Están los horarios de los padres que se imponen al tiempo de los niños. A los niños se les apremia para que sigan adelante con su existencia sin tener en cuenta el ritmo natural que exigiría el ir desplegándose poco a poco. Eso, más que cualquier otra cosa, mata la creatividad”.

Para el desarrollo de la creatividad, los bloqueos son resultado de los miedos, las inseguridades y la falta de autoestima que nos acompañan cotidianamente, éstos nos impiden

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



manifestarnos de manera creativa y se nos presentan como obstáculos que creemos inevitables (Waisburd, 2001).

Una autoestima baja es terreno fértil para sembrar bloqueos mentales, físicos, emocionales y espirituales. El desarrollo creativo se debilita y crecen las resistencias y el miedo al fracaso.

Los bloqueos tienen una carga afectiva que nos daña, limita nuestra expresión, la comunicación, la experimentación, y la creación. Son imágenes congeladas que se graban como huellas en nuestra estructura mental. La energía, que es el motor indispensable para desarrollarnos creativa y afectivamente, sigue a la conciencia, pero si ésta se sumerge en el bloqueo, la negación y el miedo, entonces la energía tiende a congelarse.

Los bloqueos son producto de una educación inflexible, avalada por una sociedad con estructuras rígidas que nos pide copiar y perpetuar patrones de conducta para no salirnos de un esquema establecido de orden y disciplina. Si alguien se sale de ese supuesto orden es criticado severamente y los juicios de valor negativos generan en las personas una serie de candados que les impiden ser creativos. Pareciera que la consigna es repetir, no ser original ni innovador, no experimentar, no ser espontáneo (Waisburd, 2001).

Investigaciones realizadas por Torrance (citada en Waisburd, 2001), comprueban que el niño al ingresar a la educación preescolar presenta un grado muy elevado de creatividad y que al llegar al cuarto año de primaria ésta se ve sofocada. Los padres y los maestros tienden a confundir la creatividad con la rebeldía y los problemas de conducta. Aunque ésta no es una actitud intencional, sí el resultado de la ignorancia que existe en la sociedad en su conjunto para reconocer los procesos en donde se gesta la creatividad.

Los bloqueadores de la creatividad aparecen debido a miedos e inseguridades que son resultado de ineficientes hábitos de aprendizaje, por la influencia de ciertas tradiciones y reglas, por la percepción limitada, por la memoria selectiva que escoge únicamente lo que quiere recordar, tanto positivo como negativo, y por los mapas y estructuras mentales.

Waisburd (2001) señala que existen diversos bloqueos que abarcan varias áreas del ser humano y los clasifica en:

- Bloqueos cognoscitivos, que se manifiestan con problemas de aprendizaje, mala memoria y falta de concentración.
- Los emocionales se expresan con angustia, ansiedad, miedo e inseguridad.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- Los físicos se declaran con contracturas musculares, enfermedades, deformaciones del cuerpo, poca energía y dolores musculares.
- Los culturales se revelan por medio de normas y valores establecidos por la sociedad y se perpetúan de forma consciente e inconsciente.
- Los perceptuales tienen que ver con un adormilamiento de las percepciones, con una especie de ceguera respecto a realidad, con hábitos de aprendizaje ineficientes, es decir, nos acostumbramos a percibir la realidad de una sola forma lineal y tenemos dificultad para encontrar nuevos significados a las cosas, se nos hace difícil relacionarnos y encontrar usos, asociaciones y aplicaciones distintas.

Los espirituales se manifiestan cuando la persona pierde contacto con su fuerza vital, su pasión, con el ser real y al no encontrar el sentido a la vida.

Otro de los bloqueadores reales de nuestra cultura son la fatiga y el estrés. Cuando estamos demasiado estresados y cansados el fluir de la vida y la creatividad es muy difícil.

Para ejemplificar, imaginemos que tenemos un vaso muy lleno de agua, si le vertemos más, ésta se derrama. Lo mismo pasa con el ser humano, éste necesita "vaciar" para volver a llenarse con energía, con ideas y emociones nuevas, si no, se enferma tanto física como emocionalmente, se bloquea y se destruye.

comprometidas y hacia la libertad de ser quienes realmente somos.

Todo bloqueo a la creatividad procede del miedo que el individuo tiene de sus emociones y de las necesidades instintivas de su yo profundo, y ello lo conduce a adoptar una actitud constante de autodefensa y de lucha contra los propios impulsos; debido a ello, gasta mucha energía para controlar la realidad, lo cual le causa fatiga, ansiedad y depresión (Novaes, 1973).

Así mismo, observemos a un niño de tres años, ante el enojo y la agresión, en forma natural su posición corporal expresa reto: saca su pecho, prepara sus puños para defenderse, abre sus ojos. Y qué sucede con los adultos: su cuerpo ha adquirido una postura que refleja su vida "el cuerpo es la historia congelada de la persona". vemos adultos con miradas perdidas, o expresiones faciales rígidas y de enojo. Vemos adultos con el pecho hundido, con los hombros caídos y la espalda encorvada. ¿Qué significa esto? Que vamos adquiriendo, por la edad y la descalcificación de los huesos, una postura incorrecta y de forma inconsciente creemos que al encorvarnos protegemos el pecho que cubre el corazón y las emociones y

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

como resultado todo el cuerpo que es una unidad integral se va haciendo más rígido y contracturado (Waisburd, 2001).

La persona al ir creciendo, crea diferentes "máscaras" que sirven como defensa y para esconder las emociones tanto positivas como negativas.

Por su parte Bean (1998), advierte que la creatividad y la comunicación van de la mano. Existen algunas ventajas si se expresan los sentimientos directamente en la infancia. La principal es que los adultos que están educando al niño obtienen información que les ayudará a resolver sus necesidades. Los niños a los que se les niega la posibilidad de expresarse, de aprender a no decir a los adultos si se sienten mal- confusos, nerviosos, frustrados o enfadados- estos niños tienden a manifestar los sentimientos de forma indirecta e inadecuada, por ejemplo, robando, estropeando o rompiendo objetos. Expresar los sentimientos no significa ser violento. Decir que uno está enfadado es diferente a pegarse con alguien.

Los niños a los que se enseña a suprimir ciertos sentimientos acaban generalmente restringiendo sus emociones. No solamente tienen problemas para controlar los así llamados sentimientos negativos, sino que también se vuelven insensibles a los positivos, como la alegría y el júbilo.

Por otro lado la escuela insiste fundamentalmente en la capacidad intelectual, y sigue siendo sobre todo en el hogar donde los niños aprenden a sentir emociones. Fomentar la creatividad es el camino más directo para ayudar a los niños a dominar ambos campos (Bean, 1998).

Es sabido por todo educador, padre o maestro, que los hogares y las escuelas, que los progenitores y profesores juegan un papel primordial en la formación de adultos responsables y productivos (Smeke,2002).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## CAPITULO 4

### FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO EMOCIONAL DE LOS NIÑOS.

#### 4.1 La familia en la formación emocional.

En la familia —en lo que se refiere a los efectos de su influencia en la formación del niño— basta con que las personas sólo tengan lazos de consanguinidad o maritales. Para llamarse familia, a través de su forma de vida y de relación debe estar en condiciones de darle al niño un ambiente de afecto, estabilidad, tranquilidad y seguridad que le permitan formarse, desarrollar sus potencialidades y una adecuada salud física y psíquica (Klorman, 1998).

La familia debe ser constantemente un continente afectivo para el niño. Al igual que su organismo necesita alimentos para vivir y desarrollarse y aire para mantener vivo la psiquis y espíritu del niño; necesita cariño, afecto, amor y estímulo para un adecuado desarrollo. La seguridad que le proporciona al niño una familia bien constituida es la base de su estabilidad psíquica y emocional.

El hecho de que el niño puede contar siempre que lo sienta necesario con su madre y con su padre y que esto le calme sus miedos y angustias, le proporciona un piso emocional firme y un techo afectivo que lo contiene, permitiendo la realización de sus potencialidades y el llegar a tener una buena salud psicológica. La familia debe representar para el niño un sistema continente que le dé protección, seguridad afectiva, comprensión, tolerancia, apoyo y respeto por su persona.

La base y el alma de la educación que proporcionan los padres los constituyen su propia forma de vida, sus actitudes diarias, su forma de hablar, de sentarse, de comer, de relacionarse entre sí y con otras personas tanto familiares como extrafamiliares. Cada actitud y conducta materna y paterna es constantemente observada y examinada de manera minuciosa por los hijos, los padres son el modelo con el cual los hijos no sólo se identifican sexualmente sino del cual deberían aprender a vivir, a convivir, a adaptarse a las siempre cambiantes circunstancias y relacionarse con el ambiente que los rodea.

Los padres deben estar conscientes y constantemente alertas de que todo lo que hacen y dicen no les atañe sólo a ellos, sino que se transforma en un ejemplo permanente para sus

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

hijos tanto en lo que se refiere a sus actitudes y conductas sanas y equilibradas como a aquellas enfermas e inadecuadas.

En el desarrollo emocional del niño se pueden producir serios trastornos si los modelos parentales con los cuales se identifica son inadecuados. Los padres con disturbios emocionales interfieren en el desarrollo emocional de sus hijos. Es el caso de los padres lejanos, absortos en sus problemas, y el de aquellos que se pasan peleando, discutiendo y agrediéndose verbal y físicamente; o de los padres depresivos, muy ansiosos, irascibles, inseguros, fóbicos o confusos.

Por la especial influencia que tienen los modelos del padre y de la madre, éstos deben cuidar su propia salud mental y estabilidad psicológica. En el caso de que presenten problemas en estas áreas deberán acudir en pos de ayuda profesional, porque no sólo está en juego su salud psicológica, sino también la de sus hijos.

Los padres y la familia deben tratar de lograr equilibrio psicológico y madurez para proporcionar a sus hijos el mejor clima —en cuanto a salud mental se refiere— para el desarrollo adecuado de su personalidad, y acompañarlo en su paso por las distintas etapas de su evolución, con fuerza, estímulo, seguridad y afecto.

Los padres no pueden autoerigirse para alcanzar grados de perfección sobrehumana, pero deben adquirir— por el beneficio de sus hijos—, a través de orientación y ayuda, los conocimientos necesarios para solucionar sus dudas y resolver sus propios problemas y los de la relación padres-hijos. Hay casos de niños que presentan dificultades y problemas en su desarrollo emocional y en su salud mental a pesar de desarrollarse y vivir en hogares adecuados con padres sanos que les proporcionan afecto, seguridad, estabilidad y confianza en sí mismos. Estas dificultades se deben a problemas orgánicos o psicológicos de los niños y requieren atención profesional adecuada.

Los trastornos de la personalidad, del carácter o de la conducta están relacionados entre otras cosas con anomalías del ambiente (especialmente el hogar y en menor proporción la escuela), con trastornos del crecimiento físico y psíquico y de la maduración emocional, con problemas en la formación de la confianza en sí mismo y con dificultades en la adquisición de la capacidad de relacionarse con los demás.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

El trastorno psicológico es en muchos casos sinónimo de inmadurez, de dificultad en el desarrollo emocional del niño y en su capacidad de relacionarse con la gente y con el medio ambiente (Klorman, 1998).

En los primeros años de vida se forma de manera decisiva el mundo emocional: la confianza en uno mismo, el autocontrol, la actitud abierta frente a lo nuevo, la capacidad de empatía, el saber disfrutar del contacto con otras personas son capacidades elementales que los niños van construyendo ya en el seno de su familia. Son la base del posterior desarrollo emocional. El grado de estabilidad de estas bases depende, sobre todo, de lo bien que los mismos padres sepan manejar sus propias emociones; por lo general, los padres inteligentes desde el punto de vista emocional también son eficaces educadores emocionales (Mártin, 2000).

En los primeros cuatro años de vida, el cerebro humano crece hasta alcanzar dos tercios de su volumen definitivo. Durante esta fase, las conexiones neuronales se forman con mucha más rapidez que durante el resto de la vida. Por lo tanto, los procesos de aprendizaje durante los primeros años de vida se producen con mayor facilidad que en cualquier otro momento posterior. La primera infancia ofrece una oportunidad única de poner en marcha el desarrollo de las capacidades latentes. Esto es válido también para el desarrollo del mundo emocional.

Las reacciones de los padres frente a las manifestaciones emocionales del niño, tanto si son demasiado débiles como si son demasiado intensas, desencadenan en éste confusión y aflicción. Ejemplos de esto son las siguientes situaciones:

. **Abandono emocional.** Si las emociones como, por ejemplo, la necesidad de caricias se ignoran de forma permanente, el niño, poco a poco, deja de manifestarlas: porque no tiene ningún sentido hacerlo.

. **Sobre estimulación.** Pero es igual de incorrecto que los padres exageren el cuidado emocional del niño –por ejemplo, reclamándole un besito más, cuando el niño ya hace rato que muestra interés por otras cosas-. A la corta o a la larga, esto hace que el niño relacione los mimos con vivencias desagradables y deje de manifestar su necesidad de ternura.

La atención emocional excesiva o demasiado escasa puede incluso provocar que, en un momento dado, el niño sencillamente deje de percibir las emociones ante las que con frecuencia los padres reaccionan de forma demasiado débil o demasiado intensa. Su mundo emocional se empobrece.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Las emociones que se encuentran fuera de nuestro propio repertorio emocional tampoco podemos percibir las en los demás. En resumen: por lo general, los hijos de padres capaces de percibir las emociones ajenas desarrollan también una buena capacidad de percepción frente a las emociones ajenas; la mayoría de los hijos de padres menos empáticos tendrán en el futuro menos sensibilidad para percibir las emociones de los demás (Mártin, 2000).

Klorman (1998) menciona que la confianza en sí mismo adecuadamente fundada es compatible con la capacidad de confiar en otros y se complementan. Ambas son producto de una familia que proporcionan sólido apoyo a sus hijos y tienen respeto por sus aspiraciones personales, su sentido de responsabilidad y su habilidad para enfrentar al mundo. El firme apoyo familiar alienta el nacimiento de la confianza en sí mismo. Todos los estudios revelan que en los primeros años de vida de un niño la confianza en sí mismo se basa en los firmes lazos de afecto que lo unen a una figura en quien confían y con la cual se desarrollan. Se ha visto que los estudiantes que tienen mayor éxito provienen de hogares en los que los niños reciben un máximo apoyo, en los que la comunicación entre padres e hijos es transparente y donde se les tiene confianza y se les otorgan responsabilidades. Cuando un estudiante tiene confianza en sus relaciones familiares, caracterizadas por la seguridad, el apoyo, el aliento y la estabilidad, también tiene confianza en sí mismo y aprovecha al máximo sus estudios.

Debemos entonces enfatizar la enorme importancia que tiene el hogar y la familia para el desarrollo emocional y la salud mental del niño y del futuro adulto. Todos los esfuerzos de los padres para apoyar, sostener y estimular a sus hijos, facilitar su independencia y proporcionarles un ambiente de seguridad y estabilidad se verán recompensados al saber que están proporcionando las bases para el desarrollo armónico de su personalidad y les están dando los elementos necesarios para afrontar el futuro con seguridad y con confianza en sí mismos. Es decir, están forjando las bases para el equilibrio emocional y la salud psicológica de sus hijos. Es indispensable que los padres tengan una conducta coherente en su vida personal y en los mensajes que les transmiten a sus hijos. Esta coherencia se debe manifestar en todas las actitudes de la vida personal y parental. La actitud de vida coherente por parte de los padres es muy beneficiosa para la salud psíquica de sus hijos. Si los padres son respetuosos y tolerantes en algunas oportunidades, e irrespetuosos y agresivos en otras, los niños no sabrán qué modelo seguir. Es normal que un ser humano tenga de vez en cuando actitudes extemporáneas, pero hay que tratar de mantener una línea de acción en beneficio de

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

si mismos y de sus hijos. Si un padre les enseña a sus hijos la inconveniencia de la agresividad con sus hermanos y compañeros, pero él mismo es constantemente agresivo en forma verbal o física, les está dando un doble mensaje. Si el padre le muestra los efectos nocivos del cigarrillo para impedir que fume, pero él mismo fuma, no está siendo coherente con su mensaje. Los hijos se guían por la actitud y el accionar de los padres y no por lo que dicen. Si los padres son coherentes en cuanto a que cumplen con la acción lo que preconizan con las palabras les estarán transmitiendo a sus hijos un modelo de vida más sano. Es sumamente importante que los padres sepan que los mensajes que transmiten en conjunto a sus hijos deben ser claros y congruentes. Con este objetivo ambos deben ponerse de acuerdo previamente. El hecho de que la madre le indique algo al hijo y el padre lo contrario, o viceversa, perturba y confunde al niño y crea un caldo de cultivo para futuros problemas psicológicos graves (Klorman, 1998).

Al respecto Clemes (1998), opina que los padres son modelos para sus hijos. Pero con frecuencia los niños imitan también sentimientos y actitudes de sus padres, además de imitar su manera de hablar, sus tics y las cosas que hacen. Para los niños, el interior de sus padres es un punto de referencia de igual valor que su exterior, por ejemplo; ver cómo actúan. Y los sentimientos y actitudes de los padres suelen expresarse de forma sutil y muda; por ejemplo: si un padre se encoge de hombros al tiempo que su rostro permanece tenso, el niño interpretará que su padre está desilusionado, aunque no diga ni palabra. Mensajes así, no verbales, se deslizan, por ejemplo, entre lo que se dice y el tono que se emplea en decirlo. Es casi imposible ocultar un sentimiento y los niños son observadores muy agudos que cazan al vuelo las expresiones sutiles que hay en las actitudes de sus padres.

Los niños acuden continuamente a los padres para obtener claves de comportamiento. Y a los niños les influyen las reacciones emotivas de los padres, por mucho que éstos no las expresen (Clemes, 1998).

Para Vallés (2000) unas emociones sí se aprenden, otras son innatas, pero su expresión se va aprendiendo poco a poco a lo largo de las etapas evolutivas. El enfado/ira, la alegría, la tristeza, el asco/desprecio y el miedo, son emociones universales; sin embargo, adquieren una carga cultural, ya que desde bien pequeños, los niños observan a sus padres y hermanos cómo expresan en el rostro esas emociones que son innatas. Poco a poco se van aprendiendo las reacciones emocionales por imitación en la niñez, en la adolescencia y en la juventud, según

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



las vivencias personales, según el lugar aprendemos a comportarnos emocionalmente de una manera o de otra. Así, por ejemplo, aprendemos a reaccionar de un modo distinto en casa o en el trabajo, o los padres nos sorprendemos cuando el profesor de nuestro hijo ha reaccionado emocionalmente con gran violencia, cuando en el hogar sus reacciones son totalmente adecuadas. Esto ocurre porque el ambiente en el que nos desenvolvemos modela en nosotros un estilo de responder según el objetivo que nos propongamos como meta o ideal de persona que poseamos. Si el objetivo es el de expresar con naturalidad las emociones sea como fuere, porque nuestra creencia es que no deben existir inhibiciones, sino dar rienda suelta a lo que dice el corazón, entonces, poco nos importará reír, llorar o enfadarnos públicamente, por ejemplo. Si, por el contrario, nuestro objetivo de vida personal es el de ofrecer una imagen de equilibrio ante los demás, tenderemos a inhibir y controlar nuestras reacciones emocionales (Vallés, 2000).

Mártin (2000) menciona un estudio sobre las emociones en el seno de la familia. En este se describe comportamientos de los padres que producen un efecto negativo en el desarrollo emocional de los hijos. Entre los errores más frecuentes se encuentran el hecho de:

**.Ignorar las emociones infantiles.** Algunos padres ignoran los movimientos emocionales de su hijo que a ellos, desde la percepción del adulto, les parecen triviales. No se dan cuenta de lo importante que esas experiencias emocionales, en apariencia insignificantes, tienen para el desarrollo ulterior del niño. Con ello pierden la oportunidad de profundizar en la relación con su hijo. Y cometen el error de no apoyar su desarrollo emocional.

**.Tolerancia exagerada.** Los padres tolerantes en exceso dejan que el niño se las arregle por su cuenta con sus emociones. En algunos casos, detrás de este comportamiento de los padres se encuentra un concepto particularmente liberal de la educación: otros se limitan a adoptar la postura de la mínima resistencia. Los padres que por principio se lo permiten todo a su hijo pierden la ocasión de enseñarles estrategias para manejarse con las emociones.

**.Escaso respeto por las emociones del niño.** Félix se despierta por la noche llorando porque ha tenido una pesadilla. Después no quiere volver a dormir a oscuras. Su madre da gran importancia al hecho de que sus hijos no sean blandengues: al fin y al cabo, quiere que en el futuro sean capaces de salir adelante en este mundo tan duro. En su opinión, Félix tienen que acostumbrarse a la oscuridad.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Los padres con principios y concepciones de la vida muy claros no toleran en sus hijos ninguna manifestación emocional que vaya en otra dirección que la deseada. No te pongas así suelen decir, por ejemplo, los padres que dan mucha importancia a que el niño aprenda a dominarse. A la larga, el niño dejará de manifestar las emociones de las que sabe que provocan en sus padres una reacción de rechazo. Se quedará solo con sus miedos y preocupaciones, sin la ayuda de sus padres, a Félix le resultará difícil encontrar los mecanismos adecuados para tranquilizar sus emociones. Si la madre respetara el miedo de su hijo, podría acostumbrándolo poco a poco a dormirse de nuevo en la obscuridad, dejando la luz encendida y reduciendo la intensidad cada noche un poco. Sería una experiencia importante para Félix, ya que le enseñaría que es capaz de superar el miedo poco a poco.

Mártn (2000) al igual que otros autores señala que, aunque los padres a menudo no se dan cuenta, un niño realiza un gran número de experiencias de aprendizaje imitando todo cuanto ve y oye. Se imitan con particular empeño las personas con las que el niño tiene una buena relación emocional; por lo tanto, en primerísimo lugar, los padres. Por eso es tan importante que los padres vivan aquello que quieren conseguir en sus hijos: si quieren que su hijo sea honesto, deben practicar también la honestidad. También es válido esto para el manejo de las emociones: los padres, por medio de su propio comportamiento emocional, les muestran el camino a seguir.

Otros aspectos en donde los padres influyen pueden ser cuando estos perciben las emociones de sus hijos, las admiten y las suavizan, de manera indirecta les están mostrando las posibilidades que tienen de poderse tranquilizar a sí mismos cuando están alterados.

También miedos más sutiles de los padres se transmiten a los hijos, incluso cuando los padres creen no haber mostrado nunca esas emociones a sus hijos. Muchos niños tienen percepciones muy sensibles para los cambios en el ambiente y captan con exactitud cuándo la madre o el padre están inquietos. La inquietud de los padres se transmite al niño. Por ejemplo, es muy probable que los niños cuyas madres están muy preocupadas por cómo le irán las cosas a su hijo en el jardín de niños reaccionen ante esa nueva situación con más miedo que otros.

Otro caso es la agresividad aprendida. Andreas, durante el recreo, ha empujado a un compañero. La maestra le comenta el incidente a la madre. Cuando por la noche el padre se

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

entera de lo sucedido, se enfurece. Le da una bofetada a su hijo y le grita: cuantas veces tengo que decirte que dejes en paz a tus compañeros.

Es de suponer que Andreas ya ha pasado a menudo por la experiencia de que su padre utilice la violencia cuando está furioso con él. Observando a su padre ha hecho su aprendizaje: cuando está furioso- por ejemplo, a causa de las burlas de un compañero- aplica las mismas estrategias que el padre: reacciona con agresividad. El mensaje verbal del padre (Debes dejar a tus compañeros en paz) no tienen el menor efecto, ya que está en contradicción con su propio comportamiento (Mártn, 2000).

A continuación se describe el caso de una niña que recibe de su madre una creencia acerca del éxito. En el último control de matemáticas, Julia sacó un insuficiente. Para el siguiente control se prepara muy bien, estudiando con ahínco en compañía de una amiga. El mismo día del examen, por la mañana, la madre de Julia le dice "Seguro que volverás a sacar una mala nota. Ya de pequeña, en los primeros cursos, tuviste siempre dificultades con las matemáticas. "Esta vez saca un Bien". El comentario de su madre "Que suerte has tenido", se manifiesta la creencia de que el éxito es por un acontecimiento que no tiene que ver con la preparación de Julia. La madre de Julia está programada para resignarse ante los fracasos y considerar los éxitos una mera cuestión de suerte. Con el tiempo, lo más seguro es que Julia aprenda que uno mismo, haga lo que haga, no puede influir -o muy poco- sobre los acontecimientos de la vida. Los éxitos son causales, los fracasos no son controlables. No tiene ningún sentido adoptar una postura activa.

Es muy posible que el afán de estudiar de Julia pronto disminuya y que en el siguiente control vuelva a obtener, efectivamente, malos resultados, en definitiva, así se confirmaría el mensaje de la madre. Aunque Julia sufre bajo el punto de vista pesimista de su madre, es probable que, a la larga, acabe adoptándolo. Es de tener que, como su madre, se convertirá en una persona insegura, pasiva y depresiva.

Por el contrario, los hijos de padres optimistas tienen grandes posibilidades de desarrollar a su vez un mundo emocional marcado por la confianza. Los padres optimistas les transmiten con su ejemplo el siguiente mensaje: los éxitos son -por lo menos en parte- atribuibles al propio esfuerzo, y los fracasos son una oportunidad de mejorar. Una madre optimista habría atribuido el éxito de Julia a su buena preparación y la habría animado a seguir estudiando con ahínco (Mártn, 2000).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

La Dra. Terri Apter (1999) en su libro "El niño seguro de sí mismo" señala que: "No podría haber escrito este libro, ni hubiera tenido deseos de escribirlo, si hubiera ignorado lo que significa ser impaciente con un niño que necesita mi apoyo, o descubrir que el grito de frustración de un niño vibra con el tono exacto de mi propia frustración, de modo que también yo siento ganas de gritar –pero más fuerte y durante más tiempo. He experimentado la sensación de estar dividida al sentir que un niño necesitaba mi comprensión y mi estímulo mientras yo estaba totalmente bloqueada por mis propias preocupaciones. Las respuestas que doy a mis hijos pueden cambiar fácilmente de la ira a la culpa, de la irritación al arrepentimiento –un péndulo en el que se mueven muchos padres. Y, como también les pasa a muchos otros padres, a menudo me asalta la idea que un padre o una madre ideal son siempre sabios, controlados y cuidadosos, y con frecuencia creo que sólo unos padres ideales serían suficientemente buenos para mis hijos". (Página 71)

Janet Walker citada en Apter (1999) escribe "las expectativas de los padres y de la educación de los hijos son actualmente superiores a cualquier otro momento de la historia y satisfacerlas se ha convertido en una tarea cada vez más difícil", ¿acaso en la actualidad se espera demasiado de los padres?

Cuando los abuelos de hoy eran niños, sus padres probablemente tenían ideas firmes y sólidas de lo que debía ser un buen padre. Los *buenos* padres, según su opinión, se ocupaban de que los hijos estuvieran bien alimentados, limpios y que tuvieran buen cobijo. También era necesario enseñarles buenas maneras y la forma de desarrollar las habilidades necesarias para ganarse la vida o para encontrar un lugar en la sociedad. El amor también era importante entonces, pero se le consideraba esencialmente en términos de un cuidado práctico y responsable de los hijos. La actual generación de padres está sometida a una gran presión. Una buena educación es esencial para criar niños que puedan integrarse en la familia, en el trabajo y en la sociedad. Se deben tener en cuenta las diversas experiencias que pueden tener los niños fuera de casa: pueden estar expuestos a la violencia, a la codicia o a la indolencia y, por lo tanto, debemos enseñarles el respeto, la moderación y la responsabilidad. Y mientras nos ocupamos especialmente del bienestar psicológico de nuestros hijos, también tenemos especiales dificultades para ofrecerles el tiempo y la atención que consideramos necesarios, nuestra vida laboral es más exigente que nunca. Nuestros puestos de trabajo son menos seguros que los de hace una generación. Las relaciones personales son más complicadas y

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

transitorias. Tenemos menos tiempo libre menos control sobre nuestro futuro y más estrés en todos los aspectos de nuestra vida. ¿Cómo, entonces, pueden ser los padres de hoy en día padres "ideales" que constantemente expresan amor y paciencia, y en todo momento saben autocontrolarse y controlar a sus hijos?

Incluso cuando asumimos la imponente responsabilidad de ser padres, seguimos siendo personas que a menudo se esfuerzan más allá de sus límites. ¿Cómo pueden esas personas cuyas vidas sufren altibajos, que tienen cambios de humor y de fortuna, cuyas relaciones más apreciadas corren el peligro de romperse y cuyos objetivos que han sido cuidadosamente contruidos pueden desmoronarse en cualquier momento, ser buenos padres? Muchos libros que tratan sobre la educación de los hijos enseñan a los padres la forma de ser cada vez mejores en su función. Dichos consejos pueden ser enormemente útiles, pero mientras buscamos la perfección, también es posible que tengamos que enfrentarnos con nuestras imperfecciones (Apter, 1999).

Los errores más comunes de los padres – o los obstáculos para la educación de los hijos en relación con nuestros mejores modelos- se derivan de:

**.La ira y el estrés.**

**.La depresión o la aflicción.**

**.El miedo, que conduce a la sobreprotección.**

**.Un divorcio o una separación.**

Algunas de estas faltas cometidas por los padres están relacionadas. Bajo una situación de estrés, estamos más propensos a la ira, y expresamos nuestra frustración y desaliento en formas potencialmente destructivas. Un miedo excesivo –por el bienestar de nuestros hijos, por su futuro y por la calidad de las relaciones que mantenemos con ellos- pueden deberse al estrés, a la depresión o a aflicción. En dichas circunstancias, es probable que los padres deban prestar especial atención a las respuestas del niño y quizá necesiten sugerencias específicas para mantener una relación positiva con su hijo(a)

### **Ira y estrés**

La ira es generalmente señalada por los padres como la fuente de mayor descontento en su papel de educadores. Los niños expresan que lo que más temen en el hogar es la cólera de sus padres. Incluso una expresión moderada de ira puede entristecer a un niño.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Los niños viven la ira de sus padres como una realidad inmediata, casi física, que modifica su entorno y amenaza su estabilidad. Los entristece y los enfada –porque es humillante, porque no se sienten queridos o incluso, tal como expresó una niña de nueve años llamada Lupita, porque los hace sentir feos.

Menciona Apter (1999) cuando conversé con los niños sobre qué sentían cuando sus padres se enfadaban, descubrí que existen diferentes formas de experimentar la ira:

Para algunos, la ira arrasa con todo como un tornado y se descarga de una forma general en vez de expresar una queja específica o señalar un determinado rasgo. “No existe un solo lugar que sea seguro ni un diminuto lugar desde donde pueda dejar de escuchar sus gritos”, afirmaba Grace de 8 años, cuando describía la ira de su padre.

La ira puede herir a un niño o arrastrarlo de un lado a otro, casi como si lo hiciera girar físicamente. Y continúa una y otra vez, mientras yo permanezco de pie viéndolo venir, pero luego tengo que – bueno, algo así como despertarme- porque debo decir algo para que se detenga: explicaba un niño de 10 años llamado Jim.

Algunos sienten que la ira es como una explosión de vergüenza, como si la cólera de los padres fuera capaz de abrir un archivo criminal entero. Billy, de nueve años, explica: Mientras ella chillaba ...me preocupa más lo que va a venir a continuación. Es probable que empiece a sacar a la luz cantidad de cosas, incluso de cosas que ni siquiera recuerdo y que, por lo tanto, no seré capaz de afirmar con total seguridad que no las he hecho. Por eso trato de retener la respiración y esperar que todo pase. Cierta vez pregunté si ya lo había dicho todo. ¿Has terminado? Por decir eso volví a meterme en problemas.

En ocasiones la ira de los padres enfada a los hijos que protestan por la humillación que sienten. Lisa, de catorce años, hablaba así de su madre: Cuando está enfadada sus ojos son como dardos, y tú sientes que ella es absolutamente recta y que tú estás llena de mierda...Ella parece temblar y tú tienes la sensación de que si ella se saliera con la suya, si la vida fuera justa, tú serías eliminada de la faz de la tierra.

También es inevitable que los padres nos enfademos cuando es adecuado, pero esta reacción tiene lugar por el profundo compromiso que tenemos con nuestros hijos y la inversión que hacemos en su educación. Nos preocupamos tanto que podemos sentirnos frustrados o desmoralizados cuando nuestro hijo no se comporta como creemos que debería hacerlo. Y los niños pueden ser realmente exasperantes. Son capaces de hacer cualquier cosa

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

por llamar nuestra atención se irritarán, nos molestarán con insistencia, estallarán de cólera, se sentirán malhumorados o se quejarán lastimosamente, cualquier cosa menos ser ignorados.

Para la Dra. Apter (1999) si un niño se comporta mediante el engaño, la evitación o la agresión debemos ocuparnos de nuestra propia ira.

El primer paso es descubrir nuestra ira. ¿Nos encolerizamos más de lo normal? ¿Es nuestra ira frecuentemente inadecuada al comportamiento de nuestro hijo? Las preguntas que podemos formularnos son:

- . ¿Suelo gritar cuando mi hijo interrumpe el curso de mis pensamientos?
- . ¿Me pongo particularmente furioso cuando se modifican incluso ligeramente, los planes de la casa?
- . ¿Me produce una extrema irritación que el niño exprese sus emociones —ya sea cuando está excitado o cuando está agobiado?
- . ¿Repentinamente me parecen que las demandas del niño son excesivas?
- . ¿Me enfado por una conducta que es meramente inconveniente en vez de censurable?
- . ¿Suelo gritar a mi hijo (a) cuando lo (a) ayudo a completar una tarea o a aprender algo?

Si la respuesta a varias de estas preguntas es “sí”, el estrés y la ira están interfiriendo en su capacidad de responder positivamente a su hijo. El estrés nos puede llevar a pensar “La vida me resulta tan difícil que pienso que los demás son egoístas/ imprudentes/ inoportunos pidiéndome cosas”. Si los padres se sienten de este modo, sus reacciones frente a los niños harán que se sientan desvalorizados e impotentes, y su autoestima resultará afectada. Existen dos pasos que podemos dar para limitar ese daño; uno es controlar nuestra propia ira y el otro es compensar a nuestro hijo por la ira que no hemos sido capaces de manejar (Apter, 1999).

#### **Depresión y aflicción de los padres**

“A veces siento que hay una pantalla entre Andy y yo. El me habla y me pide que mire o que le ayude con su tarea, mientras yo sigo mirando a un niño en la televisión... No es que no quiera hacerle caso, pero pareciera que algo está amortiguando todo lo que hago —de modo que cuando encuentro la oportunidad para acercarme a él, se ha marchado o está ocupándose de otra cosa”.

*Eva, madre de Andy, de ocho años.*

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

"¿Crees que alguien puede desaparecer? ¡No, no y no! Quiero decir, desaparecer sin moverse de donde está. Me gustan los fantasmas, pero ahora no estoy hablando de eso. Sí. Me gustan los fantasmas, pero muchos de mis amigos les tienen miedo.

Andy, hijo de Eva.

Los padres también pueden deprimirse y, como resultados, tienen especiales dificultades para relacionarse positivamente con sus hijos. La aflicción o el duelo por alguien que ha muerto o que se ha marchado tienen el efecto similar un padre o una madre pueden estar acogojados que su amor o interés por el niño puede apagarse durante un tiempo.

Andy reconoce, con gran claridad y precisión, lo que significa la depresión. La persona simpática que él sabe que es su madre desaparece a causa de su depresión. Ella está aún presente, pero gran parte de su persona no está disponible. El teme que esta parte de ella se haya muerto, e intenta dar un salto mortal psicológico para protegerse de este temor. Niega que su ausencia la transforma en un fantasma —una persona muerta— pero por las dudas que lo sea, él afirma que le gustan los fantasmas. Sin embargo, es mejor tener una madre distraída, que "no esté allí", que no tener madre en absoluto. Por lo tanto, la acepta como es. Él, después de todo, no se asusta de los fantasmas como sus amigos.

La aflicción se manifiesta con los mismos síntomas de la depresión: tristeza, sensación de pérdida, disminución del interés por las actividades y las personas. Puede causar también un enorme trastorno. El fracaso de la pareja puede cambiar completamente la dinámica de la vida familiar, en términos prácticos y emocionales. La muerte de un hijo puede provocar profundos cambios de personalidad en los padres, y los hermanos pueden estar asustados, confusos y sentirse culpables irracionalmente, mientras afrontan su propio dolor.

Se supone que los padres deben estar atentos y responder a los pedidos de sus hijos. El papel de los padres, tal como nos recuerdan constantemente los profesionales y expertos en leyes sobre educación infantil es ofrecerles un entorno familiar cálido, estable y afectivo. Pero los padres a menudo viven en un ambiente que es inestable. Con gran frecuencia deben afrontar grandes desilusiones. Gran parte de su energía se agota por las exigencias de su vida profesional o personal. Y aunque sienten la responsabilidad de dejar de lado sus intensos sentimientos negativos, no siempre son capaces de hacerlo.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



**Miedo o sobreprotección.**

¿Por qué se considera al miedo como una debilidad que puede amenazar a nuestros hijos? El miedo que sentimos por nuestros hijos se deriva del amor y la preocupación. El cuidado, la protección y una aguda percepción del peligro son parte de las conductas de los padres que ayudan a que los niños sobrevivan. El miedo de los padres preserva la seguridad de los hijos.

Sin embargo, el miedo de los padres puede convertirse en algo negativo cuando interfiere con la confianza del niño para explorar y poner en práctica sus habilidades.

Si se prohíbe a un niño que monte, que patine, o que trepe muy alto en un gimnasio, se lo protege de la posibilidad de que se caiga o se lastime, pero al mismo tiempo se le niega la oportunidad de poner en práctica las habilidades y el cuidado de que son capaces. Si continuamente llevamos al niño en coche al colegio o lo acompañamos andando hasta la casa de su amigo que es a la vez su vecino, estaremos protegiéndolo, pero también lo estamos enseñando a que siga siendo dependiente, al decirle que es demasiado pequeño o demasiado joven, podemos transmitirle que es incapaz de hacer algo y negarle el placer de aprender a hacer las cosas solo —que es precisamente para lo que necesita su autoestima. Debemos analizar los miedos que están fuera de lugar.

Los niños se caen y se lastiman menos cuando se les deja jugar solos que cuando los padres les advierten continuamente de los peligros o se esmeran por protegerlos. Los niños de padres sobreprotectores tienen dificultades para mantener su autoestima porque la intervención constante de los padres revela una falta de confianza en la capacidad del niño.

**Un divorcio o una separación**

Los niños atraviesan épocas difíciles cuando sus padres se pelean, y se divorcian. A veces resulta imposible salvar un mal matrimonio, pero es esencial dar lo mejor de nosotros mismos para ayudar a nuestros hijos a superar el proceso. En muchas ocasiones los padres están tan necesitados cuando se divorcian que quizá no estén capacitados para ayudar a sus hijos cuando ellos más lo necesitan.

En muchos casos un divorcio genera confusión, estrés y ansiedad. Cuando una familia atraviesa por esta circunstancia, padres e hijos tienen más dificultades y necesidades. Uno de los problemas más comunes de los divorcios es que la autoestima de los niños resulta muy

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

mermada. Muchos niños de padres divorciados no tienen estímulos para estudiar (Apter, 1999).

Un niño puede sobrevivir los diferentes estados anímicos que todos los padres experimentan. Podemos ayudarles a tolerar nuestras propias incoherencias y utilizar las dificultades para enseñarles el idioma de las emociones complejas. La capacidad de los padres para hablar con su hijo (a) sobre las emociones se relaciona con la capacidad del hijo para comprenderse a sí mismo y a los demás. Cuando les explicamos por qué a veces nos sentimos de una determinada manera y nos comportamos como si no fuera así, les ofrecemos perspectivas del mundo adulto. Establecemos un enlace entre su conciencia de sí mismo —en su mundo infantil— y su percepción del mundo hacia el que se dirige. Explicando sinceramente nuestros propios sentimientos, profundizamos la relación.

Cuando alteramos las denominadas reglas de la buena educación de los hijos —cuando no conseguimos estar tranquilos, ser moderados y controlados, cuando no somos capaces de ofrecerles una seguridad económica o de mantener la estabilidad familiar— aún podemos ser buenos padres. Podemos ayudar a nuestros hijos para que aprendan a resolver problemas emocionales —centrarse en los problemas y descubrir diversas formas para resolverlos. Podemos enseñarles a comunicarse y tener una relación próxima y ayudarles a configurar las complejidades del mundo humano. Podemos recordarles que debemos seguir cuidándonos y cuidar a los otros incluso cuando nuestra vida personal no sea un éxito absoluto. Después de todo, nuestro trabajo no es ofrecerles un entorno perfecto, sino ayudarles a que desarrollen sus capacidades para participar en un mundo imperfecto (Apter, 1999).

#### **4.2 La escuela en la formación emocional.**

Pero también en el aula los niños descubren y desarrollan gran parte del sentido de quienes son y qué pueden hacer. En las quince mil horas que los niños normalmente pasan en el colegio —desde los cinco años a los dieciocho años— adquieren muchos de los hábitos y creencias que —efectivos o no— moldearán su forma de enfrentarse a los desafíos y relacionarse con otras personas.

Es mucho más importante cómo aprenden los niños que lo que les enseñan. La actitud de un niño en relación con el aprendizaje —específicamente, en relación con su capacidad para aprender y utilizar ese conocimiento— tiene mucho más impacto en su confianza y, por lo

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

tanto, en su futuro, que la exactitud de los conocimientos que posee. No es fácil analizar el progreso de un niño en el colegio. Es más sencillo descubrir el contenido de las lecciones de un niño que evaluar las aptitudes que tiene como alumno y como persona capaz de alcanzar éxitos (Apter, 2000).

La vida escolar de los niños ofrece infinitas posibilidades para que se consideren "malos": "ineptos" o "estúpidos". En su novela *Foxfire*, Joyce Carol Oates relata de una forma muy vívida un miedo que todos los niños reconocen, y que a los padres les traerá recuerdos de su propia vida escolar cuando eran niños.

Hubieras pensado que los profesores de Rita O'Hagan la protegían, y quizá algunos lo hacían, pero la señora Donnehawer del octavo curso de inglés se dirigió a Rita con una voz paciente y pensativa cuando era su turno para leer en voz alta...y Rita balbuceó y se sonrojó y perdió el hilo de la lectura a pesar de que con fanática precisión desplazaba su dedo índice debajo de cada renglón; y hubo numerosos episodios de humillación en la clase de gimnasia y la profesora no se tomó el trabajo de ahorrárselos, pobre Rita, con sus pechos que se movían de un lado a otro y esas caderas, rodeada por un pequeño grupo de niñas obesas o miopes o que no coordinaban bien y que eran rechazadas por el resto; y lo peor fue el noveno curso de matemáticas en el que el señor Buttinger con una voz nasal dijo repetidamente "¡Rita! ¡Rita! pase a la pizarra y demuéstrenos cómo se hace", y todas las alumnas se reían disimuladamente antes de que Rita incluso llegaría a coger torpemente la tiza de la mano del señor Buttinger y se dirigiera hacia la pizarra aturrida por su falta de comprensión y por la vergüenza por su propio cuerpo. Rita O'Hagan de ninguna manera era la alumna más tonta y lenta de esta clase (aunque en nombre de la diversión se le podía adjudicar ese papel). Pero era la alumna más humillada por sus errores, la que más se disculpaba y la que con más frecuencia rompía a llorar.

La parálisis de Rita que la incapacita para hacer lo que le solicita el profesor, es un miedo que acecha a todos los niños en el ámbito de la escuela, de las notas y de las pruebas. Si un niño tiene la suerte de escapar a dicha turbación, será testigo de la humillación de algún compañero y puede temer que un día deba enfrentarse con una situación similar. O puede sentirse incómodo por ser parte de la audiencia que inflinge tal sufrimiento. Gore Vidal, una persona aparentemente imperturbable, ha revelado que aún hoy continúa soñando que es un

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

niño que camina hacia un aula donde le harán un examen que suspenderá por no haberse preparado.

En las conversaciones de los niños más pequeños existen también muchas referencias a la vergüenza que supone ser designado para pasar al frente o atravesar una situación donde uno se siente estúpido y, por lo tanto, avergonzado, aislado y rechazado. Los niños viven con el riesgo diario de ser avergonzados por su propia falta de capacidad. Igual que los profesores de Rita, de quienes cabe esperar que sean amables (y quizá alguno lo fuera), los adultos a menudo se olvidan de la poderosa fuerza del miedo. Y, como vemos en el caso de Rita, no es suficiente con que algunos adultos sean amables, ya que los pocos que no lo son pueden zozobrar el trabajo de muchos otros. La incapacidad de Rita para leer en voz alta en el aula se desliza como una mancha de tinta en un papel húmedo. Al sentir que falla en algo, comienza a fallar en muchas cosas más. Debido a un bloqueo mental se produce una torpeza física no sólo es incapaz de comprender el noveno curso de matemáticas, sino que también se muestra torpe al coger la tiza de la mano del profesor. La vergüenza de su fracaso tinte toda la imagen de sí misma.

La humillación puede afectar la valoración que comienza a experimentar un niño. Ann Epstein, un psiquiatra infantil de Harvard Medical School, afirma que "Una de las más comunes causas de suicidios en los niños y adolescentes es una experiencia de humillación... La autoimagen de los niños se moldea constantemente y es muy inestable. Ellos tienden a magnificar las cosas...De modo que la idea de ser sorprendidos haciendo algo mal, en la mente de un niño puede querer decir que siempre los considerarán negativamente, o si se sienten avergonzados o confundidos, creerán que nunca volverán a alcanzar su dignidad... Estas heridas de la autoestima, según los niños lo entienden, pueden definir su identidad total".

El estigma de la vergüenza puede hacer que un niño se concentre más en disfrazar su falta de capacidad que en superarla. Mark, de ocho años, que tenía dificultades con la lectura, observaba los labios de los otros niños y simulaba que leía, medio segundo detrás de los buenos lectores. Su energía mental se gastaba en descodificar los mensajes de los labios de los otros niños en vez de descodificar las palabras impresas de las páginas. Los padres y los maestros deben descubrir a estos niños- no para avergonzarlos sino para enseñarles (Apter, 1999).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Los padres y madres que trabajan fuera de casa, los padres o madres que educan solos a sus hijos, las familias con un hijo único la competitividad, el consumismo, la avalancha de estímulos a través de los medios de comunicación, los horarios planificados: son condicionamientos sociales que marcan el tipo de infancia de muchos niños en edad escolar. La consecuencia de todo ello es que no es corriente encontrar niños en edad escolar que posean un equilibrio emocional, relajados, capaces de establecer contactos, que puedan integrarse con facilidad en el gran grupo de la clase. Muchos niños -en mayor o menor grado- llegan a la escuela con carencias emocionales y sociales. La pregunta es ¿Cómo pueden los maestros enseñar a los alumnos las reglas básicas que rigen las emociones? (Mártn, 2000).

Vassart (1997) señala que los profesores son, en principio, personas calificadas para la educación y se supone que viven su trabajo con interés y entusiasmo. Los padres deberfan ser, por lo tanto, más abiertos y relacionarse frecuentemente con ellos, y no sólo cuando el niño presente un mal comportamiento o unas notas deficientes. Sería necesario, o muy recomendable, que la colaboración entre padres y profesores tendiese a hacerse habitual; si bien hay padres que o no tienen tiempo o son incapaces de hacerlo, y también existen profesores que ya se sienten saturados de niños con las muchas horas que pasan en el colegio, y que no quieren ni pueden vivir su profesión como una vocación ininterrumpida. Así que esta colaboración bien entendida ayudaría, en principio, a las dos partes, iluminando las zonas de sombras a las que ninguno puede acceder. La educación de los niños es como unos vasos comunicativos, cuyos cilindros más gruesos tienen nombre propio: padres y profesores, dos columnas distintas y complementarias de la formación. No debemos olvidar, por otro lado, que salvo los fines de semana, el niño pasa más horas útiles en el centro escolar que con sus padres.

A continuación se describe el caso de una maestra de una clase de segundo cuando debe dejar unos minutos solos a sus alumnos durante la hora de lectura. antes de irse encarga a Philipp que se siente delante, en su mesa, y que después de cada párrafo haga leer al compañero siguiente. Cuando vuelve a la clase se queda asombrada: lo que ve, sentado en su silla, es una pequeña copia de ella misma. Philipp se ha metido del todo en su nuevo papel e imita a la perfección y de forma inconsciente la actitud corporal, los gestos y la elección de las palabras de su maestra. Alaba y amonesta a sus compañeros con la misma expresión facial y las mismas palabras que ella utiliza (Mártn, 2000).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Cuando su hijo juega en casa a colegios, con toda seguridad podrá enterarse de muchas cosas acerca de los comentarios más frecuentes, el tono y los hábitos de su maestro o maestra. Y también podrá darse cuenta de cómo reacciona ante determinadas situaciones. Sobre todo para los alumnos más jóvenes, el profesor es una persona de referencia próxima a quien imitan con la misma intensidad que a los padres. Con ello se amplía su repertorio de comportamientos en una u otra dirección, dependiendo de lo que esté viendo hacer al profesor.

El manejo constructivo de las situaciones problemáticas exige de los profesores una gran cantidad de cualidades emocionales.

- Respeto por los alumnos, lo que les impide ser hirientes incluso cuando están enfadados o en el trato con alumnos difíciles.
- La capacidad de manejar la propia indignación.
- Un sentimiento de autoestima estable que les permita no convertir cada provocación de los alumnos en un ataque personal.
- La capacidad de ponerse en el lugar de los alumnos y comprender sus motivos.
- El conocimiento de que el tono que emplean en el trato con los alumnos actúa sobre el desarrollo emocional de los mismos (Mártn, 2000).

Los alumnos que tienen profesores inteligentes, desde el punto de vista emocional, disfrutan más asistiendo a la escuela, aprenden sin pasar miedo alguno y van edificando una sana autoestima. Pero, sobre todo, la postura humana del profesor trasciende a ellos.

Un estudio estadounidense investigó las repercusiones que tenían los seminarios en los que se enseñaba a los maestros a comportarse con empatía en el trato con los alumnos y a evitar todo tipo de comentarios despreciativos. Se observó un incremento en la autoestima entre los alumnos, un aumento del rendimiento escolar, una mejora de la creatividad, un descenso de las faltas de asistencia y, sobre todo, una disminución de los problemas relacionados con la disciplina. Los profesores que saben ponerse en el lugar de sus alumnos, y les salen al paso con respeto, contribuyen a que la jornada escolar esté menos marcada por la rabia, el miedo y la frustración. El ambiente, en general, es menos agresivo. Y los profesores empáticos contagian a sus alumnos su actitud ante la vida: el tono en el trato se hace más humano.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Por el contrario, los profesores que se enfrentan con regularidad a sus alumnos con desprecio, no deben sorprenderse de que sus discípulos pisoteen sin consideración alguna las emociones de sus compañeros más débiles: cuando se burlan sin piedad de los más torpes, durante la clase de deporte, o califican a un alumno que ha sacado una mala nota de idiota con el cerebro amputado. Aprender en la escuela es todavía en muchas clases un puro aprendizaje mental. Las emociones son más bien algo a lo que no se da ninguna importancia, pero la realidad va alcanzando de forma creciente a los centros de enseñanza: a la vista de los déficit emocionales y sociales con los que muchos niños llegan a la escuela, los centros de enseñanza no pueden seguir limitándose por mucho tiempo a hacer de exclusivos transmisores de conocimientos. Si el objetivo de la escuela es de verdad preparar para la vida, deberá contribuir al desarrollo de toda la personalidad de los alumnos (Mártn, 2000).

El éxito en el desarrollo de la inteligencia emocional y de las habilidades sociales en pequeños o jóvenes, radica en la creación de un ambiente en el cual se les guíe, oriente y refuerce constantemente en la adquisición de habilidades que les permitirán un desarrollo emocional y especial más adecuado. La presencia de padres y maestros comprometidos a dicho fin, que refuercen este tipo de habilidades definirá el éxito del proceso (Smeke, 2002).

Cuando en el hogar y en la escuela se desarrollan las habilidades emocionales y sociales, el logro académico de los niños y jóvenes se incrementa, la incidencia en problemas de conducta disminuye y la calidad de las relaciones en cada chico mejora notablemente. Por lo tanto, la oportunidad para alcanzar tales éxitos en niños y jóvenes está en las manos de padres y maestros, en hogares y en escuelas que se preocupan por dar la atención necesaria al área emocional de los hijos y alumnos (Smeke, 2002).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## CAPITULO 5

### ASPECTOS QUE FAVORECEN

### EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

#### 5.1 Conocer las propias emociones.

El reconocimiento de las propias emociones es el alfa y omega de la competencia emocional. Sólo quien aprende a percibir las señales emocionales, a etiquetarlas y aceptarlas, puede dirigir sus emociones y ahondar en ellas. La clave de acceso al mundo emocional es la atención (Múrtin, 2000).

Es importante que los niños aprendan a darse cuenta de qué emociones experimentan, cómo se comportan, qué valores tienen, qué características (de personalidad) tienen.

Conocer las propias emociones es una parte integrante del conocimiento propio o autoconocimiento. Consiste en tener la suficiente consciencia de uno mismo, de las emociones que experimenta en cada momento. Supone distinguir el comportamiento que tenemos cuando estamos alegres y cuando estamos tristes, lo que hacemos cuando estamos eufóricos o cuando nuestro ánimo es depresivo. Pero no solamente después de haber ocurrido la emoción, sino durante el transcurso, saber reconocer una emoción o un estado de ánimo mientras éste tiene lugar (Vallés, 2000).

Cuando un niño está triste, debe aprender a entender las razones por las que se encuentra en ese estado de ánimo con el propósito de poder ejercer un control o manejo sobre él, y no dejar que un exceso de tristeza le produzca un estado permanente o prolongado de insatisfacción personal. Si somos capaces de advertir nuestras emociones no estaremos a merced de ellas, sino al contrario, estaremos en condiciones de poderlas dominar.

Conocerse a sí mismo consiste en identificar y reconocer cuáles son los comportamientos que realizamos, qué pensamientos tenemos y qué es lo que sentimos. Aparentemente cada uno se conoce a sí mismo, pero desde un punto de vista muy simple. Sabe lo que hace y lo que no hace, pero ¿analizamos bien por lo qué hacemos o dejamos de hacerlo? ¿Conocemos bien los motivos por los cuales reaccionamos bruscamente con algún conocido cuando nos dice alguna impertinencia? ¿Sabemos qué sentimientos experimentamos después de una desilusión, de una frustración...? Probablemente sí o probablemente no.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



Es función educativa de los padres que los hijos aprendan a identificar bien qué hacen, qué dicen, qué piensan y qué sienten, y especialmente las causas, los motivos y las consecuencias de todo ello. Por ejemplo, un niño que tiene un comportamiento impulsivo, sin prestar atención a lo que se le está diciendo necesita conocer mejor su estilo de reaccionar, debe ser consciente de su respuesta brusca y rápida (hablar antes de que le corresponda, interrumpir, molestar...). Algunos niños con problemas de conducta confunden los sentimientos, confunden el estado de ánimo de enfado con el de furioso, irritado por triste, etc. Se hace, pues, necesario una educación de esta habilidad para identificar estados emocionales en los demás (Vallés, 2000).

Es frecuente inculcar a los niños el mensaje de que no deben intentar comprender por qué se sienten como se sienten sólo deben evitar sentir ciertas cosas, en determinadas dosis, esta postura conduce a formar personas acostumbradas a no pensar, ignorantes de que pensando adecuadamente pueden controlar sus sentimientos.

Por ejemplo, ¿has oído alguna vez una conversación parecida a esta?

-Papá tengo miedo.

-No has de tener miedo.

-Es que tengo miedo.

-Que te digo que no hay que tener miedo.

-Pero, ¿por qué, si yo tengo miedo?

-Vale ya nene...porque yo lo digo.

(Casi siempre el niño comprende que no debe insistir porque, si lo hace, la conversación se va volviendo más tensa).

En ciertas familias, los niños saben que se les quiere sólo por ser ellos, que se les dará la atención que necesitan y que, si tienen algún problema o alguna situación que les altera, se intentará solucionar o actuar al respecto. Estas familias de primera clase, en las cuales ambos progenitores tienen personalidades adultas, enseñan a usar la lógica y animan al niño a disfrutar, reconocer y actuar frente a sus emociones infantiles naturales. Son factorías de personas con una inteligencia emocional bien desarrollada espontáneos, empáticos y autónomos (Torradella, 2001).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## 5.2 Manejar las emociones.

Manejar las emociones es sinónimo de dirigirlas, regularlas y modificarlas para que no nos afecten negativamente. Para que ello ocurra es necesario ser conscientes de nuestro estado interior, qué emociones y estados de ánimo vivimos y no dejarnos avasallar por todo ello.

Para controlar las emociones es necesario, en primer lugar, ser conscientes de cuáles de ellas experimentamos y a qué son debidas. Las emociones negativas y estados de ánimo afligido son propias y consustanciales de la vida misma con los avatares que diariamente nos proporciona. Una persona emocionalmente inteligente debe recuperarse lo más rápidamente posible de los reveses emocionales que la vida le depara. El manejo de las emociones no es el de inhibirlas sino el de comprenderlas y expresarlas con el menor coste personal. Ni el exceso (alegría eufórica y desbordante propia de estados maníacos) ni su carencia (frialdad absoluta e impasividad ante los acontecimientos emocionalmente significativos para nosotros) son deseables. Es deseable que la habilidad de manejo sea la de sentir la emoción adecuada de acuerdo con las circunstancias y no perder su control ya que, de lo contrario, pueden ser patológicas y producimos estados depresivos, de excesiva ansiedad, estrés y euforia desmesurada y, obviamente, estos comportamientos no resultan emocionalmente inteligentes porque suponen un serio deterioro de nuestra sana personalidad (Vallés, 2000).

Si nos convertimos en observadores de nosotros mismos aprenderemos a conocernos mejor. Si observamos nuestras emociones aprenderemos a regular mejor, haciendo intervenir las conexiones neuronales del neocórtex (parte cerebral que controla racionalmente las emociones). Ser plenamente consciente de vivenciar una emoción, el enfado, por ejemplo, es ya un importante motivo para que poco a poco se nos pase el estado de indignación.

¿Cómo descubrimos en nosotros mismos y en nuestros hijos los síntomas o señales de estados emocionales? El cuerpo refleja un conjunto de síntomas que nos pueden servir para identificar mejor nuestro estado de ánimo tensión, sudor, contracciones del estómago, temblores, etc.).

¿Realmente sabemos qué cosas son las que activan nuestro estado emocional? Una discusión o reproche con un familiar o amigo, una mala noticia, una pequeña frustración...

¿Cómo podemos regular o modificar el impulso emocional? Apaciguando o calmando la ira, el enfado, la cólera, la frustración, el miedo. Se trata de decirle a la emoción negativa "No

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

podrás conmigo". Este es el mensaje que nuestra inteligencia emocional debe tener siempre presente cuando haya un peligro de afectación personal por la exacerbación de las emociones.

El objetivo del manejo y control de las emociones es lograr el equilibrio personal y no suprimirlas. Cada emoción y estado de ánimo tienen una finalidad, un valor, un significado. Con su manejo se pretende que seamos capaces de encontrar el punto medio entre frialdad emocional (escasa afectación de las emociones) y la hiperalteración o reacciones psicológicas y físicas desproporcionadas por efecto de sentir una emoción (Vallés, 2000).

Los pasos para conocer nuestras emociones y conectarnos con ellas son:

**. Darnos cuenta de la realidad externa e interna.**

Es esencial desarrollar el observador interno en el trabajo de la inteligencia emocional y creativa, porque es el que te refleja dónde estás y cómo estás. Generalmente el observador externo está muy desarrollado y esto sucede porque se conecta con el juez externo, el que crítica constantemente y no retroalimenta nuestros actos y actitudes. El observador externo es el que se bloquea por las críticas y los juicios de valor.

**. Entender la causa y el efecto.**

Al entender las causas que están provocando distintos problemas y las actitudes que tomamos ante ellas. Podremos cambiar creativamente lo que ya no funciona en nuestra vida.

**. Permitirnos sentir y fluir.**

Al permitimos sentir y fluir sin bloquear la realidad y la energía, nos ayuda a conectarnos y a integrarnos.

**. Observar cómo se manifiestan las emociones.**

Al observar cómo se manifiestan las emociones, nos permite en ciertos momentos modificarlas con la voluntad y la inteligencia integral.

**. Detectar con quién, cómo cuándo y por qué.**

Manejar sanamente nuestras emociones, canalizarlas por medio de la expresión y responsabilizarse de ellas, aceptar y aprender de los errores y, por último, ser empático con el otro, es lo que nos hace más humanos (Waisburd, 2001).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

### 5.3. Motivación y Automotivación.

La motivación es aquella voluntad, deseo, intencionalidad o decisión que surge con el fin de alcanzar una meta. La motivación es aquel motor que impulsa, dirige y da fuerza al individuo para alcanzar la satisfacción de cierta necesidad no cubierta. Existen dos tipos de motivación: la motivación intrínseca y la motivación extrínseca.

La motivación intrínseca es aquella ejercida por un impulso individual en el alcance de una meta personal. Busca nuevos retos, evalúa en comparación a éxitos anteriores, busca riesgos y considera el fracaso como una oportunidad para aprender.

La motivación extrínseca es aquella que es ejercida por una influencia externa. Busca la aprobación externa, evita el fracaso, busca la aprobación social y existe el temor a perderla (Smeke, 2002).

Si un niño tiene la intención, motivación o deseo ferviente de conseguir algo como, por ejemplo, hacer amigos, hacer un trabajo bien hecho, sus acciones se dirigirán a conseguirlo, y experimentará un estado emocional de satisfacción, de optimismo. Si, por el contrario, su intención, su propósito es rememorar un fracaso que ha tenido en la escuela, sus acciones consiguientes tendrán un carácter negativo, aumentará su enfado. Si somos capaces de conocer estas modalidades por las que podemos emocionarnos podremos gobernar mejor nuestro estado de ánimo. Podemos ser capaces de auto-provocarnos estados de ánimo deseables para nuestro bienestar personal (Vallés, 2000).

Conectar con la motivación interna es uno de los aspectos más importantes para poder vivenciar los procesos creativos, ya que ésta es el motor con el cual nuestra voluntad crece y se reafirma en la búsqueda de nuevos y mejores proyectos. Si no se siente la motivación y la pasión para lograr algún objetivo, es difícil poder alcanzarlo. Existen motivadores externos, como el reconocimiento, los premios, los halagos, los aplausos, la aceptación, el dinero, etc; y también los motivadores internos, que surgen de la fuerza y la voluntad interior para autorrealizarse y por una necesidad de ser y trascender. Los motivadores externos no son suficientes en los proyectos creativos, se necesita de motivadores internos, de la fortaleza interna y la inteligencia emocional para lograrlos (Waisburd, 2001).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Por otra parte ser creativo, tener intereses y desarrollarlos, tener imaginación e ilusión por realizar determinadas actividades forma parte de la habilidad denominada **automotivación**, es decir, ser capaz de darse ánimos a uno mismo con el propósito de seguir adelante en el proyecto de vida, en la actividad cotidiana, en el trabajo, en la escuela, en el cultivo de la amistad o en cualquiera de las tareas que aprendemos en la vida (Vallés, 2000).

Automotivarse es una habilidad emocional que consiste en desplegar motivos para tener una actividad, propósito y buscar las cosas que deseamos con ahínco sin permanecer pasivos a dicho fin.

Donde más podemos detectar la necesidad de esta habilidad es en la actividad estudiantil de nuestros hijos. Deseamos que aprendan, que progresen, que aprueben, que sean buenos estudiantes, y para ello es necesario tener motivación por realizar todas estas cosas. Una motivación que, la mayoría de las veces es externa, se la proporcionamos los padres a base de palabras de ánimo, de refuerzo, de ayuda, de cariño para que tengan el suficiente coraje de estudiar, terminar las tareas, tener una actividad, resolver sus problemas y, en resumen prepararles para la vida adulta.

Si un niño quiere verdaderamente aprender despliega actividades dirigidas a conseguir dicho objetivo, se esfuerza en conseguir algo, está convencido de lo que quiere, tiene una sana curiosidad por indagar, conocer..., pone entusiasmo en sus tareas. Automotivación es, pues, la búsqueda de motivos para actuar.

Automotivarse consiste en tener la suficiente fuerza de voluntad para intentar conseguir un objetivo. Si nuestro hijo pretende aprobar una evaluación y dirige sus esfuerzos a ello, estudiar diariamente, realizar ejercicios, esforzarse, etc. Se puede decir que tiene automotivación.

Sin embargo, la automotivación debe ser aprendida paulatinamente. Los padres son quienes animan y motivan los hijos a conseguir objetivos a estudiar, a hacer amigos, a divertirse, a saber hacer determinadas cosas, etc. Los hijos aprenden en sus propios padres la motivación cuando éstos se esfuerzan diariamente en su trabajo y en el buen funcionamiento familiar. La intencionalidad educativa de los padres es que pueda ser el propio hijo quien se automotive para realizar cualquier actividad porque realmente le guste, le entusiasme y le resulte beneficiosa para su desarrollo personal (Vallés, 2000).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

#### 5.4 Reconocer emociones en los demás.

Conocer los sentimientos de los otros supone una parte importante del desarrollo de su sensibilidad frente a los demás. Eso es lo que significa ser considerado hacia los demás. Conocer los sentimientos de los demás y establecer lazos de empatía con ellos requiere que uno sea capaz de interpretar tales sentimientos. Ello incluye tanto una escucha cautelosa como la interpretación de pistas no verbales a menudo el lenguaje corporal y el tono de voz transmiten nuestras emociones de modo más efectivo que las palabras. Consideramos la empatía como la comprensión no verbal de los demás. La habilidad de establecer lazos de empatía resulta crucial para los progenitores a la hora de tratar con sus hijos, y para los niños es vital el aprendizaje de la empatía como una aptitud social positiva (por no mencionar que la capacidad de empatía en general torna a una persona mejor emocionalmente adaptada y le confiere mayores posibilidades de éxito, en especial en relaciones sentimentales).

Comprender los puntos de vista de los demás nos permite el acceso a lo que puedan estar pensando, a cómo consideran y definen una situación, y a lo que planeen hacer al respecto. Esa clase de comprensión, por supuesto, se desarrolla cada vez más con el tiempo. Depende del propio nivel de crecimiento cognitivo, y también ayuda a lograrla el tener una amplia variedad de experiencias vitales. La gente capaz de considerar las cosas desde distintas perspectivas es más capaz de controlar la toma impulsiva de decisiones y más creativa y efectiva a la hora de resolver problemas (Elias, 1999).

Veamos ahora con más detalle ¿qué es la empatía?

**La empatía** es la capacidad de comprender el estado de ánimo de los demás, de identificar sus sentimientos, opiniones... y compartírtelos. La empatía es considerada como una habilidad emocional básica y fundamental. Constituye el eje sobre el que gira nuestra interrelación con las demás personas desde la óptica de una adecuada identificación de emociones en los demás y actuar en consecuencia, teniendo en cuenta cómo se sienten (Vallés, 2000).

La empatía es la capacidad de ponernos en lugar de los demás, de saber qué emociones sienten, qué sentimientos tienen hacia nosotros y hacia otras personas. Es como tener una perspectiva social. Nosotros vemos las cosas desde nosotros mismos, hacia los demás pero, ¿acaso hemos probado a ver desde los demás hacia nosotros mismos? ¿desde los demás hacia los demás?

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

La empatía es también la capacidad de hacer valoraciones de los estados de ánimo y de las intenciones de las demás personas. Mostramos empatía cuando:

- Calmamos a una persona que está furiosa.
- Damos palabras de aliento y de ánimo a una persona triste y abatida.
- Nos da alegría la felicidad o el éxito de los demás.

La vida tiene muchas situaciones en las que nos desafía a hacernos cargo de las vivencias, dificultades, sentimientos y emociones de los demás, aunque tengamos ideas, sentimientos o valores distintos.

Para que podamos dar respuesta a esas situaciones es necesario poder descubrir en el rostro de los demás y en su actitud corporal (mensaje no verbal) los estados de ánimo que nos transmiten.

Para tener habilidades de empatía es necesario aprender a distinguir en los demás cuando se encuentran conmovidos, tristes, compasivos, cariñosos, apenados, aburridos, alarmados, desconcertados, alterados, molestos, angustiados. La empatía consiste en conocer los sentimientos reales que se transmiten en las palabras que escuchamos de los demás y en los componentes no verbales (gestos). Se manifiesta nuestra empatía cuando escuchamos atentamente con intención de comprender. Ello no significa que hayamos de cambiar nuestro punto de vista en algunas cosas, sino de entender por qué la otra persona puede pensar de manera distinta a nosotros, o puede sentirse de determinada manera.

La empatía es...¿Te gustaría que los demás comprendieran cómo te sientes en algunas situaciones? ¿Te gustaría comprender a los demás? Si la respuesta es afirmativa, entonces se es empático.

Para ser empático hay que tener un buen conocimiento de las emociones propias, las positivas y las negativas. Si ello es así, se podrán identificar mejor en las demás personas. Si comprendemos por qué podemos estar alegres, tristes, angustiados, molestos, relajados, enfurecidos, felices, etc., es muy probable que no tengamos gran dificultad en conocer cuando los demás personas que están a nuestro alrededor experimentan esas emociones. Si se comprenden bien podremos ponernos en su lugar y, evitar los conflictos, lo cual contribuirá a mejorar las relaciones interpersonales y, cuando surjan los podremos solucionarlos de mejor manera.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

La empatía exige tener calma emocional y ser receptivo, sensible a lo que nos dicen los demás, a lo que observamos en los rostros de la gente con quienes interactuamos.

Los niños desde muy pequeños van aprendiendo a ser empáticos. La atención que le prestan los padres va modelando el aprendizaje de la empatía. Cuando un bebé llora está comunicando su molestia corporal, o bien que tiene hambre, que está incómodo porque está mojado o tiene dolor; en ese momento los padres le expresan un comportamiento empático, entendiéndolo cómo se siente (incómodo, dolorido, hambriento...) y se disponen a remediarlo cambiándole los pañales, cambiándole de postura o cogiéndolo en brazos para calmar su dolor o dándole de comer para saciar su hambre (Vallés, 2000).

Los niños manifiestan la necesidad de cariño constantemente, ¿acuden los padres solícitos a estas demandas emocionales? Si eso es así, el niño desarrolla adecuadamente su empatía mediante el aprendizaje por observación. Esta aprendiendo a que su estado de ánimo es comprendido por otras personas. Se podría afirmar que los padres empáticos educan hijos empáticos. Un niño necesita de los padres que le reconozcan sus experiencias emocionales, aunque sean muy sencillas, son muy necesarias para el desarrollo de su empatía. Hacer un puzzle y resolverlo, colorear un dibujo, ordenar las cosas, guardar un juguete, etc., son experiencias en las que el hijo demanda un reconocimiento para que los padres compartan con él lo bien que se siente por haber resuelto exitosamente su tarea.

Son pues, los primeros momentos en los que el niño comienza a aprender los comportamientos empáticos en los demás, en este caso, en sus propios padres que son su modelo y fuente de aprendizaje durante muchos años. En los primeros seis años de vida la empatía tiene una dimensión emocional, como respuesta reactiva de las emociones del niño hacia los demás. Poco a poco va cobrando una mayor dimensión cognitiva, en tanto que son capaces de percibir el punto de vista de los demás y adoptan la perspectiva de la otra persona (Vallés, 2000).

Los padres también muestran empatía hacia sus hijos cuando son capaces de escucharles y de descubrir en ellos emociones y estados de ánimo, tanto positivos como negativos, son capaces de entender por qué sienten miedo a la oscuridad o a la escuela, y son capaces de saber por qué durante todo un día el niño está radiante, dicharachero, o al día siguiente está triste y abatido.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



Pero, en ocasiones ser empático tiene sus dificultades, pese a intentarlo. A veces resulta difícil empatizar con otras personas porque éstas no muestran su estado emocional, se resisten a expresar sus verdaderos sentimientos y ocultan su verdadero estado de ánimo en un intento de que los demás no descubran qué problemas tiene (económicos, laborales, de estudio, de salud, familiares, etc.)

Ser empáticos con otra persona requiere tener sensibilidad ante sus problemas, evitando proyectar nuestra situación sobre su estado de ánimo. Cuando alguien nos dice: "Estoy preocupado por la salud de mi padre" y le contestamos: "Es verdad eso es preocupante, yo cuando mi padre se puso enfermo..." y le contamos exhaustivamente toda nuestra *historia* estamos haciendo un abuso de las autorrevelaciones (las cosas que contamos a los demás sobre nosotros mismos) abusar de ello puede hacer que la otra persona piense: "¿Y para qué me cuenta toda su historia?" y de ese modo sentirse incomprendido. En esos casos la empatía no ha llegado a producirse.

Ser empático exige también mantener una actitud de escucha activa, ser sensible a las desgracias de los demás y ser capaces de reconocer las posturas enfrentadas (por ambas partes) en un conflicto. Para ello se necesita atender a las señales gestuales y a las palabras, pero sin hacer valoraciones de ello solamente manifestándole a la otra persona que entendemos cómo se siente. Debemos ser buenos oyentes de la expresión de emociones y sentimientos de los demás (Vallés, 2000).

Para Smeke (2001), la empatía es aquella habilidad que nos facilita entender lo que la otra persona está pensando, sintiendo y expresando a través de su lenguaje corporal y verbal, así como por medio de su comportamiento. La empatía es una habilidad básica en cualquier tipo de interacción social. Desarrollar la habilidad de empatía en nosotros mismos, nos permite una mejor comprensión de los procesos de nuestros pequeños o jóvenes y una atención adecuada y efectiva al desarrollo académico y personal de las necesidades de cada uno.

Un niño o joven empático, evita conflictos o facilita que éstos tengan un desenlace más adecuado, más asertivo y tranquilo.

La empatía es una herramienta de aprendizaje especialmente eficaz en materias como historia y geografía, ya que permite a los alumnos entender los sentimientos y emociones de los personajes estudiados y cuáles fueron sus motivaciones para actuar de una u otra forma.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Acerca de los escritores la empatía permite a los alumnos entender cuáles fueron sus motivaciones para escribir con cierto estilo o contenido.

Enseñar a nuestros hijos y alumnos a ser empáticos, les permitirá ser mejores estudiantes y realizar interacciones sociales más exitosas, asertivas, sinceras y profundas.

### 5.5 Manejar las relaciones.

¿Le gusta a su hijo conversar, hablar, responder, reír, sonreír, divertirse, lo pasa bien, hace amigos con facilidad, sus amigos lo pasan bien con él? Si eso es así, el desarrollo de inteligencia emocional de su hijo va por buen camino. La inteligencia emocional se desarrolla en el seno de las interacciones entre las personas, aprendiendo las habilidades sociales necesarias para disfrutar de la compañía de los demás.

La socialización es el proceso mediante el cual las personas alcanzan su verdadero desarrollo psicológico. Se hace necesario interactuar de manera socialmente aceptable para desarrollar nuestra emocionalidad y un manera sana de hacerlo es conversando, sonriendo, divirtiéndose, haciendo nuevos amigos, confiando en ellos etcétera (Vallés, 2000).

Monjas Casones (citado en Smeke 2002) menciona en su libro "Programa enseñanza de habilidades de interacción social" algunas habilidades importantes en el desarrollo socioemocional de los niños como: sonreír, saludar, presentaciones, habilidades para hacer amigos, hacer habilidades conversacionales, etc.

A continuación algunas referencias al respecto:

Existen una serie de habilidades de interacción social que se pueden introyectar y reforzar en los hijos y alumnos con el fin de aportarles las herramientas necesarias para lograr una interacción social exitosa. Son herramientas sencillas de realizar pero que no siempre se llevan a cabo y que de llevarse a la práctica pueden aportar múltiples beneficios al desarrollo social de nuestros niños y jóvenes. *Estas habilidades son sonreír, saludar, realizar presentaciones, comportarse con cortesía y amabilidad.*

**a. Sonreír.** La sonrisa es una conducta no verbal que muestra adaptación, aprobación, agradecimiento, agrado, gusto. La sonrisa generalmente precede la interacción social y la acompaña durante el tiempo que ésta dura. Los niños que sonríen se hacen agradables a otras

personas, incluyendo a los adultos. La persona que sonríe y ríe, si lo hace honestamente, se siente bien, feliz, alegre y ayuda a que los demás se sientan de la misma manera.

**b. Saludar.** Saludar es una conducta verbal y no verbal que generalmente precede las interacciones sociales. El saludo indica que se reconoce, se acepta y que se tiene una actitud positiva hacia la persona a la que se saluda. El saludo indica que se ha advertido la presencia de otra persona. El niño que sabe saludar se hace agradable a sus compañeros y a los adultos, el que no lo hace se hace antipático y los demás niños no quieren estar con él. El ser saludado hace sentir a la persona que recibe el saludo como alguien importante.

**c. Hacer presentaciones.** Las presentaciones son conductas que se utilizan frecuentemente en la relación entre las personas. Una presentación sirve para darse a conocer, conocer o hacer que se conozcan otras personas entre sí. Existen distintos modos de presentar –presentarse a uno mismo ante otras personas. –responder cuando uno es presentado por otra persona. –presentar a otras personas que no se conocen entre sí. Las presentaciones son conductas importantes ya que suelen ser conductas previas para iniciar una relación con otras personas.

**d. Comportarse con cortesía y amabilidad.** Las habilidades de cortesía son un conjunto de conductas muy diversas que las personas utilizamos cuando nos relacionamos con otros, con el fin de que dicha interacción sea agradable y amable. Cuando al relacionarnos con otras personas somos corteses, pedimos las cosas por favor, damos las gracias, decimos lo siento, nos hacemos agradables a los demás, mostramos respeto por otras las otras personas y nuestras relaciones son de mejor calidad. Ser cortés significa también solicitar un favor o hacer un favor correctamente resulta una persona agradable y positiva a los demás.

Por otra parte existen una serie de habilidades que tienen como objetivo hacer amigos y conservarlos. En ocasiones se trata de conductas que para los adultos son obvias y no necesitan de mayores explicaciones; sin embargo explicarlas, reforzarlas y moldearlas constantemente en los niños y jóvenes, se permitirá incluirlas dentro de su personalidad con todas las ventajas que conlleva el desarrollo de dichas habilidades. Estas habilidades son reforzar a otros, iniciaciones sociales, unirse al juego de otros, ayudar, cooperar y compartir.

**a. Reforzar a otros.** Reforzar a otros significa decir o hacer algo agradable a otra persona, implica decirle a otra persona que tiene algo especial o que ha dicho o hecho algo que agrado al que refuerza, reforzar implica ver los aspectos positivos de los demás, cuestión que se

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

dificulta mucho a los pequeños (incluso los adultos). Es importante alabar a otros honestamente, así como saber recibir elogios auténticos pues actitudes de este tipo provocan que las personas se sientan más cerca las unas de las otras. Las personas que reciben un elogio auténtico y honesto se sienten importantes sobre una base real y genuina de reconocimiento.

**b. Iniciaciones sociales.** Significa encontrar a alguien y pedirle que juegue, hable o realice una actividad con nosotros. Es una habilidad importante porque permite al niño relacionarse con otras personas, conocer gente y hacer amigos. Un niño que sabe como establecer contacto, no se aburre y puede jugar y aprender de los demás. Frecuentemente los niños no inician contactos sociales por miedo al rechazo; enseñarles como iniciar una relación les permitirá desarrollar una seguridad mayor en ellos mismos, reduciendo con esto, la ansiedad normal que precede el inicio de una interacción social.

**c. Unirse al juego con otros.** Significa entrar en un juego o actividad que se está llevando a cabo entre otras personas. Hacerlo de una forma correcta permitirá a los niños una mejor interacción. Unirse al juego con otros implica primero observar el juego o actividad y esperar el momento adecuado para entrar, posteriormente se dirá o hará algo que implique pedir permiso o el consentimiento a los niños que juegan para la entrada a la actividad. Los niños deben entender que no se deben imponer y que una vez que ellos hayan aceptado la actividad o juego inicial podrán proponer realizar diferentes actividades. Es importante que el niño no dependa al 100 % de ser aceptado en el juego por los demás niños. Si no se le permite jugar, el pequeño o adolescente debe entender que no se trata de una tragedia, debe poder sobreponerse y saber que siempre existe la posibilidad de relacionarse con otros niños y en otros juegos. Un niño altamente dependiente de la aceptación puede provocar el rechazo de sus compañeros.

**d. Ayudar.** Significa pedir o dar ayuda a alguien que lo necesita, ya sea que se pida la ayuda o que se considere que se debe ayudar sin ser una conducta solicitada. Pedir o dar ayuda en forma correcta y positiva evita problemas y fomentará que los niños tengan más amigos.

**e. Cooperar y compartir.** Supone que dos o más personas toman parte en una actividad común que implica reciprocidad; en este tipo de actividades el control de la relación se intercambia, algunas veces dirigen unos, algunas veces otros y siempre implica la colaboración de todos los participantes

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Ejemplos de cooperación son:

- a) ofrecer y aceptar ideas y sugerencias para el juego o la actividad.
- b) respetar turnos
- c) dar y recibir información
- d) tener conductas que impliquen compañerismo
- e) participar con una actitud positiva, amistosa y cordial.

Ejemplos de compartir son:

- a) ofrecer, dar o prestar un objeto a otro niño
- b) utilizar conjunta y coordinadamente un objeto
- c) permitir que otros compañeros usen las cosas propias; pedir prestado a otros y saber dejar y pedir.

Los niños que comparten y saben cooperar son buscados para ser amigos de los demás (Smeke, 2002).

**Las habilidades conversacionales.** Son habilidades sociales verbales, nos exigen disponer de recursos emocionales para comunicarnos adecuadamente. En el diálogo con los demás expresamos nuestra emocionalidad y estados de ánimo, saber expresarlo adecuadamente se da en el seno de las conversaciones, que tienen como finalidad, la de contribuir al desarrollo social de cada uno de nosotros.

Que nuestro hijo posea habilidades conversacionales es un reto educativo. A conversar se aprende conversando, y ello exige, paralelamente, la enseñanza de destrezas concretas para saber iniciar, mantener y finalizar una conversación con los demás. Es necesario aprender destrezas verbales y no verbales como mirar a la cara de quien nos habla o a quienes hablamos, adoptar una postura corporal correcta, mantener la distancia adecuada con respecto al otro, hacer uso de los gestos con las manos y el rostro para comunicar mejor nuestro mensaje, emplear un volumen de voz adecuado. Hablar de temas interesantes, autorrevelarse, es decir, contar cosas de uno mismo (intereses, aficiones, opiniones, experiencias, etc.), escuchar con atención, etcétera (Vallés, 2000).

**Las habilidades relacionadas con los sentimientos.** Son aquellas habilidades que exigen al niño o joven entender cuáles son los sentimientos y emociones que se experimentan ante

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

ciertas circunstancias. Para saber reconocer los propios sentimientos y los de los demás es importante saberlos nombrar, con el objetivo de identificarlos y darles una estructura adecuada. Cuando un niño sabe expresar como se siente, que emociones experimenta en cierto momento o cual es su estado de ánimo ante cierta circunstancia, facilita la comunicación asertiva con sus compañeros y es capaz de defender sus propias opiniones o derechos. Habilidades relacionadas con los sentimientos son expresar emociones, recibir emociones, defender los propios derechos y opiniones (Smeke, 2002).

**a. Autoafirmaciones positivas**, implica la capacidad de un autolenguaje positivo optimista que refuerce en el niño o joven la posibilidad de experimentar emociones beneficiosas para él mismo, ya que el autolenguaje puede determinar la forma en las que nos sentimos, ejemplo

Autoafirmación positiva. "Me siento frustrado pues estude para el examen y no logré los resultados que esperaba. Analizaré mi error, o superaré y sé que la próxima vez lo haré mejor".

Autoafirmación negativa. "Soy un tonto, soy incapaz pues por más que estudié no logré lo que esperaba. Me siento decepcionado de mí mismo creó que no lo intentaré de nuevo.

**b. Expresar emociones.** Significa tener la capacidad de expresar a otras personas cómo nos sentimos, que emociones experimentamos y/ o cual es nuestro estado de ánimo ante cierta circunstancia, también implica poder decir a las otras personas los sentimientos que estas nos provocan. Saber como comunicar nuestras emociones, ya sean éstas agradables o desagradables, permite que compartamos con los demás nuestros sentimientos y que dichas personas sean partícipes de nuestras alegrías o que nos comprendan y ayudan en momentos difíciles.

**c. Recibir emociones.** Se refiere a la respuesta adecuada ante las emociones y sentimientos que expresan otras personas, también supone responder adecuadamente a los sentimientos que uno provoca en los demás. Para responder a lo que las otras personas están sintiendo es necesario desarrollar la habilidad de empatía con el fin de entender realmente lo que aquellas personas se encuentran experimentando. Cuando una persona es empática y responde adecuadamente a los sentimientos ajenos hace que la persona con la que está hablando se sienta escuchada, apoyada, comprendida y a gusto con ella. Responder

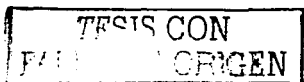
TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

adecuadamente a los sentimientos ajenos fomenta la comunicación asertiva y relaciones sociables estables y exitosas.

**d. Defender los propios derechos y las propias opiniones.** Es la capacidad para poder decir a otras personas que nuestros derechos u opiniones no están siendo respetados y expresar cómo nos sentimos al respecto, también implica comunicar a otros alguna situación o circunstancia que nos es molesta, injusta o agresiva. Esta habilidad es difícil de llevar a cabo, pues en ocasiones, las respuestas ante las defensas de los propios derechos pueden ser agresivas, suelen ser burlas o las personas pueden negarse a ceder o simplemente argumentar que sólo se trata de una broma. Un niño o joven que no es capaz de defender sus derechos y expresar sus emociones al respecto resultará en muchas ocasiones ignorado, amenazado, amedrentado, y/ o agredido por los demás niños o jóvenes, independientemente de que éstos no lo respetarán. Un chico o adolescente que no se sabe defender devalúa su propia autoestima, estará descontento y se aprovecharán de él. Defender las propias opiniones en ocasiones puede ser complicado pues no todas las personas piensan de la misma forma así como tampoco todas las personas dan la misma interpretación a un hecho determinado, situación que puede provocar cierta conducta. Los niños y jóvenes deben aprender a respetar las opiniones ajenas independientemente a que se esté de acuerdo con ellas o no y expresar su forma de pensar o sentir asertivamente.

**Habilidades de solución de problemas.** Son herramientas o estrategias que el niño o joven podrá poner en práctica con el fin de llegar a una solución adecuada de sus problemas. Solucionar un problema efectivamente incluye el uso adecuado y conjunto de varias habilidades de interacción social como lo son la escucha efectiva, la comunicación asertiva, el desarrollo de la empatía, saber expresar y defender sentimientos, emociones, derechos y opiniones propias, así como la aceptación y el respeto de los sentimientos, emociones, derechos y opiniones de los demás.

Enfrentar un problema exige de la reflexión de los sentimientos y emociones de la propia persona, así como del entendimiento y comprensión de aquello que originó el conflicto. Posteriormente enfrentar un problema, significará tener la entereza, seguridad y firmeza para acercarse a la/s persona/s involucrada/s en la situación para llegar a un diálogo asertivo y de ahí a una solución positiva del problema para ambos lados (Smcke, 2002).



### 5.6 Creatividad y autoestima.

La creatividad es una actitud ante la vida. Una actitud caracterizada por la búsqueda de nuevos compromisos y actividades, cambiar la rutina, buscar alternativas a lo que habitualmente hacemos. Ser creativo supone descubrir nuevas posibilidades para encontrarnos mejor a través de tareas nuevas, distintas a las que anteriormente teníamos.

La imaginación y la creatividad van asociadas. La creatividad supone tener imaginación, y la imaginación hay que plasmarla en cosas concretas. Es creativo un niño que se imagina un juguete con diferentes artilugios por ejemplo una nave espacial y luego es capaz de dibujarla o intentar construirla está demostrando su creatividad.

La creatividad produce un estado psicológico de bienestar personal, de seguridad y de confianza en uno mismo. Es una de las bases de la sana autoestima (Vallés, 2000).

Existen varias razones para que los padres se tomen un interés activo por la creatividad de sus hijos a una edad temprana. La confianza en su capacidad creativa proporcionará a los niños numerosas ventajas en la escuela y en sus relaciones sociales. Es un componente importante de la confianza en uno mismo en su totalidad (Bean, 1998).

La creatividad es una respuesta natural del niño a su entorno, una manera de interactuar con el mundo que le rodea. Cuando se le impide desarrollar su creatividad, también se le impide desarrollar su autoestima.

Como la creatividad necesita una forma de expresión, todo lo que los padres o educadores hagan para impedirle afecta al sentido básico que tiene el niño de su propia personalidad. El niño duda de su valía y lugar en el mundo y empieza a limitar sus formas de expresión para evitar la crítica, el castigo y los sentimientos de culpa que origina el rechazo de su propio yo.

Por el contrario, cuando los padres y educadores apoyan la expresión de la propia personalidad mediante el fomento de la creatividad confirman la valía personal del niño.

Este proceso de confirmación es el mensaje más importante que reciben los niños sobre el valor de su naturaleza básica. Los padres no dicen generalmente a sus hijos cosas como tu naturaleza básica es muy valiosa e importante. En lugar de ello, les proporcionan recursos creativos, aplauden las formas de expresión del niño, confirman su derecho a jugar y estimulan su individualidad —de manera equilibrada, por supuesto, porque también deben adaptarse a las normas de la familia y de la sociedad- en otras palabras, la forma que los

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



adultos tienen de confirmar la importancia de la naturaleza básica del niño es respaldando su tendencia a actuar de manera creativa (Bean, 1998).

Sentirse libre para expresarse, característica que estimula y es estimulada por el proceso creativo, es un requisito previo para el éxito en distintos campos. Los niños no establecen distinciones entre ellos mismos y sus emociones. Es como si lo que sienten fuera lo que son. La tendencia natural de los niños es a manifestar sus sentimientos directamente, sin censurarlos ni clasificarlos, especialmente si creen que no van a ser criticados o castigados. En un clima de seguridad, los niños pueden expresar sus sentimientos.

Permitir a los niños que expresen todo tipo de emociones es parte de la estrategia para fomentar la creatividad. Los niños capaces de expresar una amplia gama de sentimientos gozan de una clara ventaja en las relaciones sociales. Son más conscientes de los sentimientos de los demás y también más receptivos. Piden lo que necesitan, declaran sus preferencias y son flexibles a la hora de enfrentarse a una gran variedad de relaciones sociales. Estas cualidades les proporcionan ventajas en el colegio, lo cual incrementa sus posibilidades de éxito (Bean, 1998).

Estimulando activamente la creatividad de los niños se les está suministrando automáticamente muchas maneras de expresar sus emociones. Encontrarán formas más aceptables de expresar sus sentimientos negativos que, por ejemplo, golpeando a otro niño con los puños. Bean (1998) comenta: "Yo siempre me quedaba sorprendido cuando mis hijos eran pequeños de lo mucho que disfrutaban con el siguiente ejercicio: cuando estaban enfadados con alguien, su madre les sugería que dibujasen el retrato de esa persona en una hoja de papel y que escribieran su nombre. Después en medio de un griterío ensordecedor, echaban ceremoniosamente el papel en la taza del cuarto de baño y tiraban de la cadena. ¡Siempre funcionaba!".

El proceso creativo construye un sentido de la integridad personal en los niños conforme desarrollan talentos y habilidades. Animar a los niños a expresarse de forma creativa significa darles libertad para tomar decisiones. Como resultado pueden ocurrir varias cosas:

- El niño toma decisiones adecuadas y se gana la aprobación general.
- Toma decisiones equivocadas y experimenta crítica.
- Toma decisiones ineficaces y se siente impotente.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- Evita tomar decisiones arriesgadas que puedan conllevar un fracaso.

Tres de las opciones, como se puede comprobar, podrían originar fácilmente algún tipo de confrontación entre padres e hijos. Pero si se comprende el proceso, se tiene paciencia y se reconoce la creciente capacidad del niño para tomar decisiones adecuadas después de una serie de errores, se habrán estimulado la creatividad y la integridad personales.

A través de la creatividad, los niños aprenden a valorarse a sí mismos. La autoestima es una condición necesaria para ejercitar la integridad personal. Integridad significa que las decisiones de una persona reflejan sus valores, creencias y emociones. La personalidad del niño se mantiene sólida a través de los cambios y las tensiones que pueden presentarse en su vida (Bean, 1998).

A los padres les gusta que sus hijos sean creativos: para la mayoría de los adultos son una delicia los niños que se mantienen ocupados con juegos imaginativos, que hacen o dicen cosas que otros no hacen ni dicen o que demuestran poseer alguna habilidad artística o intelectual. Esta tendencia a comportarse creativamente está relacionada con la autoestima de los niños.

La creatividad pone en juego los siguientes factores, directamente influidos por la autoestima:

- Un acto creativo siempre conlleva riesgo. Y el niño necesita poseer bastante confianza en sí mismo para poder afrontar ese riesgo.
- Para actuar de modo creativo, el niño debe confiar en los demás. Y saber que le seguirán aceptando, incluso si fracasa en algo.
- Comportarse de manera creativa exige que funcionen conjuntamente el intelecto, la imaginación visual, los aspectos lúdicos y la destreza física y mental. Y en el niño excesivamente ansioso o temeroso, tal funcionamiento es improbable, porque la ansiedad entorpece la conjunción feliz de todas esas habilidades.
- La auténtica creatividad es algo que surge de dentro del niño y no algo que pueda *provocarse*. Y si el niño depende mucho de los elogios y de las alabanzas de otras personas, tenderá a satisfacer los deseos de los otros.
- Ser creativo significa que uno conoce con bastante claridad cuáles son sus propias imágenes y modelos mentales. El niño creativo suele obtener una enorme satisfacción al convertir esos modelos en realidad (ver algo con la imaginación y

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

hacerlo tangible) Pero si el niño espera con ansiedad el juicio de los demás o fracasa sin más (ambas situaciones son características de niños con poca autoestima), acaba por no saber experimentar esa satisfacción personal (Clemes, 1998).

Ahora veamos qué es la autoestima y la importancia que tiene en el desarrollo de la inteligencia emocional.

La autoestima es la valoración que realizamos sobre nosotros mismos. Está formada por tres componentes básicos, del mismo modo que lo está cualquier comportamiento humano, es decir, por la dimensión cognitiva: pensamientos, ideas, creencias, valores, atribuciones, expectativas, etc.; por la dimensión conductual: lo que decimos y hacemos, y la dimensión afectiva: lo que sentimos. En este último caso, lo que sentimos es el valor que damos a las situaciones, cosas y personas que nos rodean y el valor que nos damos a nosotros mismos (Vallés, 2000).

La autoestima se la considera formando parte de diferentes clasificaciones del comportamiento de las personas. Se la ha considerado como una habilidad social de carácter cognitivo. También se la ha considerado como un constructo o valoración autopersonal y, finalmente, también se la considera (la buena y sana autoestima) como una habilidad emocional que forma parte del conjunto de habilidades de la Inteligencia Emocional. Se diría que, manifestar una sana y adecuada autoestima es un indicador de que nuestra inteligencia emocional está funcionando correctamente en lo referido al gusto o nivel de autosatisfacción que tenemos con respecto a quiénes somos, qué hacemos, qué pensamos y qué sentimos (Vallés, 2000).

Los niños se hacen una imagen de sí mismos de acuerdo con las reacciones que perciben en las personas próximas o de referencia: los padres, hermanos, familiares, profesores, amigos... Aquellos niños que sí obtienen reconocimiento de sus padres porque creen en sus capacidades consiguen una mayor seguridad emocional. Si, por el contrario, no perciben aprobación, ni confianza en lo que ellos son capaces de hacer, su autoestima difícilmente se desarrollará de modo adecuado. Puede ocurrir, como respuesta a la falta de aprobación y reconocimiento de los demás padres, profesores, amigos... que desarrollen actitudes o sentimientos de inferioridad con respecto a otros compañeros, manifestándolo a través de expresiones de vergüenza, miedo y de verbalizaciones autodevaluativas ("Yo no sirvo

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

para....", "Aquél es mejor que yo", etc.). La consecuencia negativa de ello es un aumento del rasgo de timidez y una mayor inhibición en las tareas de participación en equipo, así como menos relaciones interpersonales (Vallés, 2000).

En base a los trabajos de Robert Reasoner (citado en Smeke, 2002) existen cinco componentes en la construcción de la autoestima. Estos componentes son:

- Seguridad
- Autoconcepto
- Pertenencia
- Misión
- Aptitud o capacidad

Aunque el orden de los componentes de la autoestima es el correcto y adecuado para desarrollarla, debemos entender que unos y otros se encuentran interrelacionados; sin embargo, la precondition para el desarrollo adecuado de cada uno de ellos es la seguridad, ya que sin ella es muy difícil que los otros componentes sean factibles a ser desarrollados.

**Seguridad.** Es un agradable sentimiento que incluye en su seno una sensación de seguridad física y emocional. En un ambiente de seguridad se tiene la certeza de que dicha sensación no es ni será amenazada por nada ni por nadie. Un hijo o alumno que se percibe a sí mismo dentro de un ambiente de seguridad, sabe con exactitud cuáles son los límites de su conducta y entiende con claridad qué es lo que se espera de él expectativas. Un niño o adolescente que se siente seguro puede confiar en las personas que le rodean y en las circunstancias que se le presentan, no siente temor a sentirse intimidado o dañado en su autoestima o en su propia persona.

Gracias a la confianza que un ambiente de seguridad promueve, el pequeño o adolescente puede ser una persona capaz de poseer iniciativa, de tomar riesgos, de compartir ideas, de preguntar y de tener una actitud de apertura hacia las personas de su alrededor. asimismo, un chico seguro puede adaptarse fácilmente al cambio sin que esto le moleste y ser espontáneo en sus actitudes y comportamientos. A un hijo o alumno que se desenvuelve dentro de un ambiente de confianza se le percibe como una persona con un alto grado de seguridad y confianza en sí mismo, que proyecta calma en vez de estrés, miedo o ansiedad (Smeke, 2002).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Un niño o joven seguro sabe que puede contar con los demás.

El sentimiento de seguridad es tan importante que sin él, el desarrollo de un yo fuerte y sano es muy limitado. Los niños y jóvenes deben sentirse seguros para crecer y desarrollarse efectivamente, deben percibir a su alrededor un ambiente no amenazante en el cual puedan aprender y crecer.

**Autoconcepto.** Implica un sentimiento de individualidad. Es la adquisición del conocimiento de uno mismo, conocimiento que exige una descripción realista y exacta de las características físicas individuales y de la propia personalidad, tanto en cuanto a las cualidades positivas como a las negativas que uno mismo posee.

Los niños adquieren un adecuado autoconcepto se saben únicos, especiales y asumen un gran valor personal. Generalmente poseen una identidad que coincide con exactitud con la realidad, conocen sus intereses, sus gustos y aceptan sus puntos fuertes así como sus puntos débiles, reconocer sus debilidades no los amenaza ni los hace sentir inferiores a los demás. Debido a que son niños que se saben aceptar a sí mismos, poseen gran facilidad para aceptar a los demás tal como son y actúan generalmente de forma positiva en congruencia con la imagen que de ellos mismos poseen. Los niños o adolescentes que poseen un autoconcepto veraz saben en realidad quienes son.

El autoconcepto no es un valor o un juicio acerca de uno mismo, es sólo una serie de pensamientos y definiciones basados en los roles que cada niño o adolescente desempeña y en sus propios atributos.

La descripción que cada niño haga de sí mismo, puede o no, ser exacta o real, sin embargo lo que cada uno percibe sí es real para sí mismo.

El autoconcepto es básico en la creación de la autoestima, la autoestima tiene como estructura principal el concepto que de uno mismo tenga cada individuo, la autoestima es la evaluación o juicio que cada persona se otorga a sí misma en función a su autoconcepto.

Frecuentemente los alumnos se etiquetan a sí mismos y lo pueden hacer como una mercancía que vale la pena o como una mercancía dañada y sin valor alguno. Esta evaluación de su valor, es su autoestima y ésta puede tener en el estudiante repercusiones positivas o negativas en su persona y definitivamente repercusiones en su comportamiento y en su aprovechamiento académico. El punto de origen para generar más sentimientos positivos en el

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

niño o adolescente es ayudarle a desarrollar una descripción exacta y real de su propia persona y en función a esta descripción fomentarle una evaluación adecuada de su persona (Smeke, 2002).

**Pertenencia.** Implica un sentimiento de pertenecer a, así como un sentimiento de aceptación de los demás a uno mismo. La pertenencia es también considerada una interrelación, entre dos o más seres humanos que son considerados como importantes y significativos en la vida del individuo. Es un sentimiento de aprobación, respeto y apreciación de los demás hacia uno mismo.

Los niños y jóvenes con un alto sentido de pertenencia, se sienten aceptados y apreciados por las personas que les son importantes, se sienten bien en sus relaciones sociales y se perciben a sí mismos correctamente enlazados e integrados con los demás.

Son los éxitos anteriores los que les permiten buscar a niños y a jóvenes nuevas relaciones así como mantener las relaciones actuales en buen estado. Los niños o adolescentes que experimentan el sentido de pertenencia son capaces de compartir y demostrar empatía y compasión por otros y ya que estas personitas se perciben integradas en sus relaciones, la respuesta de sus compañeros hacia ellos es correspondiente y congruente. Es definitivo y determinante que una serie de experiencias positivas dentro del grupo social promueve y refuerza el sentimiento de pertenencia. En la lucha social, son los compañeros los que tienen la posibilidad de satisfacer las necesidades de pertenencia del niño, necesidades que la familia o los adultos allegados al chico o al adolescente no pueden complementar. Es entre compañeros y amigos que se comparten problemas, alegrías y experiencias entre gente de la misma edad. Las relaciones sociales de los niños son el medio por el cual los pequeños y jóvenes adquieren y desarrollan las habilidades sociales; mientras dichas relaciones sean más exitosas, más promoverán en el niño un alto sentido de seguridad, de autoconcepto y de pertenencia al grupo social al que pertenecen, se podría concluir que: a medida de mayores experiencias positivas, mayor posibilidad del desarrollo de una alta autoestima.

**Misión.** Es un sentimiento de misión y propósito en la vida; es conocer y saber con precisión cuál es el poder personal y en función a él, tener la capacidad de marcarse metas

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

realistas y alcanzables y planear un camino determinado para lograrlas en el cual, se tiene la voluntad de asumir la responsabilidad por las acciones realizadas para tal fin.

Los chicos y jóvenes con una alta autoestima están motivados intrínsecamente y tienen sentido claro de dirección y propósito en la vida. Este tipo de niños y jóvenes generalmente tiene éxito en la vida porque son personitas que tienen en mente intenciones específicas y objetivos claros y determinados de cómo lograr las metas que se han propuesto, en otras palabras tienen un alto sentido de misión.

Los niños y adolescentes con un sentido de misión se han tomado el tiempo de pensar qué es lo que quieren lograr y cuál es el camino que van a emprender para lograr objetivos, una actitud de este tipo refuerza sus sentimientos de autoestima y les da una probabilidad más alta de alcanzar sus metas, lo que a su vez los motiva a seguir adelante con mayor seguridad y confianza en sí mismos y lo más importante, con el ímpetu para tomar riesgos en el logro de sus objetivos (Smeke, 2002).

Este tipo de niños o adolescentes saben autodirigirse en su trabajo escolar y marcarse un plan a seguir, sus metas son realistas y alcanzables y luchan constantemente por alcanzarlas a pesar de los obstáculos que se les puedan presentar en el camino. Los obstáculos no desmotivan a estos pequeños y jóvenes pues éstos son vistos y entendidos como parte del camino y optan por tomarlos como medios y/o oportunidades para el aprendizaje. Ante dichos obstáculos, niños con un alto sentido de misión, poseen la flexibilidad para encontrar diferentes alternativas y no perder de vista las metas que se han propuesto.

Los alumnos sin misión se desenvuelven en una situación diferente. Poseen poca iniciativa en el logro de objetivos, falta de motivación y falta de recursos o alternativas. Pocas veces triunfan, porque pocas veces toman el riesgo de intentarlo; dichos fracasos o carencias de éxitos les refuerzan su falta de capacidad, lo que los incita a no intentar pues se sienten fracasados antes de empezar y piensan que realizar el esfuerzo no vale la pena. En casos extremos estos niños o adolescentes carecen de control en su propia vida y como padres o maestros es muy frustrante tratar con ellos ya que realizan sus tareas o deberes como personas fracasadas aun antes de empezar.

**Aptitud.** Se refiere a un sentimiento de capacidad y habilidad respecto a algún aspecto que se considere importante y significativo para determinado individuo. Es la conciencia de

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

los talentos personales asó como el conocimiento y la aceptación de las propias debilidades. El sentido de aptitud es un sentimiento de poder y control personal sobre la dirección de la propia vida.

Los chicos con un alto sentido de aptitud no solo están conscientes de sus habilidades sino que también son capaces de aceptar sus debilidades. A pesar de que todas las personas poseemos defectos y cualidades, los estudiantes con una alta autoestima se concentran en sus cualidades y talentos. El sentido de aptitud se ve altamente influenciado por éxitos anteriores que han proporcionado al alumno confianza en sí mismo; esta confianza y seguridad personal tiene su base en el autoconcepto que el mismo individuo se ha formado gracias a dichas experiencias (Smeke, 2002).

El ciclo de éxitos que se desarrolla gracias a una alta autoimagen o autoconcepto proporciona al hijo o alumno la seguridad y la disposición para atreverse a tomar riesgos. Cada nuevo éxito estimula al chico a volver a esforzarse en una nueva empresa en base al éxito que obtuvo con anterioridad, una actitud así le permite al alumno sentirse como un ganador. Los niños o adolescentes que poseen un sentimiento de aptitud sostienen la filosofía de: "Yo puedo" y de luchar por aquello que se proponen. El fracaso es percibido como una oportunidad para aprender y no como una derrota. Los niños o adolescentes con alto sentido de aptitud tienen poder y control sobre su propia vida y se sienten capaces de trazarse un camino para alcanzar sus metas.

Por el contrario los niños o jóvenes que no poseen un sentido de aptitud enfatizan sus debilidades en vez de sus habilidades; debido a sus pocos éxitos y muchos fracasos (a causa de una misma actitud) y no poseen la iniciativa necesaria para tomar riesgos. La filosofía de "No puedo, para que intentarlo de nuevo", pasa a formar parte de su personalidad y una vez ya introyectada dicha característica es muy difícil modificarla. Para dichos alumnos los fracasos anteriores les proporcionan el autoconcepto de ser inadecuados. El mensaje que se mandan a sí mismos es el de: "Soy un perdedor"; este tipo de conceptualización personal afecta determinadamente el rendimiento académico y el desarrollo en cualquier área en la vida del niño o joven ya que para desarrollarse exitosamente en cualquier aspecto en la vida es necesario sentirse capaz y seguro de uno mismo (Smeke, 2002).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN



Generalmente, la adquisición de las actitudes facilitadoras del desarrollo de la inteligencia emocional, exigen del padre o maestro una nueva forma de escuchar y de comunicarse con sus alumnos, una forma más empática, efectiva y asertiva. Una comunicación en la que se habla menos y se escucha más. Un padre o maestro debe entender que una actitud constante es el único factor que hará posible un desarrollo real de la inteligencia emocional en los niños y jóvenes facilitando en ellos la internalización de hábitos relacionados con este objetivo, como podrían ser: el desarrollo positivo de la autoestima y del autoconcepto, el control de la impulsividad, una forma asertiva para comunicarse y resolver problemas, etcétera (Smeke, 2002).

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## CONCLUSIONES

El conocer las propias emociones, manejar las emociones, la motivación intrínseca o automotivación, reconocer emociones en los demás, el desarrollo de la creatividad y la autoestima son aspectos fundamentales en el proceso de desarrollo del niño, ya que como se ha visto en el presente trabajo permiten un mejor desenvolvimiento social y conocimiento personal que enriquece la vida de los niños.

Los niños se encuentran con un gran número de dificultades a la hora de relacionarse con su entorno tanto familiar, social y escolar. Se observan niños temerosos, con problemas de aprendizaje, hiperactivos, inconformes, agresivos o seguros, confiados de sus propias capacidades, amistosos, rebeldes, etc.

Por lo regular los niños no reconocen que emociones transitan en los diferentes momentos de su vida; quizás al principio sus necesidades básicas de alimentación, sueño, protección, ternura etc., los llevaron a manifestar emociones llanto, alegría, enojo, etc., que con el transcurrir del tiempo son moldeadas por los adultos. Algunos adultos reconocen, aceptan y encauzan las emociones de sus hijos, otros por el contrario ignoran, censuran, o no le dan importancia a la vida emocional de los niños.

Recordemos que cada niño será adulto y ¿qué clase de adulto estamos formando? insensible, frío, inteligente, sí, pero solo en lo académico; y hasta en la vida académica el niño o adulto necesita de su inteligencia emocional: al desarrollar una investigación, un tema, exponer frente al público, contar una anécdota, participar en un juego de canicas, etc. Enamorarse del tema de investigación, ser empático con el público, o grupo de compañeros que conviven en el salón de clases, participar de un partido de fútbol, observar cuando los compañeros ya no desean continuar con el juego.

En cada una de estas actividades, además de poseer técnica, metodología, dominio del tema, es de igual importancia, tener control emocional, reconocer las emociones de los participantes, etcétera. Es decir ser inteligente emocional y racionalmente

Es triste notar como algunos niños teniendo habilidades matemáticas, orales, artísticas no pueden expresar estas capacidades porque se les ha enseñado a tener una sola forma de contestar gris y frío y escuchamos afirmaciones como: los niños buenos se portan bien, si te portas bien te voy a seguir queriendo; condicionan su cariño, las calificaciones son sinónimo

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

del valor del niño *¿y sus emociones? ¿dónde están sus emociones?* son dejadas de lado, -no, no es hora de llorar hay que estudiar-, si están tristes, esto no importa; si aman o expresan alegría por algún acontecimiento, por haber ganado un juego de canicas, o por contar un chiste por décima ocasión (chiste que ya conocía el adulto) no es tomado en cuenta.

La familia y la escuela tienen un papel fundamental en el desarrollo de la inteligencia emocional, ya que en estos, se observan y se viven las emociones. Apparently el niño solo recibe cuidados y alimentación, sin embargo el como los recibe esta matizado de diversas emociones.

Los adultos que se encuentran al cuidado de los niños pasan por diversas dificultades en su vida que entorpecen el contacto con las emociones tanto propias como las ajenas. El estrés, la economía, la muerte de un familiar, la enfermedad, entre otros, son acontecimientos que forman parte de la vida y ante tales circunstancias el adulto tendrá que mostrar lo mejor de sí mismo a la hora de enfrentar y resolver estos y a su vez dará ejemplo de cómo manejar las emociones, la creatividad, autoestima, y empatía.

No basta decirle al niño hay que tener calma, sonrír, deja de llorar, no tengas miedo, a la hora de enfrentar dificultades como, un asalto, la falta de agua, un sismo, la pérdida del empleo, las bajas calificaciones de los niños, asistir a una reunión por compromiso en la cual hay gente que desconozco y otras que no me resultan agradables, es en estas situaciones donde verdaderamente desarrollamos nuestra inteligencia emocional.

El adulto enfrascado en sus problemas se desconecta de sus emociones y las del niño. Quizás por que al mismo adulto se le negaron sus emociones.

A la hora de educar o conducir la educación de los niños tendremos que tomar en cuenta que no solo hay logros académicos o intelectuales, esto no basta, hay que dejar que los niños reconozcan sus emociones tanto las emociones positivas alegría, cariño, ternura, amor, como las que pudieran parecernos negativas como son la ira, tristeza, enojo, cada una de ellas nos hablan de nuestra humanidad; como personas en proceso constante de formación; cada una de estas emociones nos señalan como nos sentimos en relación a los acontecimientos de la vida, también nos hablan de que hay sucesos que me agradan o que no concuerdan con mi forma de ser, sin embargo cada una nos permiten un mayor conocimiento de la persona que soy. y manejados pueden ser un excelente recurso par la vida.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

La agresividad, en los niños es vista como algo negativo, sin embargo, nos habla de que algo no es agradable para el chico, los adultos inmersos en los compromisos de adultos no observamos que quizás, algo tan sencillo como cambiar el color de la pared de la casa o del salón, una buena iluminación, la alimentación, los colores que le gustan para vestir, sus programas favoritos de televisión o si tiene alguna dificultad con un compañero o la clase de matemáticas le resulta molesta porque la voz del profesor es enérgica al exponer el tema. Si somos más empáticos, quizás podríamos conocer, quién es este niño, qué emociones expreso como adulto que llevan al niño a estar inconforme y agresivo la mayor parte del tiempo.

Cualquier emoción es positiva y nos da cuenta de que somos seres humanos sensibles. Empecemos pues a contactarnos con nuestras emociones y desarrollemos los aspectos de la inteligencia emocional.

Las emociones positivas y negativas que experimentamos dependen del significado que les damos a un acontecimiento que ocurre.

Las emociones tienen una utilidad adaptativa, es decir nos permiten la autodefensa y la supervivencia. Las emociones son la más valiosa fuente de información acerca de lo que debemos hacer.

Dentro de la inteligencia emocional encontramos cualidades como la creatividad, la pasión, la empatía, la flexibilidad, la intuición, la persuasión, la socialización, y el amor que nos caracteriza como seres humanos.

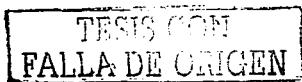
Una autoestima sana nos dirige hacia el movimiento, hacia las actitudes positivas y comprometidas y hacia la libertad de ser quienes realmente somos. Para cultivar la creatividad es necesario que el niño tenga el tiempo suficiente para explorarla una actividad o un material en particular hasta hacerse dueño de él. La persona más creativa y exitosa en la vida es la que maneja la información y las emociones ante los retos y las crisis de la vida.

La inteligencia académica ha dejado de ser un punto angular en la formación del niño. El niño no solo posee un cerebro racional, también esta el cerebro emocional. La mente racional y la mente emocional interactúan para construir nuestra vida mental. Los dos actuando armónicamente resultan ser excelentes aliados de los seres humanos niños y adultos. Desarrollemos los dos hemisferios cerebrales eduquemos seres completos y no a la mitad.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

## REFERENCIAS

- ANTUNES, C.** (2000). *El desarrollo de la personalidad y la inteligencia emocional. Diálogos que ayudan a crecer*. Traducción de José Luis Sánchez. Barcelona, Gedisa.
- APTER, T.** (1999). *El niño seguro de sí mismo. Guía de Educación Emocional para la década crucial de los 5 a los 15 años. Cómo enseñar a sus hijos motivación, autoestima y seguridad*. Traducción de Julia Fernández Treviño. Buenos Aires, EDAF.
- BANDRES, M.P.; Renau, M.D.** (et.al). (1995). *La influencia del entorno educativo en el niño*. Madrid, Cincel. Biblioteca de psicología y educación.
- BEAN, R.** (1998). *Cómo desarrollar la creatividad en los niños*. Traducción Irene Núñez Aréchaga. Madrid, Debate.
- BRADSHAW, J.** (2000). *La familia*. Traducción de Margarita Montes Buschbeck. México, Selector.
- BRANDEN, N.** (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Traducción de Jorge Vigil Rubio. México, Paidós.
- CARRIÓN, L. S.** (2002). *Inteligencia Emocional con PNL. Guía práctica para conseguir salud, inteligencia y bienestar emocional*. Madrid, EDAF. Colección Psicología y autoayuda.
- CLEMES, H. y Bean R.** (1998). *Cómo desarrollar la autoestima en niños*. Versión castellana de Francisco Páez de la Cadena. Madrid, Debate. Colección Escuela de padres.
- CORKILLE, B.** (2001). *El niño feliz. Su clave psicológica*. (20ª. Edición). Barcelona, Gedisa.
- EGUIA, F. J.** (2000). *Cómo ayudar a solucionar los problemas de sus hijos*. Madrid. Editorial Eos. Colección Educación y Familia. Guía para Padres.



- ELÍAS, M. J.; Steven, E. T. y Brian, S. F. (1999). *Educación con inteligencia emocional. Cómo conseguir que nuestros hijos sean responsables y adquieran un grado óptimo de Sociabilidad*. Traducción de Patricia Antón. México, Plaza & Janés Editores
- ERKERT, A. (2000). *Niños que se quieren a sí mismos. Juegos y actividades para estimular la autoestima y la conducta social*. Traducción de Marta Pascual. Barcelona. Ediciones Oniro. Colección Crecer Jugando.
- GOLEMAN, D. (1995). *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el Cociente Intelectual*. Traducción de Elsa Mateo. México, Vergara Editor.
- GOLEMAN, D. Kaufman, P. y Ray Michel. (2000). *El espíritu creativo*. Traducción de Rosa, S. Corgatelli. Buenos Aires, Javier Vergara Editor.
- GÜELL, B. M. y Muñoz, R. (2000). *Desconócete a ti mismo. Programa de alfabetización Emocional*. Traducción del catalán por Laura del Barrio Estévez. Barcelona, Paidós.
- KAUFMAN, G. y Lev, R. (1992). *¡Defiéndete! Una guía innovadora para que el niño adquiera poder personal y autoestima*. México, Pax.
- KLORMAN, E. (1998). *Las difíciles relaciones entre padres e hijos*. México, Hermes.
- LEVY, N. ((2000). *La sabiduría de las emociones*. Barcelona, Plaza & Janés Editores.
- MÁRTIN, D. y Karin, B. (2000). *EQ Qué es inteligencia emocional. Cómo lograr que las emociones determinen nuestro triunfo en los ámbitos de la vida* (2ª edición). Traducción de Ana Tortajada. Buenos Aires, EDAF.
- NICOLÁS, R.; Núria, F. Y Oromí, I. (2000). *Guía para la salud emocional del niño*. Barcelona, Ediciones Medici.
- NOVAES, M. (1973). *Psicología de la aptitud creadora*. Buenos Aires, Kapelusz.

TESIS CON  
FALLA DE CUBRIR

- OSMAN, B.B. (1988). *Problemas de aprendizaje. Un asunto familiar*. México, Trillas.
- PEINADO, A. J. (1982). *Los hijos ese problema*. México, Porrúa.
- PIEPER, W. J. y Heineman, M. (2000). *Padres perfectos, hijos perfectos. El amor inteligente: el justo equilibrio entre comprensión y disciplina*. Traducción de Fernández de Villavicencio. Barcelona, Plaza & Janés Editores.
- PICK, S.; Givaudan, M. y Martínez, A. (1997). *Aprendiendo a ser papá y mamá*. (2ª. Edición). México, IDEAME.
- RAGE, A.E.J. (1997). *Ciclo vital de la pareja y la familia*. México, Plaza & Valdés Editores.
- RICH, D. (1998). *Hijos ¿qué hacemos? ¿qué les decimos?* Traducción de Adelaida Ruiz. Buenos Aires, Vergara Editores.
- RYBACK, D. (1998). *EQ Trabajo con su inteligencia emocional. Los factores emocionales al servicio de la gestión empresarial y el liderazgo efectivo*. Traducción de Alejandro Pareja Rodríguez. Madrid, EDAF. Colección Psicología y Autoayuda.
- SATIR, V. (1991). *Relaciones Humanas en el núcleo familiar*. Traducción de José Ignacio Rodríguez y Martínez. México, Pax.
- SEGAL, J. (1997). *Su Inteligencia Emocional*. Traducción Carmen Camps. México, Grijalbo.
- SHAPIRO, L. E. (2000). *La Inteligencia Emocional de los Niños. Cociente Emocional*. Traducción de Alejandro Tiscornia. México, Javier Vergara Editor.
- SHER, B. y Smith, B. (1995). *Descúbrete a ti mismo. Cómo saber lo que realmente quieres hacer y cómo conseguirlo*. (3ª. Edición). Traducción de Guillermo Solana Alonso. Barcelona, Plaza & Janés Editores. Colección Activaautoayuda.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

- SMEKE, S. (2002).** *Alcanzando la excelencia emocional en niños y jóvenes. Propuesta educativa dirigida al desarrollo de la inteligencia emocional y de las habilidades sociales en los niños y adolescentes.* México, grupo editorial Tomo.
- SIMMONS, S. y Simmons, J. C. (1998).** *EQ Cómo medir la Inteligencia Emocional. Primera Guía que enseña a aplicar sus principios en la empresa y en su vida privada.* Traducción de Alejandro Pareja Rodríguez, Madrid, EDAF. Colección Psicología y Autoayuda.
- STEINER, C. (1997).** *La educación emocional. Una propuesta para orientar las emociones personales.* Buenos Aires, Javier Vergara Editor
- TORRABADELLA, P. (2001).** *Como desarrollar la Inteligencia Emocional. Tests y ejercicios prácticos para aumentar la autoestima y actuar de manera positiva.* Barcelona, Océano.
- VALLÉS A. A. (2000).** *La Inteligencia Emocional de los Hijos. Cómo desarrollarla.* Madrid, Editorial EOS. Colección Educación y Familia.
- UZCATEGUI, L. J. (1998).** *Emociones Inteligentes. Cómo se puede ser un triunfador Emocional.* México, Lithopolar Gráficas.
- VASSART, M. M. (1997).** *La agresividad de nuestros hijos. Cómo comprenderlos y actuar ante sus conflictos cotidianos.* Madrid, Espasa Calpe. Colección Espasa Práctica.
- WAISBURD, G. (2001).** *Creatividad inteligente.* México, Byblos Grupo Editorial.
- WEISINGER, H. (1998).** *La inteligencia Emocional en el trabajo.* Traducción de Melissa Arcos y Daniel Laks, Buenos Aires, Javier Vergara Editor.

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN