



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

COLEGIO DE PEDAGOGÍA

**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO
HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO DE
HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN
NIÑOS EN EDAD ESCOLAR**

T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PEDAGOGÍA

PRESENTA:

BEATRIZ YOLANDA CRUZ



ASESORA:

LIC. MARÍA EUGENIA ELIZALDE VELÁZQUEZ

CIUDAD UNIVERSITARIA, CDMX

2019



Universidad Nacional
Autónoma de México



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.

DEDICATORIA Y AGRADECIMIENTOS

A mi mamá

Dedico este trabajo a la memoria de mi mamá Roberta Cruz Cruz, por todo el amor, consejos y enseñanzas que me brindó y por todo el esfuerzo que realizó para que yo concluyera mis estudios.

A Dios

Por permitirme lograr este sueño, por la salud y felicidad que tengo.

A mi esposo

Alberto por su amor y apoyo incondicional, gracias por estar siempre a mi lado.

A mis hijos

Diego y Bruno porque son uno de mis grandes motivos para superarme, gracias por su infinito amor y gran paciencia.

A mis hermanos

Adrián † y Daniel mis compañeros de vida, por brindarme su cariño y apoyo.

A mis grandes motivadores

Maru, Araceli, Rafa y Carlos, porque me inspiran a superarme, son excelentes personas y grandiosos amigos.

A mi asesora

Lic. María Eugenia por tu gran paciencia, amabilidad, por compartir tus conocimientos, por tu tiempo, por los ánimos que me das en cada asesoría, sin tu ayuda no lo habría logrado, muchas gracias.

A mis amigas

Judith, Vane, Karen, Ruth, Mary, Mariana, Anita, Gaby, Josefina, Sandra y Rubí por el gran apoyo que me brindaron en todo este proceso, muchas gracias por la gran ayuda y disposición que me mostraron cuando necesite de ustedes.

INDICE

	Pag.
Introducción	
CAPÍTULO 1: MARCO CONCEPTUAL DE LA EDUCACIÓN	
1.1 Definición de educación	1
1.2 Concepto enseñanza-aprendizaje	5
1.3 Clasificación de la educación y sus características	14
1.3.1 Educación Formal	14
1.3.2 Educación no formal	15
1.3.3 Educación informal	16
CAPÍTULO 2: LA FAMILIA	
2.1 Antecedentes	19
2.2 Definición de Familia	20
2.3 Origen y evolución	21
2.4 Tipos de familia	25
2.5 Diversidad en las familias	27
2.6 Funciones de la Familia	29
2.7 Características de las Familias Modernas	32
2.8 Papel Educativo y Formativo de la familia	33
2.8.1 Educación a través del ejemplo	36

	Pag.
CAPÍTULO 3: INTELIGENCIA EMOCIONAL	
3.1 Definición, origen y características de inteligencia	39
3.2 Teorías de las emociones	41
3.2.1 Funciones básicas de las emociones	44
3.2.2 Las emociones básicas	48
3.3 Inteligencia emocional Daniel Goleman	55
3.4 Teoría de las Inteligencias múltiples Howard Gardner	73
3.5 Tipología de las Inteligencias múltiples de Howard Gardner	75
CAPÍTULO 4: Familia-escuela: Generadores del desarrollo de las habilidades socioemocionales en los niños.	
4.1 Definición de las habilidades socioemocionales	81
4.2 Importancia de las habilidades socioemocionales	83
4.3 Desarrollo socioemocional del niño	89
4.4 Desarrollo de la autoestima en la niñez	91
4.5 Interacciones padres-hijo	95
4.5.1 Prácticas parentales	95
4.6 Las emociones en el proceso educativo	102
4.7 Aspectos de la inteligencia emocional que se pueden trabajar en la familia	103
CONCLUSIONES	109
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	112

INTRODUCCION

Las Inteligencias múltiples nos ayudan a comprender mejor la inteligencia humana, facilitando elementos para la enseñanza y el aprendizaje siendo un punto de partida para una nueva comprensión de las potencialidades que podemos adquirir.

Me parece de suma importancia el análisis de las inteligencias múltiples y los diferentes estilos de aprendizaje de los niños, ya que es esencial para que las autoridades, los docentes y los padres de familia creen herramientas y estrategias de aprendizaje para lograr desarrollar seres humanos íntegros y felices, lo anterior basándome en el hecho de que una materia no se enseña de una forma determinada, puede enseñarse de diferentes maneras y evidentemente los alumnos asimilarán el conocimiento de acuerdo a las habilidades que más les favorezcan.

El presente trabajo aborda la importancia de trabajar las emociones desde la infancia, basado en la postura de Inteligencia Emocional trabajada básicamente por Daniel Goleman, con el propósito de apoyar el desarrollo integral de los niños. Aunque la escuela es un contexto adecuado para la educación de las emociones, no se debe relegar esa responsabilidad total a los centros educativos, olvidando el papel fundamental que desempeña la familia en la educación de los niños.

El motivo de la presente investigación, surge analizando los continuos y acelerados cambios sociales a los que nos estamos enfrentando como sociedad, los cuales exigen que las personas tengan una mayor capacidad de adaptación para que puedan hacer frente a las situaciones que se nos presenten, en este contexto el quehacer con el desarrollo integral de los niños es fundamental. Y al observar que no todos los padres de familia cuentan con

las competencias necesarias para enseñar a sus hijos las habilidades sociales y emocionales para la sana interacción en su contexto social, aunado a lo anterior en lo que respecta a la educación formal ha centrado el interés mayormente al desarrollo cognitivo de los niños, no así a la cuestión emocional.

Se sabe que gran parte del fracaso escolar de los alumnos no es debido a una falta de capacidad intelectual, sino a dificultades asociadas a experiencias emocionalmente negativas que se expresan en malos comportamientos y conflictos interpersonales, entre otros.

De esta forma, las habilidades socioemocionales están consideradas básicas para la interacción del individuo en su contexto social ya que le permitirán con una mayor capacidad la solución de problemas, generando varias alternativas como respuesta a problemas determinados; respetando en todo momento las opiniones de las demás personas, lo que implica que el individuo desarrolle su capacidad de identificar, expresar y controlar sus emociones para así estar en posibilidad de reconocer e interactuar con los estados emocionales de las demás personas

La inteligencia emocional hace énfasis en que el ser humano se acepte tal como es con sus defectos y virtudes, porque así son los seres humanos, ya que no existe alguien con todas las cualidades, sin embargo las puede desarrollar, tomando en cuenta las siguientes áreas de aptitud emocional: la Autorregulación: control de las emociones, Autoconciencia: conocer las emociones, Motivación: impulso a lograr una meta, Empatía: comprender a las demás personas y Habilidades sociales: conocimientos para relacionarse con las demás personas.

La inteligencia emocional se ve reflejada como un conjunto de habilidades en la cual el punto central son las emociones, pudiendo percibir las y expresarlas

adecuadamente, generando una comunicación asertiva y un autoconocimiento que permitirá la toma de decisiones.

La inteligencia emocional la expresé como una herramienta para el desarrollo de habilidades socioemocionales que contribuye al manejo emocional de los niños y el control de los comportamientos en función de las emociones de los demás.

El presente trabajo se compone de cuatro capítulos

En el primer capítulo se presenta el marco conceptual de la educación, comprendiendo desde su conceptualización, sus principales funciones, su finalidad, los conceptos de enseñanza-aprendizaje y la clasificación de la educación (formal, no formal e informal) con sus características.

En el segundo capítulo abordo el tema de la familia, en él se desarrolla el concepto de familia, tipos de familia, las funciones que tiene destacando como la más valiosa, el valor que tiene la familia como agente educativo, es decir, la responsabilidad de los padres de familia en la educación de sus hijos, ya que no es solo compromiso de la escuela, sino es un trabajo en conjunto.

El tercer capítulo trata del marco teórico de la Inteligencia emocional por Daniel Goleman, conceptos y características de las emociones y la teoría de las inteligencias múltiples por Howard Gardner.

Y por último en el cuarto capítulo expongo el tema de las habilidades socio emocionales, definición, importancia y su desarrollo en la niñez, así como el papel que juegan las emociones en la vida de los seres humanos.

Reflexionar pedagógicamente el papel de las emociones en la educación y aprendizaje revela una serie de circunstancias y problemas escolares derivados de las emociones, en el ámbito escolar y sobre todo el en contexto social. Si las emociones son negativas se sugiere la identificación, regulación y observación para que afecten lo menos posible el rendimiento escolar y la autoestima de los niños para beneficio del aprendizaje y el desarrollo integral de los educandos.

CAPÍTULO 1: MARCO CONCEPTUAL DE LA EDUCACIÓN

1.1 Definición de educación

El concepto de educación desde su origen y hasta nuestros días se ha ido modificando, adaptándose al contexto histórico, social y cultural en el que se desarrolla, etimológicamente la palabra educación proviene del latín “*educare* que significa guiar, conducir, instruir, hacer, crecer, criar en el sentido de llevar a un hombre de un estado a otro”¹

Diversos filósofos y autores definen a la educación, éstos derivan el concepto que plantea Platón, para este filósofo “una buena educación es la que puede dar al cuerpo y al alma toda la belleza y toda la perfección de que son capaces”². Por lo que la educación le es exclusiva al hombre y con ella podrá obtener las aptitudes necesarias para gozar de la vida con plenitud.

La educación desde la antigüedad hasta nuestros días se ha ejercido de los mayores a los menores, con el objeto de que las nuevas generaciones puedan integrarse a la vida en sociedad y por ende enfrentarse a los retos que implica; todo ello para beneficio de la vida individual y social.

Los elementos de la educación son “básicamente: la intencionalidad (o dinamismo vital), la aspiración a valores, la libertad y la comunicación interpersonal. Por tanto ésta, fomenta esos cuatro elementos. En la base de todos ellos, como primer eslabón en el encadenamiento de los procesos humanos auténticos, considero que esta el *horizonte de significatividad*, el cual consiste en la capacidad para dar o encontrar sentido a las cosas, personas, valores y experiencias. Por lo tanto la educación reside fundamentalmente en el fomento de esa cualidad. A partir del momento en que una persona encuentra sentido a un objeto, es posible desencadenar el

¹Sarramona Jaume. (2000). Teoría de la Educación. España: Ariel p. 14

²Escribano, A. Aprender a enseñar fundamentos de didáctica general, p. 62

proceso de conductas auténticas que hemos señalado (libertad y comunicación interpersonal).”³

Como mencioné anteriormente implica un proceso, mismo que tiene como objetivo lograr en los seres humanos cambios innovadores que deberán reflejarse en la sociedad, y es que no sólo se busca la convivencia armónica sino el desarrollo social, cultural, tecnológico y de valores.

Todos de alguna forma, somos educados cuando somos influidos por otros y somos educadores cuando influimos en otros, por lo que la educación puede realizarse en cualquier medio, como la casa, la escuela, la iglesia, la calle, con los amigos, etcétera.

Por lo anterior es importante señalar que el sistema familiar es el primer agente educador; quizá el más significativo y profundo. Los padres son los primeros y más poderosos maestros de la vida, es en el seno familiar donde se adquieren los primeros aprendizajes, los cuales son los más trascendentes en la vida de una persona.

Las dos principales figuras que educan en el hogar son: la madre y padre, ambos educan para que los hijos enfrenten la vida, por medio de la transmisión de hábitos, actitudes, valores, costumbres y el desarrollo de capacidades que les ayuden a vivirla.

Una de las principales formas de enseñar de los padres es a través del modelaje, los padres sirven de modelo para lo que se proponen enseñar. El modelo es un punto de referencia para reproducir lo que se considera como deseable, esta forma de educar es asistemática, espontánea e inconsciente. La razón es porque se deriva de la convivencia y la observación cotidiana, que permiten la reproducción de las conductas, creencias, formas de actuar y de comportarse, las cuales son progresivamente integradas a la forma de ser de

³Gutiérrez Sáenz, Raúl. Introducción a la didáctica. 4ª Ed. México: Esfinge, 1990. 239p. p 19.

la persona. Es inconsciente debido a que no son previamente cuestionadas para seleccionar si son positivas o negativas para el logro de las metas que, como padres desean alcanzar, ya que su finalidad es educar a los hijos para ser felices y productivos.

No solo educamos por medio de la palabra, sino también con nuestras acciones, formas de pensar y sobre todo con nuestras actitudes, así mismo los padres tienen la misión de proporcionar los principios emocionales, espirituales, intelectuales así como la cultura en general. “Es mediante la transmisión de amor, disciplina, conocimientos, valores, el manejo de la libertad y de las emociones que se puede educar.”⁴

En este contexto se puede considerar a la educación como un arte, debido a que cada familia inicia una obra plasmando en cada uno de sus integrantes las percepciones, sensaciones, emociones y formas de pensar de lo que es el mundo, el cual se extrae de las experiencias únicas que cada familia tiene a través de su historia. Por lo que podemos concluir que todas las familias tienen su propia forma de educar y para poder incorporar a sus miembros a la vida social y productiva se necesita de instituciones que cumplan con ese fin.

La educación ha sido objeto, a través del tiempo, de múltiples enfoques críticos, formulados en función de distintos puntos de vista filosóficos y bajo la influencia de las condiciones socioculturales de cada época. Su análisis puede plantarse desde las perspectivas sociológica, psicológica, biológica y filosófica, los aspectos-criterios dominantes en nuestros días son el sociológico y el biopsicológico.

Si se observa desde el ángulo sociológico, la educación es el proceso que aspira a preparar a las generaciones nuevas para reemplazar a las adultas que, naturalmente, se van retirando de las funciones activas de la vida social. La educación realiza la conservación y transmisión de la cultura a fin de asegurar su continuidad, lo que procura transmitir es el acervo funcional de la cultura,

⁴BLANCO, Isauro, Padres comprometidos, familias felices. El valor de una buena educación. México: Norma 2004. 223p, p.17.

esto es, los valores y formas de comportamiento social de comprobada eficacia en la vida de una sociedad.

Desde el punto de vista biopsicológico, la educación tiene por finalidad llevar al individuo a realizar su personalidad, teniendo presente sus posibilidades intrínsecas, luego, la educación pasa a ser el proceso que tiene por finalidad actualizar todas las virtudes del individuo.

Por lo anterior podemos decir, que educar es conducir al educando hacia una plenitud de actualización y expansión, orientada en un sentido de aceptación social enfocando un doble punto de vista el sociológico y biopsicológico.

La educación es una actividad dinámica y social. Es un proceso total, en donde la persona se forma y define para aprender y desarrollar al máximo todo su potencial, es decir, es un proceso de formación integral de la persona, en donde la principal función es la socialización, para incorporarla al medio en el que se desenvuelve, a través de la conservación y utilización de los valores de la cultura a la que pertenece.

La educación tiene la capacidad de modificar conductas y también estilos de vida, juega un papel primordial dentro de cada sociedad y sobre todo en cada individuo. Lo que se espera de ésta, es que forme personas íntegras, seguras y con valores. Que puedan tomar decisiones sobre su vida y sobre lo que les rodea, que les enseñe cómo vivir y convivir y a crear relaciones. Dentro de este umbral, “el propósito de la educación no es el dominio de un área del conocimiento sino de nuestra persona”.⁵

A la educación no sólo le compete la transmisión de conocimientos, sino que va más allá de las aulas, es un fenómeno complejo que abarca todas las dimensiones que conforman al ser humano, en palabras de John Dewey, nos brinda de manera resumida su principal finalidad: “la finalidad de la educación

⁵ORR, David. En: Educar ¿para qué?, 1ª. Ed. México 2006, Universidad Autónoma de la Ciudad de México, p21

no sólo es producir un hombre por completo desarrollado, sino también un hombre educado”⁶

Dewey al hablar de un hombre por completo desarrollado, se refiere a todo el desarrollo biológico, psicológico, social y por supuesto el ingrediente ideal: la educación, que en su conjunto conformarán un verdadero ser humano en toda la extensión de la palabra, y es por ello que es una acción continua, no se acaba sino sólo hasta el fin mismo de la existencia humana.

1.2 Concepto enseñanza-aprendizaje

Enseñanza

Alves de Mattos define a la enseñanza como: “incentivar y orientar con técnicas apropiadas el proceso de aprendizaje de los alumnos en la asignatura. Es encaminarlos hacia los hábitos de aprendizaje auténtico, que los acompañarán a través de la vida y les permitirán comprender y enfrentar con mayor eficiencia, las realidades y los problemas de la vida en sociedad”.⁷

Se puede definir también como: “el conjunto de acciones e influencias destinadas a desarrollar y cultivar conocimientos, competencias, hábitos, valores y formas de actuar de tal suerte que se consiga modificar la conducta en la forma de pensar, sentir, expresarse y actuar del alumno”.⁸ Esa transformación se va dando paulatinamente hasta llegar a cambios realmente significativos, los cuales se pueden observar y en ocasiones se pueden medir dependiendo de la asignatura de que se trate.

La enseñanza es un proceso en donde intervienen tres elementos importantes: el educador, el alumno y el objeto de conocimiento, materia o asignatura.

⁶Dewey, John, en: Bowen, James y Hobson, “Teorías de la educación: innovaciones importantes en el pensamiento educativo occidental”, Editorial Limusa, México, p. 68.

⁷Alves De Mattos, Luis, Compendio de didáctica general. Tr. de Francisco Campos. 2ª. Ed., 2ª reimp. México: Kapelusz, 1985. 357 p. p 37.

⁸Gutiérrez Sáenz, Raúl. Introducción a la didáctica. 4ª. Ed. México: Esfinge, 1990. 239 p. p22

En la educación tradicional el profesor es la fuente del conocimiento y el alumno un simple receptor, bajo esta concepción el proceso de enseñanza es la transmisión de conocimientos sobre una materia a través de diversos medios y técnicas.

En las corrientes cognitivas el docente es un facilitador del conocimiento y actúa como nexo entre éste y el estudiante, por medio del proceso de interacción, en donde el alumno es el que tiene la iniciativa de la búsqueda del conocimiento por lo que establece un compromiso con su aprendizaje. En la escuela los maestros y directivos son los encargados de enseñar de forma intencional y directa con el fin de que los alumnos aprendan. La responsabilidad de ambos es hacer consciencia de su papel como guías y la influencia que tienen en los alumnos. Dándole sentido a lo que enseñan, haciendo responsables a los alumnos de las decisiones y formas de actuar que tengan en el aula.

En educación la forma de observar si se alcanzaron estas modificaciones de conducta es a través del logro de los objetivos que son planteados previamente al proceso educativo. Los objetivos son la base para la evaluación, por lo que es importante señalar qué tipo de operaciones mentales requiere realizar el alumno ante los contenidos de la enseñanza. Benjamín Bloom en su taxonomía publica “una clasificación de los objetivos educacionales dividida en tres campos: cognoscitivo, afectivo y psicomotor”.⁹

Cognitiva: en este campo los procesos mentales son los relacionados con la adquisición y comprensión de conocimientos partiendo de la capacidad de procesar y utilizar la información recibida. Propone seis niveles de profundización de un conocimiento que van de los procesos más simples a los más complejos: Conocimiento, Comprensión, Aplicación; Análisis, Síntesis y Evaluación.

Afectivo: este campo está enfocado a la formación y orientación, es decir, fomentar sentimientos, actitudes, emociones y valores positivos, basados en la internalización de los conocimientos y en la exploración del yo interno de

⁹Gutiérrez Sáenz, op cit. p. 48.

los estudiantes para poder asumir una postura ante su realidad. Propone su división en cinco categorías: Receptividad, Respuesta, Valoración, Organización y Evaluación.

Psicomotor: Este campo está enfocado en las habilidades para manipular físicamente herramientas o instrumentos, los cuales enfatizan en el cambio de conductas, habilidades y destrezas. Comprende seis categorías: Imitación, Manipulación, Precisión, Control, Automatización y Creatividad.

Con la taxonomía se pretende determinar qué tipo de comportamiento propone la enseñanza y de acuerdo a esto, que los alumnos obtengan, desarrollen y realicen el cambio de conductas, procurando abarcar los tres campos para que realmente se pueda dar una enseñanza integral, tomando en cuenta que las asignaturas son el medio para perfeccionar la educación del alumno y que cada uno requiere un manejo diferente, porque en algunas puede predominar más la adquisición de conocimientos e informaciones, la necesidad de desarrollar más hábitos y actitudes o simplemente se requiere más el desarrollo de habilidades para realizar o manipular.

El maestro orienta regula y da dirección al acto educativo, una forma de darle dirección es modificando el ambiente en el aula para que el alumno aprenda de la mejor manera. Su papel es facilitar y guiar intencional y directamente el aprendizaje, para que el alumno desarrolle y canalice el potencial que ya existe en él. Encargándose de organizar de forma ordenada los recursos materiales de que dispone, eligiendo los procedimientos y medios que considera adecuados para alcanzar los objetivos previstos en forma eficiente y segura, es decir, es el responsable de la elección del método para alcanzar los resultados previstos.

Se necesitan plantear con anterioridad los objetivos o metas que se pretenden conseguir. Posteriormente se necesitan elegir los contenidos adecuados a la asignatura que se quiere enseñar, enmarcándolos en el plan de estudios de la carrera o actividad a desarrollar, se tienen que planear los tiempos en que se

tendrán que llevar a cabo, además de seleccionar el orden o secuencia en que se presentaran. Ya tomadas en cuenta estas actividades y basándonos en ellas, se necesitan considerar los materiales y recursos a utilizar a lo largo del ciclo educativo. Al final del proceso es importante la forma de evaluar si se lograron los objetivos iniciales.

Aprendizaje

En la educación tradicional el alumno era un elemento pasivo, receptor de conocimientos que sólo memorizaba y posteriormente tenía que repetir. Bajo este concepto se puede decir que el aprendizaje se consideraba como la adquisición de conocimientos.

Sin embargo, actualmente, el aprendizaje se planea como un proceso integral, orientado a capacitar al alumno para que adquiriera nuevos conocimientos, habilidades, hábitos, valores y desarrollo de capacidades como resultado de una instrucción.

“El aprendizaje también constituye un aspecto que diferencia e identifica al ser humano sobre las demás especies, esto no indica que sea el único ser vivo con la condición de aprender, pero como ser racional goza de las facultades alcanzando otros niveles complejos de aprendizaje”,¹⁰ pues las exigencias del medio ambiente, social y cultural lo demandan.

El aprendizaje es el proceso mediante el cual el individuo, por su propia actividad, cambia su conducta, su manera de pensar, de hacer y de sentir. “Es la actividad por la cual la persona modifica su manera de ser”.¹¹ “Gracias al aprendizaje el individuo:

- Enriquece o modifica su información o conocimientos previos.
- Realiza tareas de una manera diferente.
- Cambia su actitud o puntos de vista”.¹²

¹⁰Ries, Bruno. “Aprendizaje en fase adulta”. p. 24

¹¹Calero, Mavilo. Constructivismo pedagógico. Teorías y aplicaciones básicas, p. 52.

¹²Ídem.

Cabe mencionar que algunos de los cambios no son perceptibles a simple vista, debido a que quedan grabados en la conciencia de la persona y se manifiestan en situaciones concretas que ameritan su aplicación, quedando a nivel de pensamientos, emociones o sentimientos.

Este proceso activo e individual (cada persona aprende por si misma), se manifiesta en diferentes etapas de la vida, sin embargo un niño no aprende igual que un adulto, esto básicamente corresponde a la estructura cognitiva, pero sobre todo a las experiencias e interacciones socioculturales. Por ejemplo:

- “El niño aprende más por estimulación sensorial, mientras que el adulto tiene mayor capacidad de efectuar abstracciones y trabajar con símbolos.
- El aprendizaje del niño tiene poco saber acumulado, mientras que el adulto tiene nociones acumuladas anteriormente.
- El adulto en su aprendizaje procede con cautela y previsión, en cambio el niño es menos cauto y previsor.
- El niño aprende más recurriendo a la memoria, mientras que el adulto capta conceptos o secuencia lógica de ideas.
- El aprendizaje infantil busca objetivos inmediatos mientras que en el adulto los aprendizajes pueden ser a largo plazo o teóricos.
- Los niños necesitan más guía y orientación al aprender que los adultos.”¹³

Como podemos observar, el aprendizaje es diferente en cada etapa de la vida, lo que hace la diferencia son las diversas formas de aprender: por condicionamiento, imitación o raciocinio; por esta razón algunos aprendizajes ocurren en determinadas edades, así que se puede inferir que en cada fase vital se requieren aprendizajes cruciales para hacer frente a situaciones, adversidades y cotidianidades de la vida.

Todos los seres vivos aprenden; ya sea de manera empírica, teórica, por accidente, por asociación o de otras formas. Pero ¿cómo se define el aprendizaje? Diversos autores lo definen como:

¹³ Ibídem, p 54.

1. “Aprender es un cambio perdurable de la conducta o en la capacidad de conducirse de manera dada como resultado de la práctica o de otras formas de experiencia”.¹⁴
2. “El aprendizaje es un cambio duradero en un individuo vivo, no afectado por su herencia genética. Puede ser un cambio en el insight, la conducta, la percepción, la motivación o alguna combinación de esas características o capacidades”.¹⁵
3. “Cambio relativamente estable de la capacidad de conducta que ocurre como resultado de la experiencia, en orden a una mejor adaptación al entorno”.¹⁶

Entendemos por aprendizaje todo proceso adquirido a través de la experiencia que genera la construcción de nuevos conocimientos, que se puede adquirir en cualquier ámbito educativo. Y además contiene características propias que lo hacen único, entre las principales se encuentran:

- ✓ Es un proceso personal y natural.
- ✓ Implica cambios en el pensamiento.
- ✓ Se lleva a cabo durante toda la vida.
- ✓ Va implícito en el desarrollo humano.
- ✓ Aprender es interaccionar con el medio.

Es importante mencionar que el aprendizaje se da por tres principales vías:

1. **La intención.** Influye sobre los sentidos sensoriales, pues a través de ellos obtenemos información del mundo exterior para incorporarlo al interior. Se puede definir como el mecanismo cognitivo que nos permite ejercer un control voluntario sobre nuestra actividad perceptiva, cognitiva y conductual; y organiza las diferentes operaciones mentales requeridas para llegar a obtener el objetivo que pretendemos.

¹⁴Schuell, en: Schunk, Dale, H., “Teorías del aprendizaje”, (Segunda edición) editorial: Pearson educación, Edo. de México, 1997, 512 p, p. 2

¹⁵Bigge, Morris, L., “Teorías del aprendizaje para maestros”, editorial Trillas, México 1975, p. 15.

¹⁶De Vicente Pérez, Francisco, en: “Psicología del aprendizaje”, editorial Síntesis, Madrid, 2010, p. 30.

2. **La percepción.** La percepción es un conjunto total que incluye los subconjuntos del aprendizaje y del pensamiento en el acto completo de obtención de información. “Tradicionalmente a la percepción, el aprendizaje y al pensamiento se le ha llamado procesos cognoscitivos”.¹⁷
3. **La memoria.** Es la capacidad de almacenar, procesar y recuperar la información obtenida por medio de los sentidos, y que después se utiliza para resolver o ejecutar determinada actividad.

En el aprendizaje interviene la maduración psicológica, cuando un alumno tiene una madurez cronológica y no corresponde a la cognitiva, el alumno tiene dificultades en el aprendizaje. Jean Piaget señala que el aprendizaje se realiza de acuerdo al desarrollo de la persona, el nivel de desarrollo cognitivo del alumno determina lo que puede o no puede aprender, realizar o cómo se puede relacionar con las personas.

Jean Piaget fue un teórico de fases que “basándose en los patrones que había observado repetidamente en diferentes situaciones. Dividió el desarrollo cognoscitivo en cuatro grandes etapas: etapa sensoriomotora, etapa preoperacional, etapa de las operaciones concretas y etapa de las operaciones formales”¹⁸, cada una de las cuales representa la transición a una forma más compleja y abstracta de conocer.

1. **Sensorio motriz (0-2 años):** Se trata de la primera fase en el desarrollo cognitivo, y para Piaget tiene lugar entre el momento del nacimiento y la aparición del lenguaje articulado en oraciones simples (hacia los dos años de edad). Lo que define esta etapa es la obtención de conocimiento a partir de la interacción física con el entorno inmediato. Así pues, el desarrollo cognitivo se articula mediante juegos de experimentación, muchas veces involuntarios en un inicio, en los que se asocian ciertas experiencias con interacciones con objetos, personas y animales cercanos.

¹⁷Forgus, Ronald, H., en: “Percepción: proceso básico en el desarrollo cognoscitivo”, editorial Trillas, México, 1986, p. 13.

¹⁸Ed Labinowicz. “Introducción a Piaget”, Editorial Pearson, México 1998, 309 p. p.60.

“A través de su interacción, el niño modifica o aumenta sus capacidades iniciales incrementando con ello su potencial para interactuar con un mundo en permanente expansión”¹⁹

2. **Pre operacional (2-7 años):** Las formas de representación internas que se observan al principio de este período son: la imitación, el juego simbólico, la imagen mental, y un rápido desarrollo del lenguaje hablado.

Piaget designó a este periodo con el nombre de etapa preoperacional, porque los preescolares carecen de la capacidad de efectuar algunas de las operaciones lógicas que observó en niños de mayor edad.

3. **Operación concretas (7-11 años):** En esta etapa el niño se hace más capaz de mostrar el pensamiento lógico ante los objetos físicos, aquí se desarrolla la capacidad de manejo de conceptos y operaciones concretas, tiene un pensamiento reversible, solo se refiere a objetos y no a hipótesis. “Se vuelve más sociocéntrico; cada vez más consiente de la opinión de otros. Estas nuevas capacidades mentales se demuestran por un rápido incremento en su habilidad para conservar ciertas propiedades de los objetos (número, cantidad) a través de los cambios de otras propiedades y para realizar una clasificación y ordenamiento de los objetos.”²⁰

4. **Operaciones formales (12 – años en adelante):** “Este período se caracteriza por la habilidad de pensar más allá de la realidad concreta. La realidad es ahora sólo un subconjunto de las posibilidades para pensar”²¹.

Inicia el dominio de conceptos y operaciones abstractas, se aplica el razonamiento y la habilidad para la resolución de problemas. Es capaz de entender plenamente situaciones de algebra, literatura más avanzada, temas de moral, filosofía, religión, etcétera.

¹⁹Ibídem, p. 65

²⁰Ibídem, p. 86

²¹Idem.

De acuerdo a este planteamiento los estudiantes que tienen una maduración a nivel concreto tienen problemas para relacionarse y cuando se llega a dar una relación, ésta se da en forma limitada, superficial, con poca conciencia de ciertos aspectos de la misma. En cambio los que desarrollan operaciones formales pueden llegar a generalizaciones, pueden ver la relación entre ideas y acciones y por lo tanto pueden desarrollar una mejor comprensión de lo hipotético, lo falso y lo lógico. Esto es importante porque el nivel de desarrollo cognitivo de un alumno determina lo que puede o no aprender, realizar o cómo se puede relacionar y no se puede esperar que los alumnos que no tengan la madurez suficiente aprendan ciertas operaciones, conceptos o se relacionen de diferente forma.

Piaget distingue tres tipos de aprendizajes: representacional, de conceptos y proposicional.

i. **Representacional:** en este tipo de aprendizaje se le dan significados a determinados símbolos, palabras, objetos o situaciones y éstos pasan a significar para el alumno lo que expresan sus referentes.

ii. **De conceptos:** de alguna forma es también un aprendizaje de representación en el cual el concepto se presenta al mismo tiempo con el objeto que le manifiesta el referente.

iii. **Preposicional:** en este tipo se necesita aprender lo que significan las ideas expresadas en un discurso, el cual se convierte en un concepto, es decir, no se aprenden palabras aisladas sino su totalidad.

Con estos tipos de aprendizaje añade al concepto de asimilación que consiste en incorporar un concepto ya existente en la estructura cognitiva de alumno con una nueva información, la cual tiene que ser aprendida y por consiguiente los dos elementos son incluidos en la estructura para que se fortalezca o modifiquen las ideas, dependiendo en gran medida de la experiencia de la persona.

Concluyendo: el aprendizaje es un proceso activo en el cual cumple un papel importante la atención, la cual permite destacar las influencias del medio, incluyendo los elementos antes mencionados se puede decir que el

aprendizaje consiste en incorporar y asimilar nuevos datos, actitudes, conductas y valores que modifican las respuestas del individuo.

1.3 Clasificación de la educación y sus características

El hombre como ser social, que pertenece a una cultura necesita, además del hogar, educarse de acuerdo a los cánones establecidos por la sociedad, con este fin se crean las escuelas, institutos y universidades.

Junto con el progreso del hombre la educación también ha tenido que evolucionar y aparecer de distintas formas y medios de actuación ya que es un proceso complejo que perdura a lo largo de la vida.

Creando así la institución escolar formal, para que sea esta la encargada de transmitir los conocimientos generales, debido a la gran demanda educativa fue necesaria la creación de otras formas de educación, la no formal e informal.

1.3.1 Educación formal

Es la que es impartida única y exclusivamente por la escuela en forma escolarizada y se encuentra organizada en niveles: inicial, básica, media superior y superior. De acuerdo con John Dewey las principales funciones son:

1. Simplificar las relaciones sociales, es decir, selecciona los rangos más fundamentales y capaces de hacer reaccionar a los jóvenes, de tal modo que fragmenta, gradúa y simplifica los diversos conocimientos (niveles educativos).
2. Purificar e Idealizar, consiste en seleccionar lo que se va a enseñar, de tal modo que purifique todo lo indeseable, desde conductas hasta conocimientos innecesarios y perjudiciales. (selectiva)

3. La demanda de una institución educativa que proporcione algo que equivalga a un ambiente homogéneo y equilibrado para la juventud. De manera concreta: ampliar, equilibrar, homogeneizar, estabilizar, direccionar, controlar, coordinar y proporcionar herramientas de estructura de pensamiento (enseñar a pensar).

Es importante mencionar que la educación formal está regida por las políticas educativas que a cada país conviene para su desarrollo. Se encarga de expedir títulos, certificados o diplomas que avalan los conocimientos de una persona, que sirven para insertarse en el mundo laboral, al mismo tiempo tiene reglas y condiciones que determinan la permanencia de quien ingresa a este sistema.

Como se puede observar, la escuela es el medio de socialización por excelencia, pero que desafortunadamente no todos pueden ni tienen las posibilidades para ingresar a ella. Conforme más crecen las sociedades más difícil es cubrir sus necesidades de educación, por lo que en la actualidad, además de existir la escuela como medio aceptado para dicha transmisión y debido a su estructura “hermética” y limitada (porque no se cuenta con la estructura necesaria para cubrir la demanda existente), se vio la necesidad de buscar formas distintas de hacer llegar a todos los individuos instruidos o no, una educación de tipo no formal, así mismo existen instituciones no educativas que han optado por ofrecer educación no formal e informal.

1.3.2 Educación no formal

Se caracteriza como la educación que se realiza fuera del marco institucional oficial, es toda aquella acción organizada, sistemática educativa, extensiva e ilimitada, para facilitar determinados géneros de aprendizaje a subgrupos específicos de la población, abarcando desde niños hasta adultos en todas sus edades.

La educación no formal intenta abarcar “todo proceso de aprendizaje que se acometa a lo largo de la vida para el acceso efectivo a conocimientos y destrezas, básicos y avanzados, esté o no institucionalizado y se obtenga o no constancias, certificados, títulos y diplomas al final del mismo. También, pretende impulsar en cada ser humano una actitud más consiente que le

permita manejar positivamente sus emociones y asumir eficazmente sus responsabilidades concretas en la vida cotidiana, de acuerdo con los roles y tareas vitales”.²²

Principales características:

1. La educación no formal se extiende a lo largo de toda la vida, su **duración** es ilimitada.
2. La educación no formal puede desarrollarse tanto dentro de las organizaciones (hospitales, empresas, centros de internamiento, etcétera), como fuera de ellas (en el hogar).
3. Esta organizada y sistematizada.
4. Sí se puede evaluar.

1.3.3 Educación informal

La educación informal es improvisada, fuera de cualquier contexto educativo o reglamentado, el principal ejemplo de este tipo de educación es la familia.

Características:

1. Carece de organización, debido a que no se imparte por instituciones.
2. No es sistemática, ya que se promueve sin una medición pedagógica explícita.
3. Se adquiere en la relación natural con el medio ambiente, que es su entorno, esto es en la familia, amigos, en el trabajo, viajes, medios de comunicación, redes sociales, internet, etcétera.
4. No hace referencia a determinados objetivos planeados.

²²Hochleitner, Diez, Ricardo, en: Fregoso Iglesias, Emma, Margarita, “Educación no formal: educación para el cambio”, UNAM, editorial Praxis, México, 2000, p. 47.

En estas clasificaciones es importante señalar el objeto de la educación permanente, ya que forma parte necesaria e implícita en cada una de ellas. Se extiende a todos los niveles educativos y para todo tipo de persona.

Coombs junto con M. Ahmed, definen los tres términos de la siguiente manera: La educación formal, se refiere al “sistema educativo altamente institucionalizado, cronológicamente graduado y jerárquicamente estructurado que se extiende desde los primeros años de la escuela primaria hasta los últimos años de la universidad”; la educación no formal, es “toda actividad educativa organizada y sistemática, realizada fuera de la estructura del sistema formal, para facilitar determinadas clases de aprendizaje a subgrupos particulares de la población, tanto adultos como niños”²³; la educación informal, se refiere al “proceso que dura toda la vida y en el que las personas adquieren y acumulan conocimientos, habilidades, actitudes y modos de discernimiento mediante las experiencias diarias y su relación con el medio ambiente”²⁴. En opinión de Touriñan (1983), “tanto la educación formal como la educación no formal comparten un rasgo entre sí, a diferencia de la educación informal, y sería el de la organización y sistematización”²⁵.

A continuación resumiré las características de cada tipo de educación en el siguiente cuadro:

EDUCACION FORMAL	EDUCACION NO FORMAL	EDUCACION INFORMAL
Es organizada y sistematizada.	Es organizada y sistematizada.	Se da de manera espontánea.
Se imparte en instituciones llamadas escuelas.	Puede darse en diferentes instituciones y fuera de ellas.	Se puede dar en cualquier lugar.
Tiene una duración limitada por ciclos jerárquicos.	Tiene duración limitada pero fuera del sistema formal.	Se presenta durante toda la vida.

²³La Belle, Tomas J. Educación no formal y cambio social en América Latina. México, ed. Nueva Imagen, 1980, p. 55.

²⁴Coombs, P.H y M. Ahmed., La lucha contra la pobreza rural, aportes a la educación no formal. Madrid, Tecnos, 1975. p. 84.

²⁵Torres, Martin César. La educación no formal y diferenciada: fundamentos didácticos y organizativos. Madrid. Editorial CCS; 2017, p. 15.

Al finalizarla, se otorgan certificados o títulos que abren paso al siguiente nivel.	Al finalizar en ocasiones se otorgan constancias o certificados, pero esto no es obligatorio.	Ningún papel la avala.
Es accesible hasta cierto punto, pues no todos logran acceder a ella.	Es particular porque va dirigido a cierta población en específico.	Es totalmente accesible
Tiene planes de estudio definidos.	Aunque los programas sean de una misma temática, no son siempre los mismos para un mismo territorio.	No tiene planes ni programas de estudio definidos.

Como se ha visto en este capítulo se analizaron los conceptos de educación, enseñanza, aprendizaje y la clasificación de la educación, con el objetivo de conocer la importancia, diferencias y la relación entre los conceptos, ya que para fines del presente trabajo es fundamental tenerlos claros.

Para finalizar considero que dada la importancia que tiene la familia como primer agente educador, y debido al gran impacto que tiene en el desarrollo de las habilidades necesarias para la socialización de los seres humanos, el segundo capítulo está enfocado a cómo es que se relaciona la institución familiar con la sociedad y la escuela, antes que tienen gran influencia en la vida de las personas.

CAPÍTULO 2: LA FAMILIA

2.1 Antecedentes

Dentro del estudio del desarrollo de la humanidad, es necesario realizar el análisis de uno de los grupos más importantes, y que es una de las estructuras fundamentales para la evolución de la sociedad: este grupo es la Familia, la cual es resultante de un largo proceso, en el que diversas hipótesis se centran en tratar de explicar las primeras formas de esta institución y la conformación de las mismas a través del tiempo.

Me parece importante mencionar la historia de la Familia, para tratar de concebir de cierta manera en nuestro presente, la evolución de los grupos humanos en convivencia y el cómo se fue definiendo la estancia de personas, desde la unión para trabajar en equipo, hasta el compartir sentimientos y otras cosas en común, que hoy en día se muestran con gran significatividad desde donde quiera que se mire.

Como ya mencioné anteriormente, este tema tiene múltiples subtemas (o ejes de abordaje), ya sea desde lo sociológico, lo psicológico, lo filosófico, lo histórico, lo económico, lo legislativo, lo comunicativo, lo cívico, lo moral, etcétera... pero lo sustancial aquí es que, todo lo anterior abarca en esencia lo Pedagógico, pues la Pedagogía es un acto creativo siempre ligado en toda medida al ser humano en sus diversos procesos de formación, deformación y transformación, sean estos de manera formal, no formal e informal hablando de lo educativo en sí.

La familia es parte importante de cada uno de nosotros, el tener personas que te orienten, te motiven, te hagan reconocer tus errores y sobre todo que sean los que te brinden amor y cariño no se podrá encontrar en otro lugar que no sea en nuestro grupo familiar.

Etimológicamente la palabra familia viene del latín *Fame* "hambre" y una de las causas de esta asociación viene de las necesidades diarias de la vida.

En otras palabras, la familia es la agrupación en donde los cónyuges integran, organizan y proyectan sus características, donde se hará mejor el aprendizaje

en la ayuda mutua y en donde aprenderán a amar, a la vez que experimentarán sentirse amados.

2.2 Definición de Familia

Ahora bien, hablar de lo que es la familia parece ser un tema sencillo, en tanto que la mayoría de los seres humanos hemos nacido y crecido en una a la cual estamos unidos por profundos sentimientos.

No obstante, definirla ha sido fuente de controversia, pues gran número de autores sostiene que no existe una concepción única y correcta, más bien hay definiciones formuladas, desde diferentes perspectivas teóricas. Se le ha concebido -entre otros aspectos- como educadora y transmisora de valores y conocimientos, igual como una entidad económica y una institución que refleja los problemas de la sociedad, o se estudia como el ámbito donde se asegura la reproducción biológica y la socialización de los individuos en función de las normas culturales.

Desde un punto de vista antropológico se estudia el origen, las formas que han existido a través de los tiempos en las diversas sociedades, las relaciones de parentesco y el vínculo con otros grupos; todos estos han sido aspectos fundamentales para comprender a la familia.

En cambio, desde una perspectiva pedagógica la familia supone el desarrollo de un proyecto educativo, cuándo el niño llega al mundo no sabe cómo conducirse, no cuenta con un criterio para juzgar lo que está bien hecho o lo que no. Así el bebé depende por completo de las experiencias de otras personas para su inserción a la sociedad, tema que ha sido objeto de estudio para esta disciplina.

Debido a estas diferencias entre disciplinas y formas de pensamiento de los autores el concepto de familia ha cambiado constantemente, conforme a los acontecimientos que se van presentando dentro y fuera de ella, así como el momento histórico y el lugar donde se define.

Algunos teóricos definen a la familia como una institución que se encarga de reproducir el orden social asegurando la transmisión de la cultura, por ejemplo, la autora Gonzalbo, concibe a la familia "...como transmisora de la

tradición, y las distintas formas de memoria familiar propias de determinados grupos sociales que han influido, de un modo u otro en la perpetuación de algunas actividades y en el temprano descrédito de otras.”²⁶

Ahora bien, independientemente de las posturas de análisis, el grupo familiar ha estado presente en todas las sociedades humanas, y no por esto se ha logrado formular un concepto que defina lo que es una familia, debido a que la familia en su realidad interna es vivida y concebida de manera diferente según el género, la edad y la posición que los individuos tienen en la relación de parentesco.

Por lo tanto mi interés en la familia se enfoca fundamentalmente a la institución social que facilita y promueve el desarrollo personal y la adquisición de nuevos conocimientos tanto de los padres como de los hijos.

Ahora bien, para los fines del presente trabajo, entiéndase por familia “a la institución social basada en lazos maternos y paternos. Está compuesta por individuos genéticamente relacionados o no que han desarrollado relaciones entre sí, o que viven juntos como si fuesen parientes. A través de ella se actúa como agente ideológico que transmite y perpetúa las acciones y normas sociales.”²⁷

2.3 Origen y evolución

➤ La Horda

La familia primitiva, estuvo construida por la horda, se trataba de un agrupamiento humano considerado como la primera forma más simple de la sociedad, inmediato a la superación del estado de animalidad, que se caracteriza por la carencia de estructuración social y, consiguientemente por su escasa cohesión interna. Era pues un grupo de personas que vivían y actuaban sin disciplina ni moderación.

Hombre y mujer se unían con fines de procreación, búsqueda de alimentos y defensa, siendo así su ocupación habitual la caza, la recolección de frutos y la pesca, el hombre imponía su fuerza, y era quien repartía los alimentos.

²⁶Gonzalbo, Pilar. Historia de la familia. p. 9.

²⁷Huerta Torres, Ángel Israel. La familia como transmisora de valores en educación. p. 8.

Además claro, de la necesidad de protegerse unos a otros en multitud, pues aquellos grupos estaban conformados por hasta cuarenta personas, aunque también los había hasta de la mitad de dicha cantidad.

Los miembros de la horda no tenían conciencia como tal de vínculos familiares afectivos y la paternidad de los hijos es desconocida, si acaso, los hijos se reconocían sólo a través de la madre, por lo que ésta comenzó a representar una gran influencia en la vida colectiva, para ir construyendo las bases de lo que posteriormente se conoce como el matriarcado.

➤ La Familia en el México Prehispánico

En este periodo, la autoridad recaía en el jefe o padre, a quien, por tener más edad que los demás miembros de la familia, se le atribuía también mayor sabiduría, existiendo un gran respeto por ellos de parte de todo miembro de este grupo en conjunto.

La educación de los hijos era tarea de ambos padres, aunque también existían escuelas donde el *temachtiani* o maestro enseñaba la antigua palabra o la palabra de los sabios.

En la casa se criaba a los hijos con disciplina estricta, el padre instruía a sus hijos desde edad muy temprana con consejos como los siguientes:

- Ama, agradece, respeta, teme, obedece, haz lo que quiere el corazón de la madre y del padre porque es su merecimiento, porque a ellos les corresponde la obediencia, el respeto etcétera;
- No te burles ni hagas bromas del anciano o de la anciana o del enfermo; del de boca torcida; del ciego; si te burlas de la gente, no saldrás humano...

La madre enseñaba a sus hijas la forma correcta de hablar, de caminar, de mirar y de arreglarse.

Entre los indígenas había una vigilancia muy estricta de la castidad; las relaciones fuera del matrimonio se sancionaban severamente.

Una vez que un joven encontraba a su pareja y se quería casar, lo más común era que tuviera una sola mujer. Sólo a los jefes de alto rango, les estaba permitido relacionarse con varias mujeres.

➤ La Familia en el México Colonial

En esta etapa de la historia familiar, la educación que los hijos recibían era por lo general en sus hogares y en su propia familia. El padre era quien educaba a su manera a los hijos, enseñándoles sus conocimientos en torno al cultivo de la tierra o los oficios artesanales de dicha época.

El padre era además el representante de la máxima autoridad, a quien se respetaba siempre, salvo cuando actuara en contra de la ley de Dios. La religión aquí funge un papel importante, en las acciones ejercidas por las familias, quienes por influencias sociales vivían bajo la creencia de la religión europea impuesta.

La madre se encargaba del cuidado del hogar, preparaba los alimentos a consumir y realizaba las tareas y quehaceres domésticos. Las responsabilidades de los hijos dependían de su edad y sexo: El hijo mayor, recibía la mayoría de los bienes de la familia, los títulos y la responsabilidad de velar por el sustento de la familia, así como de cuidar el honor de las hermanas, todos los menores debían respetar y obedecer al hermano mayor.

Por influencia de la religión cristiana, que sancionaba las relaciones fuera del matrimonio, los hombres de la clase gobernante hicieron menos evidente su relación con varias mujeres y abandonaron la responsabilidad de mantener a los hijos nacidos de esas uniones.

A los plebeyos, quienes sólo tenían una esposa, aquélla a la que podían mantener, les fue permitida elegirla, cambiando así la costumbre de que la familia y la comunidad lo decidieran.

➤ La Familia en el Siglo XIX

Hablando de lo que entonces acontecía en México, la mayoría de las familias vivían en comunidades rurales, se dedicaban sobre todo a la agricultura, en la que participaban los niños desde muy pequeños. Ellos se encargaban de cuidar las aves de corral y juntar leña.

La mujer realizaba todo el trabajo del hogar: hacía la ropa, molía el maíz, preparaba la comida para todos los miembros de la familia y cuidaba y protegía a sus hijos sobre todo cuando éstos eran pequeños. El hombre por su parte, seguía fungiendo el papel de la autoridad en la familia y el principal sostén de sus integrantes.

Un cambio muy importante en la familia del siglo XIX se produjo por las actividades sociales del papel las mujeres comenzaron a tomar, pues es en 1844 cuando por primera vez hubo en México un grupo de hermanas de la caridad, que manejaba hospitales en donde consolaban y cuidaba enfermos. Estas mujeres aprendieron a leer y escribir; otras se formaron como maestras y enseñaron así mismo a otras mujeres de sus comunidades lo que aprendían con el fin de compartir conocimientos y hacer crecer estos grupos femeninos.

El compadrazgo era una relación familiar muy importante, gracias a la cual se salvaba del abandono a una gran cantidad de niños que quedaban huérfanos, ya que en este tiempo la muerte materna solía ser frecuente, por falta de atención médica oportuna, dada la lejanía de las comunidades, sobre todo en el sur del país, donde existía cierto aislamiento por la falta de vías de comunicación.

➤ La Familia en el Siglo XX

En México, en el siglo XX comienzan a surgir cambios drásticos para la conformación de las familias, cambios que incluso hoy en día persisten. Las personas son libres de elegir a su pareja, guiadas por otro tipo de iniciativa como la predominancia de sentimientos en común con la otra persona, y las familias (madre y padre) ya no le imponen a alguien con quien tengan que casarse y tener hijos por cuestiones de conveniencia social o económica.

La educación se torna obligatoria en las escuelas, por lo que se refuerzan algunos valores familiares tradicionales y su vez se modifican otros.

La autoridad del padre es menos rígida que en el pasado, pues se presenta la oportunidad de relacionarse con sus hijos y con su mujer de otro modo, esto es a través del diálogo, el acuerdo y la tolerancia.

La madre adquiere más poder de decisión para guiar el rumbo de la familia, pero también aumentan sus responsabilidades dentro y fuera del hogar, ya que el trabajo doméstico sigue siendo, en su generalidad, una tarea femenina.

A finales de éste siglo, aumenta la incorporación de la mujer a un trabajo en la industria, en el comercio o en cualquier otra área de producción, lo que fuerza a cambios importantes en la clásica estructura familiar de la vieja sociedad.

La mayor participación de los hijos en los trabajos del hogar ha puesto en tela de juicio los roles tradicionales asignados socialmente a hombres y mujeres, así como las actitudes de sumisión y dominio.

2.4 Tipos de familia

Las variedades de familia que fueron surgiendo a través de la historia en diferentes culturas podrían describirse por orden cronológico, pero también se pueden ordenar bajo esquemas mentales o tipológicos.

Dentro de la familia, es posible distinguir varias formas de estructura familiar. Las formas de familia se dan como efecto de las distintas condiciones de vida social y económica, las distintas estructuras culturales y tradiciones étnicas, entre otras.

Eva Gilberti menciona que es posible hablar de familia nuclear, mixta, compuesta, sin hijos, parejas homosexuales, etcétera. Además caracteriza a la familia de diversas maneras:

- Familia original o biológica: Define a los miembros de la familia según la genealogía, es decir, consanguinidad.
- Familia nuclear: Formada por padre, madre e hijos.

- Familia extensa: Formada por los padres, hijos, abuelos, tíos, primos, etcétera.
- Familia semiextensa: Formada por una familia nuclear y alguno de los miembros de la familia extensa.
- Familia integrada: La familia en la que el padre, madre e hijos viven en el mismo hogar.
- Familia desintegrada: La familia en que existe separación o viudez no están reunidos padre y madre.
- Familia homosexual: Formada por dos personas del mismo sexo.
- Familia uniparental: Familia formada por uno de los padres, padre o madre, y los hijos.
- Familia reconstruida: La que se forma a partir de una familia anterior desintegrada y un nuevo cónyuge, o cónyuges con hijos de uniones anteriores. Se establecen lazos de parentesco.
- Familia colateral: formada por hermanos, solteros, amigos
- Familia patriarcal: Aquí, la autoridad pasa paulatinamente de la madre al padre y el parentesco se reconoce por la línea paterna. El patriarcado se contrapone al matriarcado como régimen de organización social. En éste es el hombre de experiencia el que manda. Patriarca es la persona que por su edad y sabiduría ejerce influencia moral sobre la comunidad.

En su sentido literal el patriarcado significa el gobierno de los padres. Las definiciones acerca del patriarcado son innumerables; pero básicamente es una forma de organización política, económica, religiosa y social basada en la autoridad y el liderazgo de unos pocos varones sobre el resto.

Se dice también, que en este período se practica la poligamia, es decir, la posibilidad de que el hombre tenga varias esposas, lo que conlleva a un aumento de la población.

- Familia matriarcal: El matriarcado es un término que se aplica a las sociedades en las que existe una preponderancia de la autoridad femenina en aspectos importantes de la vida privada o pública.

La familia matriarcal posee determinadas características en cuanto a su organización, su origen y sus formas, que la distinguen de otros tipos de organización familiar.

El parentesco se da por la vía materna, la mujer-madre es el centro de la vida familiar y única autoridad, mientras que los hombres se dedicaban a la caza, pero debido al bajo nivel de las fuerzas productivas, era de poco rendimiento. Los principales medios de vida eran entonces logrados por las mujeres, que se dedicaban a la agricultura, recogían alimentos, cuidaban del territorio que llegaban a habitar temporalmente (en lo que recolectaban, pues aún llevaban una vida nómada), y creaban y conservaban reservas alimenticias además de cuidar a niños.

Fue la forma de organización social y de gobierno en la cual la mujer, en cuanto madre, ejercía una gran influencia. Por extensión se llamó matriarcado al gobierno de las mujeres. La influencia femenina en la sociedad era muy grande, ya que la mujer desempeñaba el papel principal en el terreno económico, regía la estructura social y ejercía el poder sobre los demás individuos del grupo hasta en las cuestiones de creencias o religiosas.

2.5 Diversidad en las familias

Cuando se vive bajo el mismo techo, se comparten las mismas cosas, entre ello las alegrías, tristezas, fracasos y la manera de ver el mundo, se comparten responsabilidades, como cuidarse entre sí, protegerse, procurar alimento y seguridad para cada uno de los miembros, al igual si hay alguna persona con discapacidad, lo importante de la familia es que se cuidan unos a otros.

“La familia es un grupo de personas que tiene un lazo de parentesco, costumbres y hábitos comunes”.²⁸ No todas las familias son iguales, por ejemplo, en algunos hay papá, mamá e hijos, también los hay con abuelos,

²⁸Cefral, El amor en la familia. Editorial. SEP. México 2000. p. 8.

con tíos que viven en la misma casa. En algunas otras hay hijos adoptados, en otras hay hijos de la pareja en común o de la otra pareja o parejas sin hijos. Las familias son diferentes por las personas que la forman o por las circunstancias, pero por lo general se rigen bajo normas comunes. La familia poco a poco se va formando con llegadas de otros integrantes, al igual que se modifica con sucesos como un divorcio, una enfermedad o la muerte.

Según la autora Anameli Monroy (2002) se encuentran las siguientes familias:

- *Familias rígidas* en donde los padres no están preparados para cambiar las normas, son padres que se oponen a un cambio necesario para que los hijos desarrollen habilidades en la toma de decisiones y autosuficiencia.

- *Permisivas o caóticas* en donde los padres han perdido, prácticamente toda autoridad y los hijos adoptan actitudes infantiles y destructivas, no permiten que sus hijos asuman las consecuencias resolviendo ellos todo lo que hacen.

- Familias en las que uno de los padres es alcohólico, padres que tienden a cerrar sus fronteras externas y hay un involucramiento excesivo donde prácticamente no hay límites.

- Multiproblemáticas, carentes de estabilidad económica, laboral y emocional donde los padres delegan prácticamente toda la responsabilidad en los hijos, principalmente en los hijos mayores quienes a veces buscan el apoyo en grupos de amigos o en las pandillas, en donde encuentran mayor estructura y satisfacción emocional.

- Familias en las que uno de los padres rechaza o protege a alguno de los hijos, ambas posiciones pueden repercutir de manera negativa en éste y en otros hijos.

- Familias en las que ambos padres trabajan y no se organizan, en donde la responsabilidad solo recae en una sola persona generalmente en la madre o alguna de las hijas.

- Familias en las que el padre o la madre tienen una gran dificultad, para aceptar la autonomía de sus hijos al percibir que esta independencia le privará de la satisfacción de sentirse útil o bien lo dejará solo. Familia cuya

comunicación es altamente distorsionada en la que además se presentan coaliciones y distorsiones de la autoridad.

Otra diversidad son familias que consumen droga o se dedican a cometer situaciones ilícitas, hay familias en donde existe completamente la ausencia de padre, madre o ambos, Existen, además otras diferencias relacionadas con lugares y las épocas en que se desarrollan, las familias también son diversas por el tipo de matrimonio que les dio origen (poligámicas y monogámicas), por el medio social en el que están ubicadas (rurales y urbanas) y por la situación económica de sus integrantes, (baja, media o alta), en ocasiones las familias se distinguen por algún tipo de actividad que desempeñan los adultos que la integran, (profesionales, campesinos, obreros o por su nivel cultural). Las familias pasan por diferentes momentos. Cuando los hijos son pequeños, adolescentes o cuando se van y forman su propia familia, poco a poco la familia se transforma, también es muy importante, así como ya revisamos los diferentes tipos de familia, saber qué función tienen cada miembro de la misma.

2.6 Funciones de la Familia

La familia en la sociedad tiene importantes tareas que tienen relación directa con la preservación de la vida humana como su desarrollo y bienestar. Las funciones de la familia son:

- **Función biológica:** se satisface el apetito sexual del hombre y la mujer, además de la reproducción humana.
- **Función económica:** se satisfacen las necesidades básicas, como el alimento, techo, salud, ropa.
- **Función protectora:** se da seguridad y cuidados a los niños, los inválidos y los ancianos.
- **Función solidaria:** se desarrollan afectos que permiten valorar el socorro mutuo y la ayuda al prójimo.
- **Función educativa:** tempranamente se socializa a los niños en cuanto a hábitos, sentimientos, valores, conductas, etcétera.

- Función sociocultural: tiene que ver con la estimulación del desarrollo de capacidades que dependen del grupo cultural.

Las funciones de la familia en este tercer nivel con una carga sociocultural son:

a) El favorecimiento del desarrollo afectivo.

Cuando un miembro de la familia tiene dificultades, los demás le ayudan a buscar respuestas adecuadas y a compartir sus emociones. Además de que la familia es, generalmente, un lugar de descanso de las tensiones generadas en contextos externos.

b) La socialización del niño en relación con los valores y los roles.

La familia proporciona a los niños información que les permite interpretar la realidad y asimilar las creencias básicas de su cultura. También actúa como grupo de control que enseña y obliga a sus miembros a comportarse de la forma que se considera socialmente deseable.

c) La preparación para la incorporación a otros contextos educativos y el ajuste sostenido entre la formación proporcionada en la familia y los otros contextos.

La familia controla el desarrollo del niño como alumno y le ofrece una preparación para la escolarización. En el seno de la familia se realizan aprendizajes que tienen que ver con la transmisión de valores, actitudes e información para mantener su herencia, su cultura y el estilo de vida propios a través del lenguaje, pero también con destrezas y contenidos valorados en el ámbito académico.

La familia, debe cumplir además, con otras funciones:

1. Definición de marcos de referencia acerca de qué es lo bueno, lo malo, lo útil, lo inútil, lo conveniente, lo inconveniente, es decir, un sistema de valores que oriente la vida individual y social.

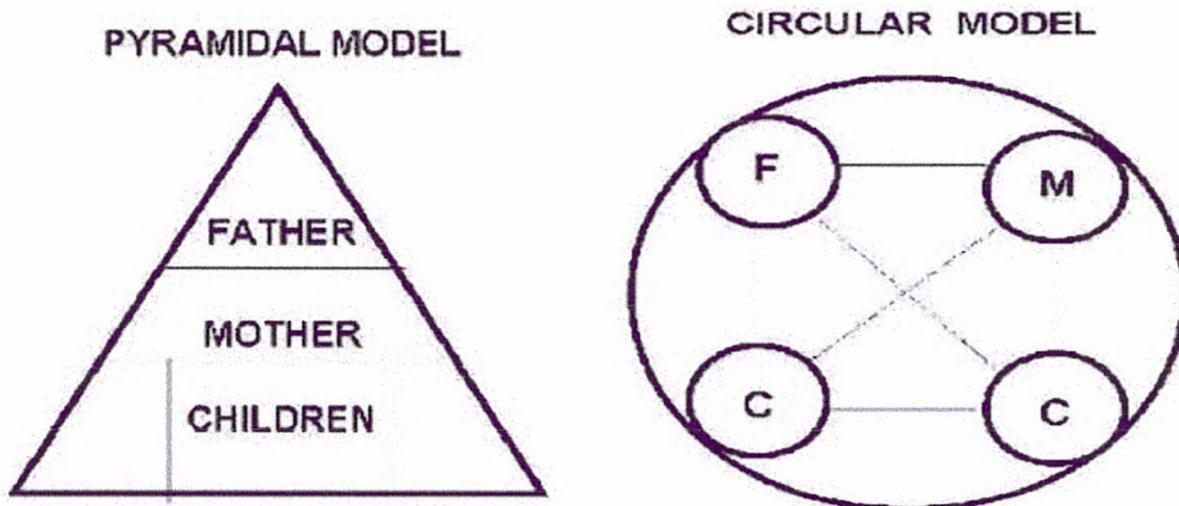
2. Ser la fuente de las relaciones afectivas indispensables para el desarrollo de la seguridad y la confianza, es decir, la autoestima. Debe ser la fuente que brinde amor y confianza a todos sus miembros.
3. El espacio para construir y desarrollar la identidad propia, familiar, de grupo, y para encontrar y desarrollar la propia individualidad.
4. Brindar bienestar y felicidad a sus miembros. La familia es un espacio para quererse, respetarse y hacerse felices unos a otros.

Por todo lo señalado anteriormente, podemos decir que la familia, tenga el número de generaciones que tenga, se encarga de articular las vías que aseguren la supervivencia de sus miembros, así como de su desarrollo afectivo, conductual e intelectual, con toda la carga cultural que estos elementos conllevan.

Así pues, la funcionalidad de la familia depende de la capacidad de armonizar el ambiente, de los valores, las reglas, la comunicación, creencias y mitos que además contribuyen a dar estabilidad a ésta.

Formas de Organización Familiar

La organización familiar es un plan por medio del cual se organiza a la familia, no únicamente para satisfacer las necesidades de su existencia diaria, sino también para determinar el tipo de convivencia que se lleva a cabo dentro del núcleo familiar. Por lo general existen dos formas en las que se dice que las familias actuales pueden organizarse, dichas formas se ilustran mejor con los modelos representativos de cada una, éstos son el “piramidal” y el circular”.



Como puede apreciarse, en el modelo piramidal priman los modelos autocráticos de poder, y pareciera apegarse un tanto más a las viejas ideas de lo patriarcal o lo matriarcal dependiendo el tipo de familia.

Mientras que en el circular la autoridad y el poder se han diluido y son ejercidos por acuerdos de todo el núcleo, las decisiones son pues, tomadas en conjunto y con la participación más integral de los miembros de la familia.

2.7 Características de las Familias Modernas

La familia moderna se caracteriza por ser una institución fundamental fundada en una relación sexual, suficiente precisa y duradera, que permite la procreación y garantiza la educación y protección de los hijos. Ha de consistir en una relación sexual continuada, normalmente se funda en el matrimonio y excepcionalmente en una institución equivalente (concubinato). Da lugar a un conjunto de deberes y derechos entre los cónyuges y entre los padres y los hijos. Atribuye a los miembros de la familia el derecho a usar el nombre patronímico que corresponde a cada grupo familiar, de esta relación deriva una cierta estructura económica que regula los bienes de los consortes y que permite la manutención y educación de los hijos. Esta unión permanente entre los cónyuges, se ubica en un hogar conyugal.

Las familias de hoy en día tienen diversas características dependiendo el tipo de organización y convivencia que exista entre los miembros de tales grupos, algunas de estas características —más concretamente- se alistan a continuación:

- Hay una reducción en la estabilidad (aumento del número de divorcios).
- Hay una disminución del número de sus miembros (cada vez las familias tienen menos hijos, y hay familias sin hijos).
- Hay una reducción de los espacios domésticos (las viviendas cada vez son más pequeñas)
- Hay un aumento de la esperanza de vida, por lo que los abuelos permanecen más tiempo con los hijos y nietos.
- Hay una gran influencia en la vida familiar de las nuevas tecnologías de la comunicación.
- Hay una reducción (esperemos sea suprimido) del castigo físico como forma de aplicar disciplina en el hogar.
- Hay una tendencia a adoptar un estilo de crianza democrático, basado en el respeto, la tolerancia, el amor, y la participación de todos sus miembros.
- Hay menos matrimonios, más divorcios y menos hijos.

2.8 Papel Educativo y Formativo de la familia

La educación, tanto en la familia como en la escuela es un sistema que integra al menos tres componentes fundamentales: los conocimientos, las aptitudes y los valores.

La obtención del conocimiento, de manera natural en la familia o estructurada en la escuela, debe ser constante e incremental. Las aptitudes y habilidades para aplicar el conocimiento también deben aprenderse de forma continua. Por su parte, los valores, generalmente cimentados en una edad temprana por la familia, tienden a adquirirse en el seno familiar y permanecen durante la vida del individuo.

Ahora bien, más allá de la recepción y la transmisión de mensajes objetivos, la educación escolar debe también ser parte de un conocimiento intangible, espiritual y útil para preparar a los individuos ante su vida. Es decir, la educación estructurada, en combinación con la familiar, debe concentrarse en sentar bases sólidas que sirvan de apoyo para la vida.

La importancia de los primeros años y la influencia de los padres en este periodo, el papel del padre y la madre en la familia, sus intereses, sus actitudes y su comportamiento influyen decisivamente en la formación de los hijos y de su conducta en el futuro.

Teniendo presente que el proceso educativo es único en cada hombre, la educación familiar y escolar significa un cambio en el comportamiento. Dado que es un proceso, éste implica la interacción continúa del aprendizaje y la enseñanza en dichos ámbitos.

Por esto, “es necesario considerar que a través del ejemplo, la disciplina, el respeto, el control de cada acto y el cumplimiento del propio deber constituyen al primero y más importante método de educación...”²⁹

A continuación señalaré algunos puntos que considero importantes dentro de la educación familiar:

- Es fundamental

De los tres campos donde se desarrolla la educación del hombre (la familia, la escuela, la calle), la familia es el primero no sólo en el tiempo sino también en la importancia. “La educación familiar marca al individuo para toda la vida, confiriéndole una impronta (estructura mental y maduración afectiva) que condiciona todo su futuro desarrollo humano y cultural”³⁰. Así, puedo decir que el ambiente familiar determina en el individuo los procesos de su construcción personal y de su adaptación a la sociedad.

²⁹ Makarenko, A. Poema pedagógico. p. 67.

³⁰ Quintana, José. Pedagogía Familiar. p. 18.

- Es informal

La familia es una institución educativa, pero cuyos miembros no han recibido una preparación específica para esta función, así, los hijos se identifican con los padres, ocurriendo también que éstos se identifiquen con los hijos y de aquí que muchos de ellos, por ejemplo, no puedan ser realistas al juzgar los problemas de sus hijos por hallarse demasiado implicados en los mismos.

- Es inevitable

Nunca debemos de olvidar que una de las funciones de la familia es la educación y en particular, siguen pesando sobre la familia y de un modo inevitable, las cuestiones más problemáticas y más trascendentes de la educación como son la transmisión de valores, la formación de actitudes cívicas y políticas, los ideales de vida y la orientación profesional.

- Es permanente

En nuestros tiempos se considera que la educación es permanente pero dentro de la familia lo es por su naturaleza, comienza desde muy pequeños y termina hasta el último año de vida. A lo largo de este camino la interacción educativa familiar, sobre sus diversos miembros es inevitable y continua; en una familia todos los miembros aprenden de todos con lo cual, resulta escuela de autoeducación.

- Está condicionada por la sociedad

Toda la educación depende siempre de la sociedad, pero la educación dentro de la familia aún más, ya que ésta es un reflejo de esta sociedad. Esto puede señalar que los factores influyentes de la sociedad pueden ser la asignación de roles, fuerzas sociales y muchas veces la represión. La sociedad siempre influirá en el desarrollo de la familia.

- Tiene carácter moral

La educación dentro de la familia llega a tocar el fondo de la persona, no sólo aspectos psicológicos, sino también humanos. Finalmente es por ella que el individuo accede a normas básicas de comportamiento que le permitirán no sólo adaptarse a la vida común, sino también acceder a los niveles de dignidad humana.

2.8.1 Educación a través del ejemplo

Los niños aprenden mostrándoles acciones, mirando a otros y por medio de prueba y error. El trabajo de padres de familia tiene muchas cosas difíciles de enseñar como: valores, formas de comportamiento, etcétera. Si ellos no enseñan a sus hijos estas cosas, nadie más lo hará.

Una de las maneras en que los niños aprenden es observando e imitando el comportamiento y acciones de los padres. Los niños desde temprana edad, obtienen un entendimiento claro y concreto sobre lo que es correcto e incorrecto. Ellos aprenden por las cosas que los padres aprueban o desaprueba. Lo que ellos hacen y la forma en que les enseñan les sirve de ayuda a los niños para saber qué hacer y qué no hacer. Teniendo presente que lo que digan sea congruente con sus acciones, de esta forma lo que los niños aprendan será más significativo.

Ahora bien, debemos tener presente que los niños son una extensión de los padres con respecto a pensamientos, palabras y acciones. Ellos aprenden de la manera en que ven a sus padres responder a emociones, reaccionar a comentarios, manejar circunstancias, tomar decisiones y sus formas de comportamiento. Ellos son como una esponja o como el barro que puede ser moldeado al gusto del alfarero.

Cuando los padres se dan cuenta de que sus acciones son imitadas por sus hijos en ocasiones ya ha pasado mucho tiempo razón por la cual es más difícil modificar las malas conductas.

Por eso debemos ser conscientes de nuestras acciones, sobre todo si tenemos a nuestro cargo niños pequeños de los cuales somos su modelo a seguir, y de forma inconsciente con nuestro comportamiento estamos enseñándoles algo bueno o malo que formara parte de su personalidad.

Durante su infancia podemos beneficiarnos del hecho de que aprenden imitando a sus padres, posteriormente conforme pasan los años ya se le puede ir explicando porque nos comportamos así, porque se puede y no hacer ciertas cosas.

La familia es de suma importancia en muchos aspectos de la vida humana, sobre todo el apoyo que se brinda para:

a) El desarrollo emocional y de la autoestima.- Se empieza a formar la idea que el individuo tiene de sí mismo (auto concepto) y la valoración de uno mismo que resulta de dicha idea (autoestima) que le proporciona un cierto nivel de bienestar psicológico para enfrentarse a la vida cotidiana, a los conflictos y situaciones estresantes.

b) La maduración psicológica y el desarrollo de la personalidad.

Elementos considerados como herramientas básicas para la vida futura donde se deberá afrontar retos, así como asumir responsabilidades y compromisos que orientan a los adultos hacia una vida fructífera, plena de realizaciones y proyectos e integrada en el medio social.

c) La transmisión de valores y de la cultura.

Aspectos que hace de puente entre el pasado (la generación de los abuelos y anteriores) y hacia el futuro (la nueva generación: los hijos). los principales elementos de enlace entre las tres generaciones (abuelos, padres e hijos) son, por una parte, el afecto y, por otra, los valores que rigen la vida de los miembros de la familia y sirven de inspiración y guía para sus acciones.

d) El apoyo emocional.

- Elemento vital para enfrentar diversas circunstancias por las que pasa el ser humano.

- la familia puede ser un “seguro existencial” que permanece siempre a mano y un elemento de apoyo ante las dificultades surgidas tanto fuera de la familia como dentro de ella.

La familia es sin duda el núcleo en donde el ser humano se desenvuelve por primera vez en pleno desarrollo, pues es aquí en donde se tienen los primeros contactos sociales en donde cada individuo es distinto por influencias de cohesión social.

Por lo anterior cabe así mismo mencionar la importancia que sin duda juega la familia como primera educadora o formadora del ser humano con base en las reglas socioculturales dependiendo en dónde estos estén sumergidos.

La formación íntegra del ser humano es un proceso que depende en gran parte del entorno y el contexto en el que el individuo se desarrolle y más que la educación en sí, menciono a la formación en todos sus sentidos, desde lo psicosocial, hasta la parte espiritual que hoy en día por desgracia tenemos tan ignorada...

Por último he de decir que en lo personal me agradó bastante trabajar con este tema, pues el investigar sobre ello me permitió conocerlo más a fondo cosas que sólo sabía superficialmente, sobre todo en los aspectos históricos que me han parecido muy interesantes y que por ello no dude en plasmar en las anteriores páginas.

En conclusión, la familia es el lugar insustituible para educar, para configurar y desarrollar la individualidad y originalidad del ser humano, dado que es la conexión primaria entre el individuo y el resto del mundo.

CAPÍTULO 3: INTELIGENCIA EMOCIONAL

3.1 Definición, origen y características

- ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA?

Existen diferentes autores que definen el concepto de inteligencia, expondré y analizaré algunas definiciones para al final formar un concepto para el presente trabajo.

Se dice que la inteligencia tiene origen a partir de: “dos vocablos latinos: ínter entre, y eligere = escoger. En su sentido más amplio, significa la capacidad cerebral por la cual conseguimos penetrar en la comprensión de las cosas eligiendo el mejor camino”³¹, al unir los significados de ambos vocablos, quedaría de la siguiente manera: es una capacidad cerebral que permite incorporar la comprensión de ciertos elementos, para escoger el mejor camino, de esta manera, llegar a comprender.

Ortíz (2007), toma como referencia a Alfred Binet, quien diseño el test de inteligencia y su medida (coeficiente intelectual); desde esa visión, indica que “es una habilidad general que se encuentra en menor o mayor grado en todas las personas, por lo tanto, cualquier persona posee cualquier tipo de inteligencia”³².

Señala Gardner el siguiente concepto de inteligencia: “La capacidad para resolver problemas de la vida. La capacidad para generar nuevos problemas para resolver. La habilidad para elaborar productos u ofrecer un servicio que es de un gran valor en un determinado contexto comunitario o cultural”³³

La inteligencia es aquella cualidad que se manifiesta cuando a un sujeto le es separado de un estado de comodidad y realiza tareas que nunca había hecho y que supere a las mismas.

³¹Antunes C. “Estimulo las inteligencias múltiples” Editorial Narcea, S.A., Madrid, España 2006. p. 19.

³²Ortiz de Maschwitz, María Elena “Inteligencias múltiples en la educación de la persona”, Editorial Bonum, Buenos Aires (2007), p. 55.

³³Idem, p. 67.

Sin embargo, la inteligencia sirve para librarnos de algunos aprietos, sugiriendo opciones que, en último término, nos llevan a elegir la mejor solución para cualquier problema.

Derivado de lo anterior puedo concluir que la inteligencia es una capacidad cerebral que incorpora ciertos elementos y habilidades mentales, que permite posibles soluciones ante problemáticas de la vida cotidiana, para que contribuya al sujeto a salir de su comodidad en cuestión de su saber y aprendizaje; cabe mencionar que cada persona posee un grado de inteligencia diferente.

Es la que conocemos como coeficiente intelectual (CI), “Capacidad para entender el mundo, pensar en forma racional y emplear los recursos en forma efectiva cuando se enfrentan desafíos”³⁴, como cuando se le dice a la gente que es un “cerebrito”, un gran estudiante o una persona con mucha inteligencia, claro está que inteligencia es una palabra que los autores han definido de diferentes formas incluso también las personas; porque hay ocasiones en que nosotros mismos pensamos que son inteligentes las personas que sacan diez de calificación, en otras culturas creen que las personas son inteligentes desde que aplican sus habilidades a la perfección, o que algún grupo de jóvenes saben jugar excelente el ajedrez, en sí tiene muchas definiciones, mi ideología es que la persona inteligente es capaz de resolver cualquier problema y la persona no apta o que no posee un buen coeficiente intelectual es aquella a quién se le dificulta solucionar sus propios problemas. Posteriormente se habla de que existen tres elementos fundamentales en la inteligencia:

- El elemento número uno es como habíamos mencionado que unas personas saben solucionar los inconvenientes de una manera lógica y con una estupenda solución.
- El segundo elemento se dirige a la parte verbal en donde aquellas personas tienen una gran destreza para hablar en público, o incluso para convencer a las personas de realizar algún acto porque es una manera de ser inteligente.

³⁴Robert S. Feldman “Introducción a la Psicología.” p. 130.

- El tercer elemento nos habla de la importancia de mostrar empatía por otras personas ya que siempre se vive dentro de un ámbito social, es indispensable estar con algunas personas para que se adquieran nuevos aprendizajes y la capacidad extraordinaria de hacer amistades, es donde también existe otra forma de ser inteligente ya que es la habilidad de convivir fácilmente con la gente.

3.2 Teorías de las emociones

Una de las primeras y más clásicas definiciones de las emociones sostenía que los cambios corporales siguen directamente a la percepción del hecho excitante, siendo la emoción la sensación que aparece al ocurrir dichos cambios. La distinción y orden de respuesta de esos canales o componentes (fisiológico, motor y cognitivo) es lo que diferencia a las teorías.

Las teorías de las emociones han proliferado a lo largo de la historia. Para muchos investigadores la primera teoría sobre la emoción fue la de William James; sin embargo, se considera que desde todas las épocas se han interesado por ellas.

Se comenzará con la antigua Grecia, en donde se diferenciaba claramente la razón de la pasión, a la razón le compete el firme control de los peligrosos impulsos afectivos, o idealmente la consecución de la armonía entre ambas. De esta forma la emoción representa un papel jerárquicamente inferior a la razón (es más primitiva y animal) por lo que debe ser controlada por la razón.

Además se reconoce una clara distinción razón-emoción, lo que refleja la existencia de dos entidades antagónicas. Para Aristóteles, ambas dimensiones forman una unidad, por lo que se considera a las emociones como cargadas de un elemento cuasi racional que incluye creencias y expectativas.

Posteriormente, durante la Edad Media las emociones se vincularon a las pasiones. El conocimiento de los humores y las temperancias intentó explicarlas. Un representante importante de ésta época fue Descartes quién opinaba que las emociones eran parte del cuerpo y la mente, unidas por la glándula pineal. También defendía la separación entre el cuerpo (mecánico y dimensionable) y mente (adimensional e indivisible): así, las operaciones más

refinadas de la mente estaban separadas de la estructura y funcionamiento de un organismo biológico.

Con el empirismo inglés, representado por Hume, Mill, Hobbes, Locke y Kant se rompe la importancia dada al asociacionismo, sustituyéndolo por el hedonismo, ya que se pensaba que la conducta está motivada por la búsqueda del placer y la evitación del dolor.

Ahora bien, pasando a los antecedentes evolucionistas, se considera a Darwin con su obra *La expresión de las emociones en el hombre y los animales*, en donde conceptualiza a las emociones en términos de formas expresivas evolucionadas que cumplirían una función adaptativa, y por lo tanto, para la supervivencia de la especie.

Finalmente, están los antecedentes fisiológicos en el estudio de la emoción entre los que se encuentran los avances derivados de la fisiología sobre el potencial de acción muscular y del impulso nervioso, así como las aportaciones de la reflexología rusa de Sechenov y posteriormente de Pavlov. De esta forma, la neurología confiere al cerebro el estatuto de órgano receptor de la mente en el que residen las funciones humanas, y entre ellas, las emociones.

Tradicionalmente, las más relevantes contribuciones teóricas en la psicología de la emoción se han clasificado en 5 grandes corrientes: Biológicas, Psicodinámicas, Conductuales, Cognitivas y Social-Constructivistas. A continuación, y sin pretender ser exhaustiva, se presenta un resumen de cómo se ha desarrollado el concepto de emoción a través del tiempo, cuáles han sido sus principales representantes y los postulados más relevantes de cada autor.

Las Teorías Biológicas son formulaciones de tipo funcional puesto que la expresión emocional posee una función adaptativa; de esto, se deriva que 1) es universal; 2) está determinada genéticamente y 3) responde a una función comunicativa-adaptativa ante situaciones de emergencia, incrementado las posibilidades de supervivencia.

Por su parte, el **Modelo Psicodinámico** propone que las emociones podrían ser consideradas como la reacción a sucesos traumáticos, que no es

necesario hayan acaecido al sujeto en cuestión, sino que simplemente forman parte de su bagaje heredado, inconsciente y reprimido. Desde este punto de vista, la emoción sería una “resurrección” del estado afectivo traumático originario, desencadenada por un evento actual que activa ese recuerdo.

Para los **Modelos Conductuales** predomina el interés por la respuesta sobre el proceso emocional, fruto de los distintos tipos de aprendizaje. Por lo tanto, las emociones pueden aprenderse por condicionamiento clásico e instrumental, así como por aprendizaje observacional.

La suposición básica de los **Modelos Cognitivos** sostiene que las especies capaces de aprender (especialmente los mamíferos), poseen la función biológicamente útil de evaluar constantemente el entorno en relación al mantenimiento de su bienestar, por lo tanto, la emoción es el resultado de los patrones evaluativos, fruto del procesamiento cognitivo en presencia de estímulos relevantes.

Finalmente, las **teorías Social-Constructivistas** aceptan que los factores socioculturales son los que afectan la forma de experimentar las emociones. Para este enfoque, las emociones son construcciones sociales que se vivencian dentro de un espacio interpersonal.

En definitiva, el concepto de “Emoción”, es demasiado amplio, de tal suerte que cada autor se ciñe a aquellos aspectos de la emoción que son pertinentes a sus investigaciones. Así, por ejemplo, los autores centrados en los aspectos cognitivos acentúan la importancia de los pensamientos, evaluaciones y valoraciones para definir la emoción; los autores orientados hacia los aspectos fisiológicos resaltan la relevancia de los cambios y reacciones fisiológicas en sus definiciones, mientras que los autores interesados en los aspectos conductuales focalizan sus esfuerzos en las características expresivas y motoras de las conductas emocionales. A continuación se pretenderá aclarar el concepto de emoción para poder dar la definición más acorde al objetivo de esta investigación.

1. Funciones intrapersonales: Éstas se refieren a la información del propio sujeto, así, las emociones permiten: a) coordinar los sistemas de respuesta subjetivos, fisiológicos y conductuales; b) cambiar las jerarquías conductuales, activando conductas que pueden estar inhibidas en las jerarquías de conducta (el miedo puede hacer que una persona valiente se acobarde, al igual que la ira puede hacer que un pacifista sea violento); c) proveer de un soporte fisiológico para conductas tales como la retirada o la lucha, y d) favorecer el procesamiento de la información, facilitándole infinitas posibilidades de acción para adaptarse a las demandas ambientales.

2. Funciones interpersonales: Éstas se refieren a la información para las otras personas con las que convive el individuo. Entre sus funciones están: a) permitir comunicar y controlar: la cara, los gestos, la voz y las posturas cumpliendo importantes funciones de comunicación del propio estado emocional a los otros. El valor de estas funciones es doble: permiten dar a conocer la forma de sentir así como influir (controlar) sobre la conducta de los otros; b) establecen y estructuran su posición con relación a los demás y sus ideas, establecen un espacio entre el individuo y los demás, aproximan o alejan, atraen hacia o provocan rechazo en los demás.

Se puede decir que las emociones humanas evolucionaron en gran parte para estimular la cohesión social (sentimientos de atracción, amor, dolor ante una pérdida, etcétera), y el divorciar la emoción del contexto social nos conduce a una simplificación excesiva. La sociedad no está compuesta de actores neutrales, sino de seres emocionales; la emoción está en el centro del proceso social; la fisiología de la emoción garantiza los actos fundamentales para la supervivencia.

Así en la dimensión social de las emociones, según la cual las emociones sirven para que una persona comunique a los demás cómo se siente y también sirven para influir en los demás. Se entiende que la función de las emociones es la detección y preparación de los sistemas de respuesta en las especies y organismos que pueden percibir y evaluar un amplio rango de estímulos ambientales, y que disponen de un extenso repertorio de respuestas conductuales alternativas.

Por otra parte, las emociones permiten movilizar recursos, por lo que van acompañadas de respuestas fisiológicas que incrementan los potenciales de acción. En este sentido la emoción cumple una función motivacional ante los eventos que implica la movilización de recursos (activación); por ejemplo, el miedo, presumiblemente, motiva a la acción para autoprotegerse ante un acontecimiento, o para prevenir y anticiparse a un acontecimiento que se puede entender como potencialmente perjudicial.

Las funciones de las emociones también pueden señalarse a dos niveles:

Sensibilidad Emocional: Las emociones señalan qué hechos son verdaderamente importantes para la vida. La sensibilidad emocional representa un sistema de señalización para el propio sujeto. La emoción actúa como un estímulo interno potente, una señal no proposicional, que informa al sistema cognitivo y conductual que la situación es favorable o peligrosa para sus objetivos. Cuando la emoción se desencadena, la situación aumenta fuertemente su preeminencia, y a lo largo del plan de acción, es la emoción la que señala la relación entre la meta y el estado actual.

Respuestas emocionales: Respecto a las respuestas emocionales, éstas guían y organizan la conducta y juegan un papel crucial, especialmente en la infancia, como señales comunicativas. Las reacciones emocionales comunican necesidades, intenciones o deseos del organismo, y de ese modo son vitales para la convivencia en grupo ya que la humana es una especie socialmente dependiente.

Gran parte de la utilidad de estas emociones tiene que ver con la regulación de las relaciones sociales: motivan la búsqueda de proximidad o la ayuda de los demás, la evitación social o el enfrentamiento con el agresor, pero existen emociones como la vergüenza, el orgullo o la culpa, cuya naturaleza es más decididamente social, por dos razones. En primer lugar, estas emociones socio- morales implican, no sólo la apreciación de uno mismo, sino también la evaluación de los otros. En segundo lugar, la función de estas emociones es, en buena medida, representar y mantener los valores del contexto social.

Es importante señalar, además, que la función de las emociones no se limita a la relación con el suceso concreto actual, pues tienen una naturaleza preventiva y anticipatoria. Anticipar la tristeza por la pérdida de una persona nos motiva a cuidar la relación y prevenir la separación. La función de la culpa y la vergüenza es frecuentemente correctiva, pero su papel fundamental como reguladores sociales es sobre todo preventivo. Anticipar que una situación puede provocar culpa o vergüenza lleva a tomar las precauciones necesarias, a respetar a los demás o a respetar los estándares personales o grupales.

En suma, dentro de las funciones primordiales que cumplen las emociones están:

1. Comunicar estados internos a los demás y que son importantes.
2. Estimular la competencia exploratoria en el medio.
3. Alentar respuestas adecuadas a situaciones de emergencia.
4. Facilitar las interacciones sociales.

Se debe entender que, como seres humanos, consecutivamente se experimentan diversas emociones, algunas de índole puramente biológicas como el enojo, la alegría, el miedo, la tristeza que se pueden encontrar en todas las especies animales más evolucionadas, y también otras con un componente social o cultural, son emociones que nacen desde el lenguaje y que sólo se observan en nuestra especie, emociones como la envidia, los celos, la vergüenza no se encuentran en el repertorio animal, ya que son originadas en el entorno cultural y por lo mismo no se presentan de igual forma en todas las sociedades.

Con base en lo anterior, los investigadores han tratado de clasificar las emociones. La taxonomía es necesaria para la definición de cualquier ciencia particular. Pero si el interés son las emociones humanas, se encuentra que, a pesar de prolongados esfuerzos, hasta hace poco no había mapas ni clasificaciones mínimamente aceptables del sistema afectivo, lo que se verá especificado en el siguiente apartado.

3.2.2 Las emociones básicas:

Se han utilizado diversas metodologías para realizar una tentativa empírica de clasificación de emociones, las cuales han llegado a conclusiones diferentes. El debate sobre la clasificación de las emociones sigue vigente.

Cualquier clasificación de las emociones es susceptible de crítica y no es aceptada de forma unánime. Por ejemplo, Wilhelm Wundt, el padre de la psicología, argumentó que todas las emociones pueden situarse en un punto de un espacio tridimensional con los siguientes ejes: placer-displacer, excitación-inhibición, tensión-relajación.

Posteriormente Plutchik (1980) elaboró un modelo taxonómico de las emociones colocando ocho primarias en un círculo, de tal manera que las menos similares se encuentren en mutua oposición, con lo cual obtiene los siguientes cuatro ejes: alegría-tristeza, disgusto-aceptación, ira-miedo, sorpresa-anticipación. Según Plutchik, la mezcla de dos emociones primarias origina sensaciones secundarias, como aceptación + miedo = sumisión, ira + disgusto = desprecio, alegría + aceptación = amor.

A partir de 1972 ha resurgido con mayor éxito la idea de que hay emociones fundamentales o primarias. El argumento de estos investigadores es el de las expresiones faciales de los seres humanos y algunos animales. En efecto, las expresiones faciales de cada una de las emociones humanas básicas son fácilmente discernibles, se producen ante estímulos similares, se manifiestan y reconocen en todas las culturas. Además, estas categorías básicas de la emoción han recibido el respaldo de estudios fisiológicos de la musculatura del rostro y de la comunicación entre los sujetos.

Las emociones básicas, también denominadas primarias, elementales o puras, en general se caracterizan por una expresión facial característica y una disposición típica de afrontamiento. Las emociones complejas se derivan de las básicas, a veces por combinación entre ellas. No presentan rasgos faciales característicos ni una tendencia particular a la acción.

Diversos estudiosos concuerdan en que las emociones básicas son seis: la alegría, la tristeza, el miedo, el disgusto, la sorpresa y la ira. Para fines de esta investigación se utilizará esta clasificación de emociones: básicas y secundarias, enfatizando las primarias, puesto que son las que están más presentes en los niños. A continuación se hará una descripción de cada una de las emociones retomadas para el objetivo de este estudio.

- **ALEGRIA**

La alegría, como cualquier otra emoción, suele ser muy breve, intensa y provocada por un estímulo antecedente con unas características específicas. La alegría también es una clara manifestación de que las expectativas, deseos y necesidades se están realizando y cumpliendo tal como se esperaba (Güel y Muñoz, 2000). Es una emoción que incita a la acción porque sirve de refuerzo para continuar haciendo lo que el individuo se proponga.

Asimismo, opinan que es una experiencia positiva, placentera y reconfortante, acompañada de sentimientos de confort y bienestar. Se produce fundamentalmente tras la evaluación positiva de las consecuencias provocadas por un determinado evento, en términos de las implicaciones que presenta para las metas de una persona.

Es una emoción básica que se caracteriza por poseer una dimensión innata; no obstante, los desencadenantes que pueden provocar dicha emoción presentan una mayor influencia cultural.

Algunas de las funciones de la alegría parecen estar relacionadas con el equilibrio y el bienestar. Por lo general, se ha considerado que la alegría permite a los individuos adaptarse a su medio.

Características físicas y conductuales: En la emoción de alegría el rasgo más evidente es la sonrisa, que puede convertirse en risa o carcajada. Se observa claramente la apertura de ojos y boca. El cuerpo manifiesta un estado de relajación y bienestar. Se genera una buena tensión muscular y, en general, de todos los órganos del cuerpo.

Otras manifestaciones pueden ser el lenguaje vocal, movimientos corporales y activación conductual. Con matices culturales y personales, puede desencadenar movimientos disparatados, por ejemplo, pataleos, aplausos, movimientos descoordinados de brazos o piernas.

- **ENOJO**

La emoción de enojo es considerada como una reacción de irritación, furia o cólera, desencadenada por la indignación de sentir vulnerados los derechos propios. Asimismo, opina que es una emoción que prepara al organismo para la protección y defensa de la integridad propia, de la descendencia y de los bienes o posesiones. Esta emoción prepara al organismo para iniciar y mantener intensos niveles de activación focalizada y en algunos casos aparecen conductas de agresión.

El proceso de valoración es fundamental en la emoción de enojo; dicho proceso se encuentra relacionado con el bloqueo de una meta en vías de consecución, y con la frustración derivada de la imposibilidad de conseguir dicha meta.

Características físicas y conductuales: Cuando se experimenta enojo hay una gran tensión muscular en todo el organismo, particularmente en la cara: los ojos pueden estar abiertos con la finalidad de amenazar al rival o bien pueden estar entrecerrados (fruncir el ceño) en señal defensiva o de protección.

La sangre fluye a las manos con lo que resultaría más fácil tomar un arma o golpear a un enemigo, además el ritmo cardiaco aumenta. El ritmo cardiaco se eleva y hay aumento de hormonas, como la adrenalina, que genera suficiente energía para originar una acción vigorosa.

- **MIEDO**

Miedo como la sensación experimentada ante un peligro real o inminente. Se produce esta emoción cuando existe un estímulo, evento o situación que, tras la valoración realizada por un individuo, resulta significativamente relacionado con la amenaza física, psíquica o social al organismo, así como con cualquiera de las metas que persigue. Es decir, se presenta el miedo con

la posibilidad más o menos probable y certera de que la persona perderá algo importante.

El denominador más importante en las situaciones de miedo es su capacidad para poner en funcionamiento su sistema de conducta aversiva que propicia la activación necesaria para evitar o escapar de la situación en cuestión.

Las funciones del miedo se encuentran relacionadas con la adaptación. Así, una persona que siente miedo toma conciencia de la situación y, como consecuencia de esos análisis, la persona decide escapar o enfrentarse a la situación, en ambos casos experimentando una importante activación de todos los mecanismos y procesos que se encuentran relacionados con la defensa.

Características físicas y conductuales: Cuando se presenta la emoción de miedo, la sangre va a los músculos esqueléticos grandes, como las piernas, para emprender la carrera y el rostro queda pálido. El cuerpo se congela y se valora si es mejor esconderse. El cuerpo tiene fuertes descargas hormonales que lo preparan para la acción, así, el organismo entra en alerta general y la atención se fija en la amenaza cercana.

Además, se pueden presentar 2 conductas, evitación o afrontamiento. En cuanto a la evitación, puede ser de dos tipos a) Activa: en donde la persona realiza una conducta dirigida a alejarse de la situación o estímulo: b) Pasiva: la persona trata de pasar desapercibida o no sufrir el daño previsto mediante la ausencia de conducta de huida. Asimismo el afrontamiento puede ser de dos clases: a) Activo: la persona utiliza sus recursos para imponerse y dominar la situación: b) Pasivo: la persona cree que no posee los recursos para enfrentarse a la situación, por lo que sus esfuerzos se dirigen hacia la protección personal.

- **TRISTEZA**

La tristeza es la emoción experimentada ante la pérdida irrevocable de algo que se valora como importante: un ser querido, salud, bienes. Es la valoración relacionada con la pérdida o el fracaso actual o posible de una meta valiosa que no sea necesariamente irreversible, tal como una separación temporal.

Una de las funciones de la tristeza posee connotaciones sociales pues es interpretada como una petición de ayuda a los otros miembros del grupo o de la sociedad, lo que incrementa la cohesión social y la unión entre los miembros, además, fomenta la conducta altruista. Otra función importante es de carácter personal, ya que es la emoción más reflexiva pues permite que la persona realice una reflexión y haga un análisis acerca de su situación, su futuro y su vida en general.

Características físicas y conductuales: En general, son pocas las muestras de tristeza pues se restringen a proporcionar información a los demás, acerca del estado de pérdida en el que se encuentra la persona. Sin embargo, uno de los signos más notorios es la orientación hacia abajo de las comisuras de la boca y labios temblorosos. La tensión muscular general baja, posible palidez y ritmo respiratorio y cardíaco lentos.

La tristeza produce una caída de la energía y el entusiasmo por la vida, en especial las diversiones y los placeres. La inactividad motora y abandono conductual reflejan la pérdida del interés. Además puede producirse llanto.

Con este análisis de las emociones podría parecer que hay emociones que parecen perjudiciales, sin embargo se considera que no hay emociones ni buenas, ni malas. En los humanos, las emociones se han hecho cargo de buena parte del papel que los instintos desempeñan en los animales inferiores; aunque la conducta instintiva está programada más estrechamente, es más automática y menos flexible. Por otra parte, la conducta dirigida emocionalmente es más flexible y modificable. Es posible inhibir una agresión, incluso ante el enojo, o tolerar sentimientos de separación si se nos restablece la certeza de que nuestro compañero regresará, y se puede seleccionar, entre numerosas opciones, la de actuar en respuesta a la emoción.

Esta flexibilidad es una ventaja enorme de la especie humana, al mismo tiempo que representa una tremenda vulnerabilidad. La complejidad de la organización emocional humana la hace susceptible a innumerables pautas de distorsión. Sin embargo, son las habilidades socioemocionales las que

ayudarán a que estas alteraciones no sean tan adversas y son las que se analizarán en el siguiente capítulo.

De igual manera existen técnicas del control de las emociones como las que a continuación se mencionan que son las siguientes:

- En primer término hay que eliminar todos aquellos pensamientos y emociones negativas de la mente; por ejemplo: algún engaño, reprobación un examen, etcétera, para luego producir actos de felicidad, por ejemplo: recordar un cumpleaños, cuando tus padres te abrazan y te dicen te quiero, etcétera, en donde uno mismo se va a motivar para sentirse mejor.
- La segunda técnica específica que hay que olvidar todo lo que provoque dolor y ofensa, pero reflexionando esos sucesos de ofensa, aprendiendo de sus propios errores y observando las cosas de lado positivo, ya que no tiene sentido recordar los sucesos que provoquen daño, aunque es muy difícil a veces olvidar dichos acontecimientos que causan dolor como la pérdida de un ser querido, en esas circunstancias cualquier persona vive un fuerte duelo de sentimientos encontrados, cada uno demuestra de manera distinta la superación de la muerte, porque no todos lo asimilan igual e inclusive algunas personas requieren ayuda de un especialista (un psicólogo).
- En tercer lugar, se trata de identificar y cambiar la idea que llega a inquietar a la persona y resolverlo de manera rápida, para no provocar otras situaciones que la conflictuen de manera interna.
- A continuación hay que procurar olvidar las emociones negativas, pero de raíz, porque siempre algo va a pasar y el recuerdo va a hacer surgir la rabia, furia y tristeza, si no lo hacen se va a convertir en algo más grande como una bola de nieve gigante, hay que percibir lo que afecta, si es en el trabajo o la escuela y luchar constantemente para ya no pensar en la emoción negativa, por ejemplo si piensas que un maestro te reprobó injustamente mejor hay que pensar como le vas a demostrar, que harás con tus capacidades para cambiar la situación.

- En quinto lugar, apoyarse en el ejercicio, ya que es necesario tener una buena relajación y respiración, lo cual nos ayuda a pensar correctamente lo que se va hacer, también se debe salir a tomar aire y luego regresar con una mejor actitud relajada, porque se dice que si uno hace ejercicio, el cerebro empieza a generar estremecimientos de optimismo y bienestar, es necesario que si se va hacer ejercicio este se haga correctamente y no lo dejen a medias, ya que con la práctica se va hacer mejor para asumir sus actos los cuales te van haciendo más responsables en tu propia vida.

Con independencia de las características individuales, hay ciertos rasgos particulares de las emociones de los niños que las hacen diferentes de las de los adultos e incluso de las de los adolescentes. Estas características, son las siguientes:

a) Son breves: Las emociones del niño no duran más que unos pocos minutos y terminan bruscamente.

b) Son intensas: Frente a una situación trivial se produce una reacción emocional de gran intensidad. El temor, la rabia y la alegría se expresan con respuestas manifiestas pronunciadas.

c) Son transitorias: El niño expresa sus emociones sin reserva, desahogando así sus emociones acumuladas; además, carece de una comprensión total de la situación, debido a su desarrollo intelectual inmaduro y a su experiencia limitada; asimismo, su atención no tiene largo alcance lo cual hace posible que se distraiga fácilmente.

d) Aparecen con frecuencia: Los niños expresan emociones con mayor frecuencia por término medio, que el adulto típico. Conforme crece, aprende que las crisis emocionales suelen seguirse de la desaprobación social o el castigo, por lo que aprende a reaccionar de manera más aceptable a las situaciones que provocan emociones.

e) Son diferentes: Entre los recién nacidos, las formas de respuestas emocionales son semejantes, pero poco a poco, conforme van dejándose sentir las influencias del aprendizaje y del medio, la conducta que acompaña

a las diferentes emociones se va individualizando. Por ejemplo, cuando un niño se asusta quizá salga corriendo, otro se quedará quieto y otro llorará.

f) Pueden descubrirse por los síntomas de la conducta: La emotividad puede expresarse en tensión, inquietud, movimientos constantes, sueños nocturnos, manierismos nerviosos, dificultades de lenguaje o falta de apetito.

g) Cambian de fuerza: Las emociones que son muy fuertes a ciertas edades pierden su fuerza conforme el niño se vuelve mayor. Otras, anteriormente débiles, se fortalecen.

h) La forma de expresión emocional cambia: Los padres intentan enseñar a sus hijos pequeños a controlar sus expresiones emocionales. Más tarde hay presiones que provienen del grupo social fuera del hogar. Cuando pasan los días de la infancia, el individuo sabe que la aprobación social depende del grado de control que sepa ejercer sobre la expresión de sus emociones.

De esta manera, las emociones son importantes ya que comunican necesidades, intenciones o deseos del organismo, y de ese modo son vitales para la convivencia en grupo.

3.3 Inteligencia emocional Daniel Goleman

“Goleman causó impacto en 1995 con su obra *Inteligencia Emocional*, que fue un Best-seller en diversos países. Este fenómeno social induce a reflexionar sobre una necesidad no satisfecha a la cual esta obra ha venido a prestar su apoyo, el deseo e interés de atender al desarrollo emocional desde el sistema educativo.”³⁶ Algunas personas toman el tema como algo pasajero como cuando algo está de moda y todo mundo quiere tenerlo, de esa manera toman de que la inteligencia emocional es una moda que algún día desaparecerá, pero para “Daniel Goleman la inteligencia emocional es un nuevo concepto, de amplia significación, que incluye la habilidad para motivarse y persistir frente a las frustraciones; controlar impulsos y demorar gratificaciones; regular los estados de humor; evitar que las desgracias

³⁶Carlos Gispert. “Enciclopedia general de la educación”. p. 366.

obstaculicen la habilidad de pensar; desarrollar empatía y esperanza, etcétera.”³⁷

En opinión de Daniel Goleman el CE (coeficiente emocional) puede sustituir en algún futuro al CI (coeficiente de inteligencia) que ya tiene cien años de existencia. El CI no es un buen componente para el éxito en la vida; ya que el 85% de algunas decisiones que realizan los individuos dependen de los sentimientos y tan solo el 15% le corresponde al CI. El CI no permite saber cómo reaccionará una persona joven ante los acontecimientos de la vida. La inteligencia emocional es independiente de la inteligencia académica.

La inteligencia emocional es la capacidad para tratar algunas circunstancias de los individuos con efectividad, pero también depende mucho de poder dominar el estado emocional de una manera en que permanezca la persona ecuánime, de estar en contacto con los sentimientos interiores de tal modo que trate de entender los impulsos y sus preferencias. Sin embargo Daniel Goleman nos remarca que la Inteligencia Emocional no es algo mágico que nos salva de todos los problemas que presenta el ser humano y que existen en el mundo, tampoco con leer sobre la inteligencia emocional uno se volverá de la noche a la mañana una persona emocionalmente perfecta, si no que se debe de llevar todo a la práctica como de la misma manera adquirir habilidades de las demás personas y de buscarse constantemente, de apoyar, de motivarse, etcétera. Como nos dice Thorndike la práctica da mayor aprendizaje y considero que está en lo correcto.

“Para Goleman la Inteligencia Emocional consiste en:”³⁸

1. **Conocer las propias emociones.** El principio de Sócrates “conócete a ti mismo” nos habla de esta pieza clave de la Inteligencia Emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento que ocurre.
2. **Manejar las emociones.** La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones.

³⁷Ibid. p. 367

³⁸Goleman Daniel. La Inteligencia Emocional. Buenos Aires; México: J. Vergara 1995. p 43.

3. **Motivarse a sí mismo.** Una emoción tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionadas. Encaminar las emociones y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas.
4. **Reconocer las emociones** de los demás. El don de gentes es fundamental en la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo.
5. **Establecer relaciones.** El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

Es difícil integrar a la Inteligencia Emocional en la labor académica, porque no siempre va a desaparecer el coraje de alguna persona aunque se pueda controlar, hay personas que creen que la Inteligencia Emocional se adquiere de libros de auto-ayuda, y no es así, se obtiene por medio de un proceso que es muy difícil, pero no imposible, es como cuando llega el fin de año y siempre se hacen los propósitos de año nuevo como estudiar más, leer constante, hacer ejercicio, ser ordenado, hacer dieta y la lista es muy larga de todos los propósitos que hace una persona; es fácil decirlos o escribirlos pero realizarlos es más dificultoso, porque los primeros días sí se van a realizar, pero al fin del mes no se cumple el objetivo.

La Inteligencia Emocional hay que llevarla a la práctica todos los días, para que no se olvide ese aprendizaje adquirido y se vuelva un hábito, es como cuando tu propósito es hacer ejercicio, se logrará teniendo práctica y asistiendo todos los días al deportivo, así se adquiere una rutina y ya te será muy difícil dejar ese hábito, de esta manera es la Inteligencia Emocional.

Una persona puede tener un alto nivel de coeficiente intelectual, pero no es feliz con su vida cotidiana ya que algunas veces no les gusta su trabajo, asistir a la escuela, el trato de la gente o incluso sus propias actitudes es por eso

importante tener la habilidad de controlar las emociones o lo que rodea, porque en esta vida todo gira alrededor de las emociones que es lo que se le llama inteligencia emocional, porque si controlas tus emociones obtendrás éxito en los actos cotidianos y siempre estarás satisfecho de todo lo que hagas y observas de las cosas negativas en donde aprenderás las cosas que te han afectado algún día.

En este caso se menciona sobre cómo la gente se queja de que hay crisis económica o que los maestros son perezosos o corruptos, que el gobierno no sirve y que por eso existe mucha violencia o secuestros, en este caso podremos enfocarnos en ¿qué opinan? que algunos maestros no hacen su trabajo como deberían de hacerlo, si realmente el papel del docente es enseñarles y orientarlos nada más, pero los padres ya no se quieren responsabilizar de sus propios hijos y nunca se han puesto a pensar que ellos también tienen responsabilidad de lo que sucede en el ámbito educativo, porque se deben poner a platicar con sus hijos sobre los temas que tengan dudas y de los cuales ellos tengan información, para que no aclaren sus dudas con personas erróneas, en pocas palabras, algunos padres no asumen las responsabilidades que cada uno tiene, porque si cada uno aceptara el rol que juega en esta sociedad existiría otro tipo de país.

La Inteligencia interpersonal y la intrapersonal están particularmente relacionadas con la emocionalidad y en el siguiente tema las abordaré

Áreas de aptitud emocional

En la inteligencia emocional se consideran principalmente cinco aptitudes fundamentales que son:

- Autorregulación.
- Autoconciencia.
- Motivación.
- Empatía.

- Habilidades sociales.

Estas aptitudes las asegura de igual manera la consultora Elena Quijano Ferrer de acuerdo con un comunicado de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), tal vez no en ese mismo orden, pero la mayoría de los libros citados se enfocan a estas aptitudes; las cuales se encuentran interconectadas de la manera más compleja, y nuestra capacidad se enfoca para desempeñarnos con efectividad en cualquiera de ellas. De este modo, manejar los sentimientos para comportarnos adecuadamente es algo severo y arduo.

- **Autorregulación**

Su significado es que el ser humano es capaz de manejar y controlar los estados emocionales, pero existen dos palabras fundamentales en la autorregulación que es el manejo de las emociones ante alguna situación y el control de la misma. La autorregulación te hace capaz de encontrar una perspectiva que te permite sacudirle la irritabilidad, el abatimiento o la ansiedad paralizadora.”³⁹

Posteriormente cuando se llega a dar la autorregulación, el individuo aprenderá a distinguir sus propias emociones y con mayor facilidad; como él identifica sus emociones también va a darse cuenta de las de los demás, de tal manera que las pueda controlar. Se dice que si identifican las personas esta parte, aprenderán a tener más seguridad frente a cualquier circunstancia y accederá a las reacciones emocionales que se le presenten.

Todas aquellas personas que no tiene conciencia de sus propias emociones y que son personas débiles, se dejan llevar por las emociones de otros y terminan siendo controlados; tanto en los pensamientos y en el comportamiento, como ya se ha mencionado si las personas no lo identifican se exaltan o mejor las rechazan o las ignoran. La autorregulación se divide en cinco aspectos fundamentales:

³⁹ Robert Wood y Harry Tollery. “Mide Tu Inteligencia Emocional”. p. 49.

- Pospón tus juicios; refrena tus impulsos.
- Deja el problema; aléjate de él.
- Exprésate, pero de manera asertiva, no agresiva.
- Se flexible; fluye; no fuerces las cosas.
- Maneja tu comunicación no verbal.

En este momento los expresaremos con mayor detalle:

- **Pospón tus juicios; refrena tus impulsos:**

Existen personas las cuales todo el día se la pasan reprochándose de que todo les sale mal, o que no les gusta el agua fría con la cual se bañan, o cosas así y cuando las personas tienen ese tipo de conductas siempre estarán enojadas, porque nunca les va parecer nada, al contrario tendrían que emitir todo aquello que les disguste, por ejemplo si les molesta el agua fría pues se tendría que levantar más temprano para calentar su agua y así estar satisfecho, son conductas que rotundamente tendría que emitir para tener un mejor comportamiento ante los demás.

Otra manera de refrenar los impulsos es que las personas cuenten hasta el número diez, cien o incluso el número que consideren, hasta que disminuya su sentimiento, es una muy buena manera de tomar con calma la situación que presentan, al igual hay que tener cuidado con los impulsos desenfrenados porque hay ocasiones en las que luego trae consecuencias, pero no todos los impulsos son malos, hay algunos que son para nuestro bien, son aquellos que son propios y que satisfacen al individuo, son los que nos facilitan la felicidad, por ejemplo cuando hay algunos amigos que invitan a una persona a salir a bailar, pero la persona siente que no está dispuesto porque está cansado, luego más tarde mejor toma la iniciativa de ir a bailar, al final hace el comentario que se la paso magnífico, como pueden ver esta persona al ponerse a bailar se le fue el estrés se olvidó de todos sus pendientes, ese es un tipo de impulso en el cual la persona se sintió bien con su YO personal, claro no siempre hay que dejarse llevar por los impulsos como se ha estado mencionando.

- **Deja el problema; aléjate de él:**

Este aspecto lo hemos escuchado muchas veces en diferentes ocasiones incluso en la escuela cuando un maestro te dice cruzando esa puerta olvida todos los problemas que tengan en casa, de eso trata este aspecto de que hay ocasiones en las cuales al ser humano se le dificulta desprenderse de sus problemas, cuando no se desprende de las contrariedades va obteniendo muchos más hasta llegarse a convertir una pirámide de problemas en la cual no encuentra la solución, cuando debería de dejar a un lado los problemas y luego retomarlos más tarde con mayor tranquilidad, así mismo con una mentalidad despejada. Una manera de dejar los inconvenientes es alejándose de ellos eso no quiere decir que huya de los problemas simplemente es el hecho de que se aleje unos días del lugar que lo irrita o en todo caso lo que le ocasiona problemas en su emoción, ya que si por alguna causa no se puede alejar del problema, ahí si entraría a otro punto en el cual tendría que expresar su inconformidad o su problema con la persona adecuada, pero siempre cuando sea de una buena manera sin exagerar, con respeto y sin afectar a la otra persona.

Para la autorregulación es indispensable tener en cuenta bien ordenadas las prioridades y mantener un sentido sobre ella.

- **Exprésate, pero de manera asertiva, no agresiva:**

A muchas personas les ha pasado que cuando van a exponer algún tema en un grupo se ponen nerviosos, esto por lo regular ocurre dentro de un salón, algunas personas se les olvida lo que iban a decir empiezan a tartamudear e incluso hasta mudos se quedan, etcétera, son personas que no son capaces de retener o controlar sus emociones o sentimientos; de esta forma se necesita que aprenda uno a regularse frente a un suceso, y así cambiar la conducta frente a los individuos, una de las maneras en la que puedes controlarle es fortalecerse y no dejarse vencer por los sentimientos negativos como es la timidez y cohibición.

Por lo anterior es importante que definamos cómo es una persona asertiva y cómo es una persona agresiva; la persona asertiva siempre va a dar a conocer sus pensamientos, sentimientos y demás de una manera honesta sin llegar a

perjudicar a terceras personas, al igual que va a manifestar respeto por los sentimientos ajenos, por el contrario una persona que se expresa de forma agresiva, es la que se burla de los sentimientos de los demás, o cuando expresa sus sentimientos de tal forma que termina humillando y degradando a otras personas o realiza comentarios sarcásticos y no muestra ningún respeto por la otra persona, podemos decir que es poco inteligente emocionalmente.

Son muchas personas que no son capaces de expresarse ante la gente, porque el miedo se apodera de su interior, tienen una baja autoestima y les falta confianza, es cierto se necesita mucha voluntad para mostrar los sentimientos, pero una vez que lo hagan las personas se sintieran liberados y más adelante ya no se les dificultará y adquirirán una fuerte inteligencia emocional por haberlo logrado.

- **Sé flexible; fluye; no fuerces las cosas:**

Hay ocasiones en las que no se pueden forzar las cosas, es mejor no forzarlas por el bienestar emocional, es mejor aceptarlas y reconocer que en ocasiones sí se puede llevar a cabo lo que queremos y en otras no, de lo contrario se la pasara dándose de topes en la pared o sino terminará frustrado por no alcanzar sus metas, cuando existen otras soluciones; por ejemplo un estudiante presenta un examen y si lo reprueba no siempre se va poner a pensar que lo reprobó, al contrario tiene que ponerse a pensar que el siguiente examen tiene que estudiar mucho y pasarlo con una mayor calificación; a esta solución se le llama, una buena respuesta inteligente emocionalmente, por lo que el joven estaría examinando sus objetivos y planeando los medios con los cuales va a obtener mayor calificación, en este caso sería que cumpliera en asistir a las clases puntualmente, participar en ellas, cumplir con las tareas, etcétera. Ya que existen muchas rutas para alcanzar la meta que uno se proponga, nada más que pensar si tienes la solución correcta, o que simplemente no lo tiene, y en todo caso si no la tiene hay que enfrentar la situación tal como es, sin que uno fuerce las cosas.

- **Maneja tu comunicación no verbal:**

Cuantas veces no han escuchado que dicen “tu gesto dice más que mil palabras” y es cierto, porque una cosa es decirlo y otra es mostrar los sentimientos que tienes en ese mismo instante, algunas personas te dicen felicidades en un cumpleaños, pero otras te dicen felicidades con un fuerte abrazo y díganme cual es el que les agrada, a mí por supuesto el del abrazo, porque es más sincero con ese afecto que se llega a sentir cual diría que te estima esa persona; la comunicación no verbal es relevante para los estados emocionales, ya que es muy demostrativa si uno sabe observar, por ejemplo hacer ademanes, mirar el reloj o inclinarte hacia atrás, morderse la uña, mover la pierna, etcétera, muchos de estos aspectos de la conducta son manifestaciones de aburrimiento, ansiedad o incapacidad para concentrarse.

De esta manera la gente puede juzgar las emociones corporales y unos van a acertar y otros no, por eso es importante pensar tanto lo que se dice y también el mensaje no verbal, porque si no se practica correrán el riesgo de que el lenguaje no verbal sea el inapropiado. Claro está que no todo el lenguaje no verbal es descortés o erróneo, puede emplearse de manera constructiva para reforzar lo que se dice, es mejor manejar los dos tipos de comunicación para manifestar lo que uno siente.

- **Autoconciencia**

“Significa ser consciente de tus emociones y de que tan capaz eres de ser autoconsciente. En un nivel más profundo, reconocerás el poder de tus sentimientos para enriquecer tus experiencias vitales, lo cual es algo que debes reconocer y apreciar si deseas fortalecer y desarrollar tu inteligencia emocional.”⁴⁰ Es importante la autoconciencia porque cuando la persona pone en consideración algunos planes, toma decisiones o emprende algunas acciones para su bienestar, y son los sentimientos interiores que definen quien es, además de muchas otras cosas, de la misma manera hay que considerar que no se llegue a afectar los juicios del individuo.

⁴⁰Ibid. p. 75

Robert Wood y Harry Tolley en 2007, señalaron que existen seis aspectos fundamentales en la autoconciencia que son:

1.- Respétate:

En la autoconciencia se implica que el ser humano debe reconocer y al mismo tiempo corresponde respetar sus emociones y sentimientos, al lograr hacer esto el individuo llega a cuidar de sí mismo. En pocas palabras, los seres humanos tienen que aceptar los sentimientos más profundos que tengan; aun así existen personas que en lugar de aceptarlos los llegan a rechazar o como algunas expresiones de las personas que suelen decir que son fuertes, pero al final están omitiendo sus sentimientos; como cuando esconden algo y no lo externalizan, eso hace que no sólo fortalecen sus propias experiencias vitales y que existan conflictos en su interior, se deben de aceptar los sentimientos, como también respetarse a uno mismo.

Hay ocasiones en que las personas tienen que ser un poco egocéntricas, porque primero deben de atender sus sentimientos y posteriormente los de los demás, claro no siempre se puede hacer así también deben de tener empatía, no estamos diciendo que deben de ser egocéntricos simplemente como ya habíamos mencionado hay que respetarse primero a uno mismo. Claro está que sentirse a gusto con las propias emociones y sentimientos no quiere decir que ya obtienes una excelente inteligencia emocional o que hayas logrado un equilibrio emocional apropiado, sino que constantemente hay que mejorar; algunas veces las personas suelen decir que se aceptan tal y como son y que se quieren o se respetan, tal vez puede ser que sea cierto, pero si no lo es entrarían en un grave error, y perderían la oportunidad de desarrollarse plenamente en la inteligencia emocional.

2.- Sé positivo:

La negatividad en las personas incapacita a las emociones y por último acaba por dominar toda la personalidad, como cuando los individuos no tienen control sobre sí mismo. Ser absolutamente autoconsciente representa estar abierto a todas las posibilidades y situaciones que se les presente, así las personas podrán abrirse por completo, la mentalidad de las personas por lo regular se mantiene cerrada a algún cambio, cuando lo tendrían que aceptar

positivamente. Siempre hay que ser positivo y ver las cosas de la misma manera, reflexionar porque suceden algunas circunstancias; no como algunas personas que se la pasan lamentando y diciendo que ellos no sirven para nada son personas que tienen el mínimo de autoconciencia, no se llegan a apreciar ellos mismos, se cierran a otras posibilidades.

3.- Sé fiel a ti mismo:

Existen tantas personas imitando ser otras, algunas de ellas hasta se crean una fantasía, el ser fiel a su persona es ser auténticos, y que sus actos vayan acorde a su personalidad y no traten de imitar a otras, como cuando los jóvenes empiezan a tomar por el simple hecho de experimentar sabiendo las consecuencias que tiene el alcohol. Las personas auténticas son aquellas que pueden decir “Éste soy yo”, porque se acepta como es y se respeta a sí mismo. Claro está que no es un trabajo fácil aceptarse, pero tampoco es imposible, hay que preguntarse “¿Quién soy yo’?”, muchas de las personas se responden negativamente, otras positivamente y otras de una manera sincera; en algunos casos las personas suelen ser serias, formales e introvertidas, pero nunca es tarde para disfrutar las cosas que pocas veces se hacen, como salir de algunas rutinas siempre y cuando se haga con responsabilidad, algunos actos no te convierten en una persona introvertida o extrovertida, lo que una persona en cualquier acto tiene que aprender es a descubrir cómo se siente mejor.

El ser fiel a sí mismo implica que el individuo sea realista y que conozca los puntos fuertes y débiles de sus sentimientos al actuar en cualquier entorno. Lo primero que hay que pensar es que ser fiel a sí mismo no significa que la persona se debe de empequeñecer; todo lo contrario, tiene que agudizar la percepción de opciones que tiene a su disposición de tal manera que el sufrimiento sea menor, al igual que las decepciones y que se enfoque a tener más éxitos en su vida diaria, aunque sean diminutos pero que se sienta satisfecha de los logros obtenidos.

4.- Da un descanso a la lógica y a la racionalidad:

Existen ocasiones en que siempre la gente se la pasa pensando y planeando todo minuciosamente, como cuando hay momentos en los que tienes que hacer las cosas un poco más con los sentimientos o emociones, pero para lograr esto los seres humanos tienen que estar dispuestos a renunciar a la parte racional y dejarse guiar por las intuiciones, sensaciones como también al juego de la imaginación.

No hay que permitir que la racionalidad se apodere de uno y que domine la vida, es cierto es fundamental para la vida también, pero hay que aprender a utilizar ambas partes racionalidad y emocional, porque en ocasiones la parte racional se apodera y trata de disminuir la parte emocional y es por eso que algunas personas son tan insensibles porque siempre piensan con la racionalidad y no con las emociones y muy pocos terminan utilizando la parte emocional, creativa y juguetona o si no la destruyen, consecutivamente existen personas que terminan suprimiendo la intuición y nada más se dejan llevar por la lógica o por la mente.

Por consiguiente, la intuición es aquella facultad en la que se obtiene el conocimiento directo sin ninguna interposición de ningún otro pensamiento, sin que la persona tenga idea de cómo llegó dicho conocimiento a su mente.

5.- Escucha a los demás:

Hay ocasiones en donde existen conflictos con otras personas, cuando esto pasa debe existir en todo momento la comunicación; pero si alguna de las personas no quiere escuchar los comentarios de la otra persona, es ahí donde se restringiría a reflexionar sobre sus pensamientos, conducta y emociones que le lleguen a afectar, algunas veces se dice que la persona es orgullosa, que no entra en razón o no quiere escuchar, es mejor escuchar los errores que otras personas observan, aceptarlos y mejorar para su bienestar dentro de un ámbito social, por ejemplo cuando existen equipos dentro de un grupo de salón y algunos no quieren trabajar para obtener una mejor calificación, empiezan a tener conflictos dentro del grupo, en lugar de platicar discuten sobre el trabajo y al final el trabajo se va a una calificación mínima, todo por no tener una buena comunicación y el no aceptar los errores o comentarios.

Cuando existe este tipo de personas que no escuchan tienen una probabilidad de que no puedan desarrollar el autoconsciente, consecutivamente perderán el equilibrio de sí mismos el cual se ha estado mencionando. Posteriormente para llevar a cabo este componente de la autoconciencia no solamente se necesita escuchar sino que también se tiene que impedir hacer los juicios hacia otras personas o sacar conclusiones negativas de tal forma que llegue a afectar a las demás personas

6.- Entiende el efecto que causas en los demás:

Este aspecto de la autoconciencia es uno de los aspectos más delicados, debido a que los sentimientos y los impulsos pueden tener un resultado explosivo, o un modo incorrecto si no se llevan acorde a los sentimientos, por eso, es indispensable saber llevar de forma coherente todas las áreas de aptitud de la inteligencia emocional. En consecuencia las personas tienen que ser muy reservadas en las maneras que respondan a alguna emoción y al igual ser sensibles hacia otras personas, no nada más enfocarse a uno mismo, sino también con otras personas, algunas veces los seres humanos no miden la intensidad de las cosas y de los que los demás pueden sentir.

- **Motivación**

La palabra motivación proviene del “latín *motus* que significa movimiento, en educación equivale a proporcionar motivos para que los aprendices aprendan,”⁴¹ se podría decir que la motivación se enfoca a todo tipo de personas que tengan un impulso para lograr una meta o un reto que se propongan alcanzar ya sea individual o colectivamente, es de gran importancia la motivación tanto en el ámbito educativo como personal, para su confianza y seguridad que va construyendo al transcurso de la vida, ya que va creando una personalidad fructífera, como también va adquiriendo habilidades sociales: los comportamientos colectivos; por ejemplo cuando un docente deja trabajo en equipo se involucra la comunicación ya que si el equipo pretende tener un buen trabajo, tienen que motivarse entre ellos para lograr el reto, habrá quienes se desanimen, pero no faltará quienes tengan un mejor comportamiento, de esa manera se va adquiriendo la motivación y si

⁴¹Saavedra R. “Diccionario de Pedagogía.” p, 103.

desde niño uno aprendiera a motivarse solo podría resolver algunos conflictos de la mejor manera y observaría su entorno diferente.

Posteriormente los docentes también deberían de conocer técnicas de motivación, para lograr un mejor desarrollo en sus alumnos tanto en los conocimientos como en su persona. Por lo siguiente hay instituciones en las cuales no se preocupan por la motivación de sus alumnos y argumentan que los alumnos son indisciplinados, que los padres no los saben educar, que la crisis afecta también, cuando en realidad los docentes tienen el compromiso de que los alumnos conserven el interés en las asignaturas.

A continuación se dan a conocer los tipos de motivación y su clasificación:

- Motivación extrínseca:

En este tipo de motivación se relaciona a todo aquello que se manifiesta de lo externo, como son los incentivos y estímulos que ofrecen otras personas. Se llega a decir que algunas veces suele ser más o menos efectivos según la habilidad y sensibilidad con la que se utilice y quien lo hará, porque todos somos diferentes a responder a un mensaje que proviene de personas distintas. A esto se debe que algunos maestros sean capaces de motivar a alumnos renuentes a aprender y que otros no lo sean, por eso, los maestros tienen que estar actualizados en técnicas de motivación. La motivación extrínseca se relaciona con los conceptos de: recompensa, castigo, incentivo, refuerzo positivo y negativo y extinción (o no refuerzo).

- Motivación intrínseca:

Este tipo de motivación es aquella que se enfoca, a lo que se genera en nuestro interior, como son el interés propio y que por placer nos queremos superar en algo o querer lograr alguna meta, pero que sea personal, es cuando las personas suelen decir que tienen a una persona en el interior y realmente es su motivación intrínseca que les habla. Claro que un gusto cualquier persona lo tiene, como decir que le gusta una blusa, pero en este caso la motivación intrínseca se fija más en las conductas dirigidas y energizadas.

La motivación intrínseca se basa en una serie de necesidades psicológicas muy bien definidas, las cuales son todas aquellas que se van formando por la manera interna de nuestro ser, porque el ser humano es activo constantemente, interactúa, se adapta ante cualquier situación, explora sus alrededores, desarrolla nuevas habilidades y así mismo las llevan a la práctica y cuando se logra todo este dominio de las necesidades psicológicas, se sustenta que puede tener el individuo emociones positivas en los intereses y así identificar su placer.

De la misma manera existe la recompensa intrínseca que es aquella que no merece nada de reconocimientos prestigio, ni remuneración económica, o medallas de oro, en particular todo tipo de persona puede disfrutar de este tipo de recompensa, porque es placentera, el estar bien interiormente, en tranquilidad y en paz.

Por otro lado y con relación a la motivación en la actualidad algunos alumnos se quejan con sus maestros de que la clase es muy aburrida o tediosa, es decir que les falta la motivación, y si ésta se da, mayor rendimiento escolar tendrán los alumnos, pues incluso algunos profesores constantemente practican técnicas de motivación o se llegan actualizar para mejorar sus técnicas de enseñanza; psicólogos han manifestado que ese comentario es falso, por el simple hecho de que si en una parte existe la idea de que si a una persona se le motiva tendrá mayor rendimiento, pero si la motivación siempre será la misma y si se excede la motivación entonces se empeorara el rendimiento escolar; por ejemplo si a un niño se le da una paleta diaria por realizar sus tareas bien hechas, los primeros días se emocionará y obedecerá en todo lo que se le diga, pero luego se podrá a pensar en que si tiene tres tareas, tendría que ser tres paletas y si no le dan las paletas entonces no realizará las tareas satisfactoriamente y es ahí donde se afecta el rendimiento escolar tanto de los niños, adolescentes según sea el caso, porque entonces no se vería como su responsabilidad de hacer las tareas asignadas, si no lo vería como una obligación en la que si no hay recompensa no hay tarea hecha por él.

- **Empatía.**

Cuántas veces hemos oído a las personas que dicen “Ponte en los zapatos del otro”, o “Colócate en el lugar de los demás” considero que en muchas ocasiones han escuchado eso o incluso consejos que se les dan a unas personas, este tema que es la empatía, será el que abordaremos a continuación, ya que se tiene conocimiento que existe desde los años veinte.

La empatía es toda aquella capacidad para lograr entender o comprender a las demás personas, mostrándose empática o tratando de comprender los sentimientos que tiene las personas que se encuentra en conflicto. Posteriormente la empatía es de gran importancia para el ser humano, tanto para su desarrollo y supervivencia, ya que para ser empáticos también debe conocerse a uno mismo; cuanto más conozca sus sentimientos, emociones y pensamientos será más fácil interpretar los sentimientos ajenos. Además la empatía es reconocida concretamente en dos regiones, que son la amígdala y la corteza cerebral y las dos están relacionadas con sistema límbico, que es el encargado de interpretar las emociones del individuo.

La empatía muestra algunas características que son:

- Reconocer las emociones de otra persona en la comunicación no verbal. Esta característica es fundamental para la empatía al igual que las demás, porque hay ocasiones en que se observan algunas personas mal con sus actitudes, sus gestos, o incluso con sus comentarios y nadie se preocupa en preguntarles que les sucede, cuando algunas veces quisieran que les preguntaran ¿qué les pasa? para desahogarse y así sentirse mejor, por eso hay que ser muy observadores ante las reacciones de los demás. En realidad los seres humanos tienen el 90% en expresiones no verbales y nada más el 10% de palabras habladas cuando es que existe un proceso de comunicación.
- Acepta las emociones y sentimientos de otras personas. Hay ocasiones en las que el ser humano tiene errores y esos errores no los manifiesta de una manera correcta.

- Muestra interés por los demás sin perder de vista su propia condición. Existen ocasiones en las que algunos individuos se preocupan tanto por los problemas ajenos que se olvidan de dar solución a los propios, de eso trata esta característica en la que se tiene que hacer hincapié que es importante preocuparse por los problemas ajenos, pero primero los personales, para poder ayudar a los demás.

- Considera las necesidades de personas diferentes a ella. Existen ocasiones en las que hay que ponerse a pensar seriamente, si hay cosas que necesita realmente y que otra persona lo necesita más que uno. Por ejemplo pensemos en las personas que padecen carencias y que algunos niños tiene poca ropa, y que cuando en casa siempre hay ropa, zapatos de todos los colores para combinar, pero nunca se quieren deshacer de toda aquella ropa vieja del sobrino, hijo, etcétera, cuando pudieran recaudar ropa para la gente que carece, alimento, que en algunas ocasiones se echa a perder en el refrigerador por no saber compartir con la persona que más lo necesita.

- Puede expresar al otro su comprensión de manera directa. Hay personas que están pasando algún tipo de dificultad, y nunca se acercan a decirles alguna palabra de aliento o algún consejo, o incluso un abrazo, por eso, es importante tener una actitud de tolerancia con otras personas, porque no basta con saber qué pasa, sino que es necesario dar algo más de nosotros mismos, sin esperar nada a cambio.

En este sentido María Elena López de Bernal y María Fernanda González Medina en el libro de Inteligencia Emocional, en el tomo uno; hacen una afirmación: “la empatía tiene relación con las habilidades sociales, pues es el punto de partida para desarrollarlas”⁴², de igual manera la empatía es una habilidad en la cual el individuo tiene conciencia de los sentimientos, necesidades, e incluso preocupaciones por otros. Cuando se encuentran personas con empatía se diría que va acorde y marchando al mismo tiempo, de manera que todos van iguales, van fortaleciendo la comunicación no verbal al igual que las expresiones de las emociones.

⁴²López de Bernal, María Elena y González Medina, María Fernanda. *Inteligencia Emocional: pasos para elevar el potencial infantil*. 2003, Grupo Dimas, 1ª ed. pag. 66.

Todos los seres humanos nacemos con la empatía, pero pocos la ponemos en práctica, la etapa más adecuada en la cual se debe de desarrollar es en la etapa temprana del niño, ya que si no se les enseña esta habilidad no podrán entender sus emociones y la de los demás, algunas veces se ha observado en los gemelos que si uno llora el otro también llora, pero lo que no sabemos es que perciben las emociones del otro, incluso las de la madre, aun cuando no puedan hablar, inclusive hay ocasiones en las que los padres tratan de proteger a los hijos de los sentimientos negativos y dolorosos, como cuando les va mal en el kínder y algún compañero les pega, los padres los llegan a cambiar de escuela, pero no se dan cuenta que deben de lograr aprender las emociones que sienten día a día y que así se van a ir desarrollando conforme su entorno sea, no siempre va ser todo color de rosa. También hay que mostrar interés por las preocupaciones de los niños porque así más adelante se llegan a sentir entendidos y esto hace a que tenga una facilidad de entender a las demás personas como de igual manera crean lazos de empatía; una manera que les serviría a los padres en enseñar la empatía desde temprana edad es por medio de los cuentos o fabulas y así después pedirles la opinión a los niños, o realizándoles una serie de preguntas.

- **Habilidades sociales**

Consiste en relacionarse con los demás e influir en ellos, dichas habilidades le permiten al sujeto comenzar y mantener relaciones personales, integrarse a diversos grupos, interactuar con su entorno, etcétera, ya que el ser humano a diario está en contacto con alguien más, por lo que son conductas necesarias que le permiten interactuar y relacionarse con su entorno de una forma efectiva.

El sujeto al nacer no cuenta con una lista de habilidades sociales, sino que estas las va incorporando conforme va creciendo y desarrollándose, lo que hace que la comunicación se vuelva necesaria para manifestar las propias necesidades, sentimientos, etcétera.

La comunicación es una de las principales habilidades sociales ya que, desde la aparición del hombre, este ha tenido que comunicarse mediante señales,

movimientos o signos que le permitieron comprender al otro e ir desarrollándose en diversidad de ámbitos.

3.4 Teoría de las inteligencias múltiples Howard Gardner

No es novedad el decir que no todos aprendemos de la misma manera, ni a la misma velocidad. En cualquier grupo en el que más de dos personas empiecen a estudiar una materia y partiendo del mismo nivel, nos encontraremos al cabo de muy poco tiempo con grandes diferencias en los conocimientos de cada miembro del grupo, eso a pesar del hecho de que aparentemente todos han recibido las mismas explicaciones y realizado idénticas actividades y ejercicios. Cada miembro del grupo aprenderá de manera distinta, tendrá diferentes tipos de dudas y avanzará más en unas áreas que en otras. Este tipo de situaciones las vivimos a diario en nuestro salón de clase y generación tras generación.

Gardner define la inteligencia como la capacidad para resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas. La importancia de la definición de Gardner es doble: En este sentido, amplía el campo de lo que es la inteligencia validando otros tipos de inteligencia poco reconocidos en la escuela tradicional; y define la inteligencia como una capacidad, la convierte en una destreza que se puede desarrollar.

Gardner dice que del mismo modo que una computadora requiere de un conjunto de operaciones para funcionar, cada inteligencia posee un conjunto de operaciones centrales que sirven para impulsar las distintas actividades que corresponden a esa inteligencia.

Todos nacemos con potencialidades marcadas por la genética, pero esas potencialidades se van a desarrollar de una manera o de otra dependiendo del medio ambiente, nuestras experiencias, la educación recibida y motivación interna. De la misma forma en que hay muchos tipos de problemas que resolver, también hay muchos tipos de inteligencia que se presentan a continuación:

3.5 Tipología de las inteligencias múltiples de Howard Gardner

➤ **Inteligencia lingüística**

Es considerada una de las más importantes. En general se utilizan ambos hemisferios del cerebro y es la que caracteriza a los escritores. El uso amplio del lenguaje ha sido parte esencial para el desarrollo de este tipo de inteligencia.

- Aspectos biológicos: un área específica del cerebro llamada “área de Broca” es la responsable de la producción de oraciones gramaticales. Una persona con esa área lesionada puede comprender palabras y frases sin problemas, pero tiene dificultades para construir frases más sencillas. Al mismo tiempo, otros procesos mentales pueden quedar completamente ilesos.
- Capacidades implicadas: capacidad para comprender el orden y el significado de las palabras en la lectura, la escritura y, también, al hablar y escuchar.
- Habilidades relacionadas: hablar y escribir eficazmente.
- Perfiles profesionales: líderes políticos o religiosos, poetas, vendedores, escritores, etcétera.

➤ **Inteligencia lógico-matemática**

Quienes pertenecen a este grupo hacen uso del hemisferio lógico del cerebro y pueden dedicarse a las ciencias exactas.

De los diversos tipos de inteligencia, éste es el más cercano al concepto tradicional de inteligencia, en las culturas antiguas se utilizaba éste tipo de inteligencia para formular calendarios, medir el tiempo y estimar con exactitud cantidades y distancias.

- Capacidades implicadas: capacidad para identificar modelos, calcular, formular y verificar hipótesis, utilizar el método científico y los razonamientos inductivo y deductivo.
- Habilidades relacionadas: en matemática, razonamiento lógico, planteo y resolución de problemas lógicos, matemáticos o lingüísticos, investigación y

análisis de principios matemáticos, físicos o químicos y la formulación de hipótesis, inferir causas, anticipar resultados y realizar experimentos.

- Perfiles profesionales: economistas, ingenieros, científicos, Química, Sistemas, Comercialización, Física, etcétera.

➤ **Inteligencia visual-espacial**

Esta inteligencia la tienen las personas que puede hacer un modelo mental en tres dimensiones del mundo o en su defecto extraer un fragmento de él, esta inteligencia la tienen profesiones tan diversas como la ingeniería, la escultura, la marina, la arquitectura, el diseño y la decoración.

- Aspectos biológicos: el hemisferio derecho (en las personas diestras) demuestra ser la sede más importante del cálculo espacial, las lesiones en la región posterior derecha provocan daños en la habilidad para orientarse en un lugar, para reconocer caras o escenas o para apreciar pequeños detalles.

Los pacientes con daño específico en las regiones del hemisferio derecho, intentarán compensar su déficit espacial con estrategias lingüísticas: razonarán en voz alta, para intentar resolver una tarea o bien se inventarán respuestas. Sin embargo las estrategias lingüísticas no parecen eficientes para resolver tales problemas.

Las personas ciegas proporcionan un claro ejemplo de la distinción entre inteligencia espacial y perspectiva visual, un ciego puede reconocer ciertas formas a través de un método indirecto, pasar la mano a lo largo de un objeto, por ejemplo, construye una noción diferente a la visual de longitud, para el invidente, el sistema perceptivo de la modalidad táctil corre en paralelo a la modalidad visual de una persona visualmente normal, por lo tanto, la inteligencia espacial sería independiente de una modalidad particular de estímulo sensorial.

- Capacidades implicadas: capacidad para presentar ideas visualmente, crear imágenes mentales, percibir detalles visuales, dibujar y confeccionar bocetos.
- Habilidades relacionadas: realizar creaciones visuales y visualizar con precisión.
- Perfiles profesionales: artistas, fotógrafos, arquitectos, diseñadores, publicistas, etcétera.

➤ **Inteligencia cinético-corporal**

La capacidad de utilizar el cuerpo para resolver problemas o realizar actividades. Dentro de este tipo de inteligencia están los deportistas, cirujanos y bailarines una aptitud natural de este tipo de inteligencia se manifiesta a menudo desde niño.

- Aspectos biológicos: el control del movimiento corporal se localiza en la corteza motora y cada hemisferio domina o controla los movimientos corporales correspondientes al lado opuesto. En los diestros, el dominio de este movimiento se suele situar en el hemisferio izquierdo. La habilidad para realizar movimientos voluntarios puede resultar dañada, incluso en individuos que puedan ejecutar los mismos movimientos de forma refleja o involuntaria.
- Capacidades implicadas: capacidad para realizar actividades que requieren fuerza, rapidez, flexibilidad, coordinación óculo-manual y equilibrio.
- Habilidades relacionadas: utilizar las manos para crear o hacer reparaciones, expresarse a través del cuerpo.
- Perfiles profesionales: escultores, cirujanos, actores, modelos, bailarines, etcétera.

➤ **Inteligencia musical**

También conocida como ‘buen oído’, es el talento que tienen los grandes músicos, cantantes y bailarines, la fuerza de esta inteligencia radica desde el mismo nacimiento y varía de igual manera de una persona a otra, un punto importante en este tipo de inteligencia es que por fuerte que sea, necesita ser estimulada para desarrollar todo su potencial, ya sea para tocar un instrumento o para escuchar una melodía con sensibilidad.

- Aspectos biológicos: ciertas áreas del cerebro desempeñan papeles importantes en la percepción y la producción musical. Éstas, situadas por lo general en el hemisferio derecho, no están localizadas con claridad como sucede con el lenguaje. Sin embargo, pese a la falta de susceptibilidad concreta respecto a la habilidad musical en caso de lesiones cerebrales, existe evidencia de “amusia” (pérdida de habilidad musical).

- Capacidades implicadas: capacidad para escuchar, cantar, tocar instrumentos.
- Habilidades relacionadas: crear y analizar música.
- Perfiles profesionales: músicos, compositores, críticos musicales, etcétera.

➤ **Inteligencia intrapersonal**

Este tipo de inteligencia nos permite formar una imagen precisa de nosotros mismos; nos permite poder entender nuestras necesidades y características, así como nuestras cualidades y defectos, y aunque se dijo que nuestros sentimientos si deben ayudar a guiar nuestra toma de decisiones, debe existir un límite en la expresión de estos, este tipo de inteligencia es funcional para cualquier área de nuestra vida.

- Aspectos biológicos: los lóbulos frontales desempeñan un papel central en el cambio de la personalidad, los daños en el área inferior de los lóbulos frontales puede producir irritabilidad o euforia; en cambio, los daños en la parte superior tienden a producir indiferencia, languidez y apatía (personalidad depresiva) entre los afásicos que se han recuperado lo suficiente como para describir sus experiencias se han encontrado testimonios consistentes: aunque pueda haber existido una disminución del estado general de alerta y una considerable depresión debido a su estado el individuo no se siente a sí mismo una persona distinta, reconoce sus propias necesidades, carencias, deseos e intenta atenderlos lo mejor posible.
- Capacidades implicadas: capacidad para plantearse metas, evaluar.
- Habilidades y desventajas personales y controlar el pensamiento propio.
- Habilidades relacionadas: meditar, exhibir disciplina personal, conservar la compostura y dar lo mejor de sí mismo.
- Perfiles profesionales: individuos maduros que tienen un autoconocimiento rico y profundo.

➤ **Inteligencia interpersonal**

Este tipo de inteligencia nos permite entender a los demás. Está basada en la capacidad de manejar las relaciones humanas, la empatía con las personas y el reconocer sus motivaciones, razones y emociones que los mueven. Esta inteligencia por sí sola es un complemento fundamental de las anteriores, porque tampoco sirve de nada si obtenemos las mejores calificaciones, pero elegimos mal a nuestros amigos y en un futuro a nuestra pareja.

La mayoría de las actividades que a diario realizamos dependen de este tipo de inteligencia, ya que están formadas por grupos de personas con los que debemos relacionarnos, por eso es indispensable que un líder tenga este tipo de inteligencia y además haga uso de ella.

- Aspectos biológicos: todos los indicios proporcionados por la investigación cerebral sugieren que los lóbulos Frontales desempeñan un papel importante en el conocimiento interpersonal, los daños en esta área pueden causar cambios profundos en la personalidad, aunque otras formas de la resolución de problemas puedan quedar inalteradas: una persona no es la misma después de la lesión, la evidencia biológica de la inteligencia interpersonal abarca factores adicionales que, a menudo, se consideran excluyentes de la especie humana:

- 1) La prolongada infancia de los primates, que establece un vínculo estrecho con la madre, favorece el desarrollo intrapersonal.

- 2) La importancia de la interacción social entre los humanos que demandan participación y cooperación. La necesidad de cohesión al grupo, de liderazgo, de organización y solidaridad, surge como consecuencia de la necesidad de supervivencia.

- Capacidades implicadas: trabajar con gente, ayudar a las personas a identificar y superar problemas.

- Habilidades relacionadas: capacidad para reconocer y responder a los sentimientos y personalidades de los otros.

- Perfiles profesionales: administradores, docentes, psicólogos, terapeutas.

➤ **Inteligencia naturalista**

Este tipo de inteligencia es utilizada al observar y estudiar la naturaleza. Los biólogos son quienes más la han desarrollado.

La capacidad de poder estudiar nuestro alrededor es una forma de estimular este tipo de inteligencia, siempre fijándonos en los aspectos naturales con los que vivimos.

En 1995, esta inteligencia se añadió. Por lo tanto, antes se hablaba de los 7 tipos de inteligencia de Gardner.

- **Habilidades y capacidades relacionadas:** se da en los niños que aman los animales, las plantas; que reconocen y les gusta investigar características del mundo natural y del hecho por el hombre
- **Perfiles profesionales:** la poseen en alto nivel la gente de campo, botánicos, cazadores, ecologistas y paisajistas, entre otros.

Cuando se dice que una persona es inteligente, habría que preguntarse: ¿para qué? Cada cual puede serlo en su área, y de una manera propia tener capacidad para resolver problemas y elaborar productos. Por eso concluye que la inteligencia es la capacidad para resolver problemas de la vida, generar nuevos problemas para resolver, elaborar productos y ofrecer un servicio de valor en un contexto comunitario o cultural.

Naturalmente todos tenemos las ocho inteligencias en mayor o menor medida y todas son igualmente importantes. El problema es que nuestro sistema escolar no las trata por igual y ha considerado tradicionalmente que las importantes son la inteligencia lingüística y la lógico-matemática. Sabiendo que hay diferentes tipos de inteligencia y diversas formas de aprender, es importante reconocer que no todos los niños aprenden de la misma forma; además de considerar si una educación centrada en sólo dos tipos de inteligencia, es la más adecuada para preparar a los alumnos para vivir en un mundo cada vez más complejo. La mayoría de las personas tenemos la totalidad de este espectro de inteligencias. Cada una desarrollada de modo y a un nivel particular, producto de la dotación biológica de cada uno, de su interacción con el entorno y de la cultura imperante en su

momento histórico. Las combinamos y las usamos en diferentes grados, de manera personal y única.

El valor de la diversidad consiste en complementarse y trabajar cooperativamente. Estas inteligencias, aunque funcionan con cierta autonomía, trabajan juntas. Cada tarea o especialidad requiere una mezcla de inteligencias. A su vez, cada inteligencia está compuesta por distintos aspectos: así la verbal-lingüística comprende la habilidad para escribir, leer, expresarse en forma oral, entre otras.

Gardner tiene especial cuidado en señalar que la inteligencia no debe limitarse a aquéllas que él ha identificado. Advierte también que cada inteligencia contiene diversas subinteligencias.

Cada inteligencia tiene su propia secuencia evolutiva, que emerge y alcanza su punto culminante en diferentes etapas de la vida. Por otra parte, las inteligencias personales requieren un alto grado de interacción y retroalimentación por parte de los demás antes de alcanzar su pleno desarrollo.

Es importante que las inteligencias estén al servicio de la ética, la bondad y la belleza, porque todas pueden ser utilizadas con fines constructivos o destructivos, para sí mismo o para los demás.

Considero de suma importancia los temas de este capítulo ya que cuando las personas cobran conciencia de sus emociones, aprenden a entender que las demás personas tienen emociones, que no necesariamente reaccionan de la misma manera y con la misma intensidad, cada uno tiene que aprender a asumir la responsabilidad de sus propias emociones y dar una adecuada respuesta a las emociones de los demás. Por lo que pienso que es una gran responsabilidad la que tenemos los padres en unión con la escuela, para que desde niños se les enseñe a ser emocionalmente inteligentes.

CAPÍTULO 4: FAMILIA-ESCUELA: GENERADORES DEL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN LOS NIÑOS.

4.1 Definición de las habilidades socioemocionales

No existe una definición universalmente aceptada ni un consenso en lo que se refiere a las habilidades socioemocionales. Así, se le han dado diversos nombres: habilidades de interacción, habilidades relacionadas con los sentimientos y emociones, conciencia emocional y regulación emocional, habilidades afectivas y de expresión de sentimientos, etcétera.

Para el desarrollo de la presente investigación utilizaré el término habilidades socioemocionales por el hecho de que implican un comportamiento interpersonal, es decir que dichas habilidades se dan siempre en la relación con otros niños o con el adulto y en distintos ambientes o entornos.

Se puede definir una habilidad como la disposición que muestra el individuo para realizar tareas o resolver problemas en áreas de actividad determinadas, basándose en una adecuada percepción de los estímulos externos y en una respuesta activa que redunde con una actuación eficaz

El desarrollo de una habilidad suele darse mediante el ensayo y error (eliminando progresivamente las actuaciones inútiles) o bien mediante el aprendizaje por imitación (aprendizaje vicario). Pero en todo caso, la habilidad se consolida por la eliminación de las actividades inútiles y el reforzamiento de las que conducen a una actuación eficaz.

Las habilidades socioemocionales son un conjunto de habilidades, tanto cognitivas como sociales, que configuran unos comportamientos interpersonales efectivos en los diferentes ámbitos de relación. Suele referirse a los modos socialmente aceptables de expresar emociones y de recibir las emociones de los otros; incluyendo la defensa de los propios derechos de forma asertiva y respetando los derechos de los demás

Las habilidades socioemocionales son el conjunto de conductas que consisten en tomar conciencia del propio estado emocional y expresarlo a través del lenguaje verbal y no verbal, así como reconocer las emociones de los demás y tener la capacidad de regular las emociones propias. Estas habilidades socioemocionales tienen 5 características importantes:

a) Independientes: Cada una efectúa una contribución específica al desempeño.

b) Interdependientes: Requieren de otras para manifestarse plenamente.

c) Jerárquicas: Una sirve de base a la otra, por ejemplo, la conciencia emocional es base para la autorregulación.

d) No determinantes: Poseer una habilidad no garantiza que alguien la desarrolle, por ejemplo: factores como el clima escolar determinan que se manifieste o no.

e) Genéricas: La lista general de habilidades es aplicable a cualquier tarea. Sin embargo, en actividades diferentes se requieren habilidades diferentes.

Cabe destacar que el conjunto de habilidades socioemocionales pueden traducirse en la práctica para el desarrollo de habilidades para la vida que la Organización Mundial de la Salud las define como “habilidades para el comportamiento positivo y adaptable, que permiten a los individuos lidiar eficazmente con las demandas y los retos de la vida cotidiana.”⁴³

Las habilidades socioemocionales constituyen un conjunto de actividades que facilitan las relaciones interpersonales, en estas relaciones se viven y experimentan emociones tanto agradables como desagradables, para favorecer un buen clima en la escuela, en la familia y en otros contextos se deben desarrollar estas habilidades.

Durante la etapa preescolar dos habilidades socioemocionales crecen de forma muy relevante. La primera, es la habilidad para reproducir representaciones faciales de las emociones, aumenta progresivamente a partir de los 3 años, empezando por emociones básicas y sencillas como la sorpresa, o la felicidad. La segunda; es la habilidad para empezar a dar nombres a lo que sienten, de forma que sus posibilidades de pedir ayuda sofisticada y centrada en las causas concretas o en las consecuencias específicas aumenta considerablemente

Conforme los niños adquieren estas habilidades en diferentes contextos, tienen mayores probabilidades de manejar eficazmente sus emociones, de mostrarse resilientes frente a circunstancias estresantes, y de desarrollar

⁴³Martínez Ruiz Víctor.-Habilidades para la Vida: una propuesta de formación humana. Itinerario Educativo, XXVIII, 2014, pag. 64.

relaciones positivas. De aquí la importancia que desde pequeños adquieran y perfeccionen las habilidades socioemocionales.

4.2 Importancia de las habilidades socioemocionales

Los problemas emocionales a los que se enfrentan las personas son adquiridos, no son innatos, por lo general resultan de sentimientos de agotamiento, pobreza, vulnerabilidad e incapacidad. En algunas ocasiones estos problemas o formas de afrontamiento son imitativos y se aprenden de los familiares durante la infancia. Algunos de los problemas emocionales más destructivos y predominantes relacionados con el déficit de habilidades socioemocionales son:

- ◆ Baja autoestima
- ◆ Odio hacia uno mismo
- ◆ Desesperanza
- ◆ Agresividad
- ◆ Hostilidad
- ◆ Pesimismo
- ◆ Celos y envidia
- ◆ Egocentrismo
- ◆ Adicciones
- ◆ Timidez extrema

De hecho, el no saber controlar las emociones, está detrás de muchos problemas actuales. Entre los adultos, las emociones incontroladas llevan a separaciones matrimoniales, decisiones equivocadas, enemistades que hacen sufrir a familias enteras, a gastos inútiles, a tratamientos médicos que podrían haberse evitado, a relaciones interpersonales tensas o agresivas. Eso sin hablar de algunos hechos más graves como violaciones, asesinatos o la adicción a las drogas.

En los últimos 20 años, se han realizado investigaciones que ha demostrado que las habilidades socioemocionales de los niños se relacionan con su rendimiento académico. Asimismo, los niños que tienen dificultades con prestar atención, seguir instrucciones, llevarse bien con los demás y controlar las emociones negativas de enojo y angustia, se desempeñan pobremente en la escuela.

El logro académico de muchos niños durante los primeros 2 o 3 años de formación escolar, parece estar basado en un fundamento firme de sus habilidades emocionales y sociales.

Los niños que muestran mejores habilidades socioemocionales se desarrollan mejor en los ámbitos escolar, emocional y social, por el contrario los niños deficientes socioemocionalmente generan y, por tanto reciben, menos interacciones sociales y emocionales positivas de su medio. Si esto se continúa durante la adolescencia y la vida adulta les será muy complicado adaptarse y relacionarse en su medio social.

Los avances en la comprensión por parte de los niños y de otras personas, el autoconocimiento, el crecimiento emocional, el autocontrol, la conciencia y las relaciones entre pares, proporcionan una plataforma de habilidades necesarias para el aprendizaje en el salón de clases, los niños pequeños con experiencias sociales tempranas agradables estarán mejor preparados para estar atentos, ser cooperativos, estar motivados al éxito y ser capaces de trabajar con otros compañeros.

El entrenamiento de los preescolares en habilidades socioemocionales repercutirá favorablemente en su expediente académico y en una mejor adaptación en aquellos aspectos que parecen vinculados al éxito académico, así como en otros vinculados a la adaptación social.

Existen varios motivos que inducen a pensar en la necesidad de un programa para las habilidades socioemocionales, mismos que se exponen a continuación:

- Las habilidades socioemocionales son un aspecto básico del desarrollo humano y de la preparación para la vida, y por tanto incumben a la práctica educativa.

- Los medios de comunicación transmiten contenidos con una elevada carga emocional, que el receptor debe aprender a procesar.

- La necesidad de aprender a regular las emociones negativas servirá para prevenir comportamientos de riesgo (consumo de drogas, depresión, violencia, etcétera.).
- La necesidad de preparar a los niños en estrategias para enfrentarse a situaciones adversas con mayores probabilidades de éxito (separación de padres, fracaso escolar, etcétera.).

En los centros escolares compartir emociones puede facilitar la formación de amistades, por el contrario, demostrar emociones de forma negativa, especialmente el enfado, puede ser problemático para la interacción social con los compañeros, de esto se desprende que las emociones contribuyen a una socialización adecuada.

Para controlar las emociones, hay que conocerlas, en uno mismo y en otras personas, hay que saber identificar esas emociones, cuando se sienten y cuando otras personas las expresan. Por lo tanto, dentro de las habilidades socioemocionales se pueden encontrar tres indicadores o comportamientos más específicos

- a) Conciencia emocional: Que incluye la expresión y reconocimiento de las emociones.
- b) Causas de las emociones: Asociación de las emociones básicas con las situaciones que pudieron provocarlas.
- c) Autorregulación emocional: Que se trata de controlar las propias emociones.

Conciencia emocional

Algunos de los cambios más importantes del desarrollo emocional en la niñez temprana son una mayor habilidad para hablar acerca de las propias emociones y las emociones de los demás, y un mayor entendimiento de las emociones. Entre los 2 y 4 años de edad, aumenta de manera considerable el número de términos que los niños emplean para describir las emociones. Al mismo tiempo aprenden acerca de las causas y consecuencias de los sentimientos.

La conciencia emocional se refiere a la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Entre sus conductas específicas se observan:

→ Toma de conciencia de las propias emociones: capacidad para percibir con precisión los propios sentimientos y emociones; identificarlos y etiquetarlos, contempla la posibilidad de experimentar emociones múltiples y de reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.

→ Dar nombre a las emociones: Eficacia en el uso del vocabulario emocional adecuado y las expresiones disponibles en un contexto cultural determinado para designar las emociones.

Entre los 4 y 5 años de edad, los niños muestran una habilidad mayor para reflejar las emociones y también empiezan a entender que el mismo evento puede provocar sentimientos distintos en diferentes personas. Además muestran una conciencia creciente de que necesitan manejar sus emociones para cumplir con los estándares sociales.

Entre los 5 a 10 años de edad los niños muestran una mayor capacidad para reflejar las emociones de forma verbal, y para tomar en cuenta relaciones más complejas entre las emociones y las situaciones. Entiende que el mismo evento puede provocar distintos sentimientos en diferentes personas, y que en ocasiones los sentimientos persisten mucho tiempo después de los eventos que causaron. Demuestra una conciencia creciente del control y manejo de las emociones de acuerdo a los estándares sociales.

Causas de las emociones

La capacidad cada vez mayor que desarrollan los niños preescolares para tratar sus emociones es, en parte, el resultado de su mayor capacidad de comprensión sobre las causas y las consecuencias de las emociones en otras personas.

Esta habilidad puede entenderse como la capacidad para percibir con precisión las emociones y perspectivas de los demás y de implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales. Incluye la pericia de servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.

La capacidad de identificar cómo se sienten los demás y de comprender por qué se sienten así, es un aspecto fundamental de la cognición social, que puede tener importantes consecuencias sociales, ya que comprender las causas de las emociones ajenas es un factor que contribuye de forma importante a la empatía.

Con la edad, la capacidad de reconocer e interpretar las manifestaciones emocionales ajenas mejora constantemente. Entre los 4 y 5 años, los niños saben inferir correctamente, por los movimientos corporales expresivos, si alguien está contento, enfadado o triste; al mismo tiempo dan explicaciones de por qué sus compañeros de juego están así. A medida que van creciendo empiezan a basarse más tanto en la información interna como en la situación al tratar de interpretar emociones.

El niño de esta edad puede asociar determinados acontecimientos con las emociones que provocan. Por ejemplo, el cumpleaños se asocia con la alegría, en cambio, perder un juguete con la tristeza.

Es en esta etapa en la que los padres y educadores deberían conversar con los niños sobre las emociones y sus causas para que se enriquezcan de un vocabulario emocional.

La comprensión de las causas de las emociones y, por ende, de las emociones ajenas es básica para el desarrollo de las relaciones sociales. Según algunos estudios, existe una gran relación entre esta habilidad y la aceptación por parte de los iguales. Así pues, si el niño reconoce los sentimientos de los demás puede desarrollar el sentimiento de empatía, lo que favorecerá la convivencia y la relación social, ayudados por la tercera habilidad que es la autorregulación emocional.

Autorregulación emocional

Es normal que un niño patalee y llore sin control, o que un niño pequeño tenga un berrinche ocasional, lo que sería de preocupar es que los padres de estos niños mostraran sus emociones de esta forma. La capacidad de controlar las propias emociones es una dimensión clave del desarrollo. El control emocional es el manejo efectivo de la activación para adaptarse y alcanzar una meta.

La meta de las habilidades socioemocionales es la autorregulación emocional, es decir, los niños tienen que concebir estrategias para regular y controlar sus emociones. Por ejemplo, los niños en edad preescolar comienzan a hablar

más y a referirse a sus sentimientos, los padres y otras personas cercanas suelen ayudarlos a enfrentarse de forma constructiva a las emociones negativas, haciendo que no presten atención a los aspectos más dolorosos de las situaciones desagradables (Los niños de 2 a 6 años cada vez manejan mejor a la excitación emocional desagradable dejando de prestar atención a los hechos que les asustan, pensando en cosas agradables para olvidar las desagradables y reinterpretando la causa de la aflicción de forma más satisfactoria).

Pero la autorregulación emocional también implica mantener o intensificar los sentimientos no sólo suprimirlos, por ejemplo manifestar ira puede ayudarles a enfrentar un abuso; o intensificar el orgullo puede ayudarle a un niño a desarrollar un concepto del yo fuerte en el ámbito académico

La regulación eficaz de las emociones supone la capacidad de suprimir, mantener o incluso intensificar la excitación emocional para enfrentarnos en forma productiva a los retos o a las personas. Algunas de las conductas del desarrollo para controlar las emociones durante la niñez son:

- Recursos de externos a internos: los bebés se basan principalmente en recursos externos como sus padres, para regular las emociones. Conforme los niños crecen, pueden ir regulando sus emociones de manera más interna.
- Estrategias cognoscitivas: con la edad se incrementan las estrategias cognoscitivas para regular las emociones, estrategias como pensar en las situaciones de forma positiva, la evitación cognoscitiva y el cambio de enfoque en la atención.
- Activación emocional: que es un estado de alerta o excitación que puede alcanzar niveles demasiado elevados para un funcionamiento eficaz, puede ser observada en niños, mientras mayor madurez, los niños son capaces de controlar su activación emocional (como controlar sus arrebatos de enojo).
- Elección y manejo de los contextos y las relaciones: conforme los niños crecen son mejores para seleccionar y manejar situaciones y relaciones en formas que reducen las emociones negativas.
- Afrontamiento del estrés: conforme los niños crecen, se vuelven más capaces de desarrollar estrategias para afrontar el estrés.

“Los padres pueden ayudar a sus hijos a controlar sus emociones, dependiendo de la forma en que hablan con sus hijos acerca de las

emociones, los padres pueden seguir un método de entrenamiento de las emociones o una anulación de las emociones”⁴⁴. Los padres que entrenan las emociones y supervisan las emociones de sus hijos, ven las emociones negativas de sus hijos como oportunidades de aprendizaje, los ayudan a dar nombres a las emociones y les enseñan formas de manejar las emociones de manera eficaz. En contraste, los padres que anulan las emociones, consideran que su papel es el de negar, ignorar, o cambiar las emociones negativas. Al interactuar con sus hijos, Los padres que entrenan las emociones son menos rechazantes, utilizan más el elogio y son más afectuosos que los padres que anulan las emociones. Comparados con los hijos de padres que anulan las emociones, los hijos de padres que entrenan las emociones pueden calmarse más a nivel fisiológico cuando se alteran, pueden controlar sus afectos negativos y enfocar su atención; además tienen menos problemas de conducta.

4.3 Desarrollo socioemocional del niño

“La cultura ejerce una poderosa influencia en las emociones. La cultura y la sociedad regulan la expresión de las emociones. Las emociones se originan en la interacción entre la persona y el ambiente. Las otras personas son elementos esenciales del entorno en el cual se producen las emociones. Por otra parte las emociones se pueden comunicar a otras personas. Todo esto indica una socialización de las emociones.”⁴⁵

Con la fusión de las emociones y las competencias sociales se va creando así el desarrollo socio-emocional en la niñez.

La socialización de las emociones.

El progreso del desarrollo emocional esta entrelazado con el desarrollo social. Esto es así no sólo porque las emociones se despliegan en un contexto social, sino por que ocurren aspectos más amplios del desarrollo emocional, entre ellos la regulación del afecto, dentro de la matriz de las relaciones de cuidado y atención al niño.

⁴⁴Santrock, John W. Desarrollo Infantil. 2007, McGraw Hill Interamericana, México, p. 65.

⁴⁵Bisquerra Alzina, Rafael. Educación Emocional y Bienestar, 2001, CISS PRAXIS, ESPAÑA p. 83.

El desarrollo del individuo social avanza a través de una serie de fases, desde las primeras semanas, en las que hay poca conciencia y posteriormente cuando se crea una conciencia inicial de sí mismo y de los demás, hacia las relaciones recíprocas, a un compañerismo lleno de interés en los años preescolares, en los que el niño ha interiorizado valores y posee los indicios del autocontrol. En este proceso, uno de los aspectos más significativos del desarrollo socioemocional es la transición desde la dependencia prácticamente total del bebé al funcionamiento autónomo posterior del niño.

“La socialización de la emoción se inicia en la infancia y se hace más compleja con la adquisición del lenguaje y el pensamiento abstracto. Esto implica el etiquetado de las emociones, el ajuste entre emociones y rol social, interpretar referencias sociales y comunicación no verbal (expresiones faciales), saber reconocer las emociones de los demás (empatía), etcétera”.⁴⁶

Los psicólogos se han interesado en saber cómo se van desarrollando las emociones a lo largo de la vida. Entre las edades de 6 y 12 años las experiencias escolares tiene una influencia en el comportamiento posterior, sobre todo en la adolescencia, los niños prodigio en control emocional son muy pocos, sin embargo es bastante frecuente encontrar niños y adolescentes con déficit emocionales acentuados. La auto-valoración que tiene el niño depende de situaciones externas.

Desarrollo emocional y social en el niño de 6 a 12 años.

La evolución emocional infantil está presente desde el nacimiento, puesto que los niños se expresan a través de gestos, sin embargo no es sino hasta los dos años cuando las emociones básicas están constituidas en sus diversos aspectos y a los cinco años se pueden encontrar emociones más complejas, a partir de esta edad se va trazando el estilo emocional personal dentro del campo que hace posible una determinada cultura.

⁴⁶Idem.

“La educación sentimental se configura a lo largo de toda la vida, pero estos primeros años son la base sobre la que se construye el resto del edificio.”⁴⁷

Edad	Experiencia y reconocimiento.
4-5 años	Reconocimiento de facilitadores de las emociones básicas.
6-7 años	Reconocimiento discriminante de las emociones propias y ajenas.
8-12 años	Conocimiento de las emociones propias y ajenas totalmente establecido.

La finalidad del desarrollo emocional implica la mejora del autoconcepto, la autoestima y la autoconfianza. El autoconcepto es la parte informativa de la concepción de sí mismo; lo que sabemos o pensamos de nosotros mismos: la constelación de elementos que una persona utiliza para describirse a sí misma. Es la concepción global que uno tiene de sí mismo, de sus habilidades e intereses, los cuales se expresan a través de la escuela, tiempo libre, familia y actividades en la comunidad.

4.4 Desarrollo de la autoestima en la niñez

La autoestima es la parte emocional; de cómo nos sentimos con nosotros mismos. Se basa en la combinación de informaciones objetivas sobre sí mismo y la evaluación subjetiva de esta información. La autoestima se refiere a tener sentimientos positivos hacia sí mismo y confianza en las propias capacidades para hacer frente a los retos que se plantea.

“La autoestima es la creencia acerca del propio valor, susceptible de dar origen y configurar ciertos sentimientos relevantes acerca de uno mismo y a través de ellos del propio concepto personal, de los demás y del mundo. El autoconcepto se entiende como el conjunto de cogniciones y actitudes que cada persona tiene respecto de sus aptitudes, capacidades, corporalidad, habilidades y destrezas, roles sociales, es decir, acerca de su entera personalidad.”⁴⁸

⁴⁷ Del Barrio, María Victoria. Emociones Infantiles. Evolución, Evaluación y Prevención. Madrid, Pirámide 2002, p. 82.

⁴⁸ Polaino-Lorente, Aquilino. Familia y autoestima. España. Ariel 2004, p.12.

Polaino - Lorante (2003), proponen diez formas de aproximación al concepto de autoestima.

- “1) Atribución de valor a uno mismo, aproximación apreciativa y valorativa.
- 2) Atribución de valor que los demás hacen, es el etiquetado social.
- 3) Atribución del valor de los resultados y logros obtenidos.
- 4) Atribución de sentimientos afectos y emociones respecto de uno mismo.
- 5) Creencia del propio valor, autoconocimiento y conocimiento de sí mismo.
- 6) Convicción de ser digno de ser amado por sí mismo.
- 7) La capacidad de experimentar el propio valor intrínseco.
- 8) Desarrollo del sí mismo, para ser la mejor persona posible.
- 9) La condición de “rehacerse” a partir de los “desechos” (aplicación psicoterapéutica)
- 10) Aproximación trascendente.”⁴⁹

La autoestima se basa en la interacción de tres dimensiones la cognitiva, la afectiva y la conductual, que operan en forma correlacionada, por lo que una modificación en una de ellas altera la función de las otras dos.

“La autoestima cuenta con dos aspectos interrelacionados: vincula un sentido de eficacia personal y un sentido de merecimiento personal. Constituye una suma integrada de auto-confianza y auto-respeto. Es el convencimiento de que uno es competente para vivir y merecer vivir.”⁵⁰

Se considera que una alta autoestima es una visión saludable de sí mismo. Por otra parte, una baja autoestima produce un comportamiento inseguro y desconfiado ante el mundo. Se teme en todo momento ser rechazado al intentar relacionarse con los demás. Esto puede producir comportamientos de exagerada timidez, por una parte, o agresividad por otra. Así pues, una autoestima positiva constituye un factor importante en el ajuste emocional y social.

⁴⁹Item. p. 29.

⁵⁰Idem.

Algunas de las técnicas que se emplean para potenciar la autoestima en el contexto psicoeducativo son:

- ✓ El entrenamiento asertivo.
- ✓ La técnica de modelamiento.
- ✓ El programa para desarrollar habilidades para la resolución de problemas.
- ✓ La reestructuración cognoscitiva.
- ✓ La aplicación de principios de psicología humanista.

El entrenamiento en habilidades sociales es una intervención para desarrollar deficiencias verbales en la comunicación durante las relaciones interpersonales. Para lograr el fortalecimiento de la autoestima se requiere de práctica, ya que los problemas, malos hábitos preceptuales y conductuales, necesitaron tiempo para establecerse y se requiere de un desaprendizaje para modelar nuevas respuestas ya que se trata de un proceso acumulativo.

En el caso de los niños la autoestima se está construyendo, de tal manera que es importante ofrecer los recursos y habilidades suficientes para que logren desarrollar sus potencialidades y puedan modificar su destino tanto personal como social. Los niños con una autoestima elevada se sienten satisfechos con la clase de persona que son; reconocen sus cualidades y sus defectos, suelen ser positivos sobre las características y competencias que presentan. Los niños con baja autoestima tienen una idea menos favorable del yo y suelen hacer hincapié en las deficiencias que perciben en vez de en las buenas cualidades que poseen.

La evaluación que los niños hacen de sí mismos y de sus competencias constituye un aspecto muy importante del yo que influye, en todos los demás aspectos de la conducta y del bienestar psicológico. Los niños con vínculos seguros con sus madres no solo se describen más favorablemente que los niños con apego inseguro, sino que también fueron considerados por sus profesores de preescolar más competentes y con mayor número de habilidades sociales, así que para los 4 o 5 años, los niños ya han establecido un sentido inicial y significativo de autoestima.

Entre los 4 y 7 años las autoevaluaciones de los niños se centran fundamentalmente en la aceptación social y la competencia general. Pero hacia los 8 años, se amplían las dimensiones académicas, motivación para el

logro, la competencia social, la aceptación de sus pares, y los niños se pueden expresar de manera más precisa sobre como los perciben los otros. Es decir, tanto el conocimiento de uno mismo como la autoestima dependen en buena medida de la forma en que los demás perciben nuestra conducta y reaccionan ante ella.

El fomentar la autoestima de los niños es una de las recomendaciones clave de la mayoría de los programas y puede ser especialmente importante para los niños que corren riesgos de padecer problemas de desarrollo, sin embargo, las causas de los sentimientos de autovaloración no son simples, pues comprenden factores sobre los que se tiene un control limitado como la capacidad académica, la apariencia física, la aceptación social, la competencia deportiva y el comportamiento, pero también se incluyen aspectos que se pueden controlar como las estimaciones de los padres a los hijos y las manifestaciones de amor y apoyo.

A continuación se describen las actitudes de los padres que, al parecer son más convenientes para el desarrollo de la autoestima en los hijos

- 1- Aceptación incondicional, con independencia de sus cualidades y formas de ser
- 2- Afecto constante, realista y estable, sin altibajos o cambios bruscos
- 3- Implicación de los padres con respecto de la persona de cada hijo, de sus circunstancias, necesidades y posibles dificultades.
- 4- coherencia personal de los padres en cuanto al estilo: educativo y límites claros.
- 5- Valoración objetiva del comportamiento de cada hijo.
- 6- Proveerles de la necesaria seguridad y confianza.

El ámbito escolar constituye un contexto de especial relevancia en el desarrollo del autoconcepto y la autoestima del niño. La imagen de sí mismo que ha comenzado a crear el niño en el seno familiar, continuará desarrollándose en la escuela, a través de la interacción con el profesor, las experiencias de éxito y fracaso escolar y el clima de las relaciones con los iguales.

Las relaciones sociales entre iguales que establece el niño en el ámbito escolar son esenciales para su desarrollo, ya que los compañeros o iguales son niños que están en fases similares de madurez cognitiva, social y emocional. En los años escolares se posibilitan el uso de estrategias de comunicación e interacción sincronizada que es cooperativa, empática y afectiva.

De acuerdo con numerosos autores, la influencia del grupo de iguales es especialmente significativa en aspectos como:

1. EL aprendizaje de actitudes, valores e informaciones respecto al mundo que los rodea.
2. La adquisición y desarrollo de la habilidad de percibir las situaciones desde el punto de vista del otro.
3. La formación de la identidad personal del niño.
4. La adquisición y desarrollo de habilidades sociales
5. El control de impulsos agresivos.
6. El proceso de socialización del rol sexual
7. EL nivel de aspiración educativa y el logro académico.
8. La posibilidad de disponer de importantes fuentes de apoyo en situaciones de estrés.

“El que un niño se desenvuelva de forma satisfactoria le permite crear las bases para su interrelación con el mundo, considerando como un indicador válido de salud psicológica”⁵¹

4.5 Interacciones padres-hijo

4.5.1 Prácticas parentales

Como se ha ido mencionando, el desarrollo del niño se vincula directamente con la relación e interacción que tiene con sus padres en los diferentes momentos de su desarrollo. Sin embargo, no se ha hablado con detalle sobre lo que implican estas funciones que los padres desempeñan y que se llaman prácticas parentales.

⁵¹Cava, María Jesús. La potenciación de la autoestima en la escuela.- Barcelona, México: Paidós, 2000. p. 73.

El concepto de prácticas parentales, crianza o “parenting”, que sería el término en inglés, se define como actividades con el propósito de asegurar la sobrevivencia y el desarrollo de los niños. Se deriva del verbo en Latín *parere*, que significa sacar adelante, desarrollar o educar. Así, la palabra, desde su raíz, se refiere más a la actividad de desarrollar y educar que a la persona que lo hace. Existen muchos casos en que esta persona no necesariamente es la madre o el padre, sino la abuela o abuelo, los tíos o cualquier otra persona que realiza las funciones de cuidado. Sin embargo, más allá de saber quién es esta persona, la importancia yace en que es una actividad o interacción que se lleva a cabo entre adultos y niños.

Dentro de las actividades parentales se consideran: el cuidado y el control, el cuidado implica no sólo el cuidado físico, sino también el emocional y el social, mientras el cuidado físico implica cubrir las necesidades básicas del niño, es decir, alimentación, sueño, aseo y prevención de enfermedades, el cuidado emocional se ocupa de brindar al niño interacciones estables y consistentes para que se sienta feliz, amado y pueda enfrentar la vida con seguridad; el social tiene el objetivo de propiciar que el niño se integre a la sociedad, asuma responsabilidades y cada vez mayor autonomía. Por su parte, el control se refiere sobre todo al control de la conducta, ya que los pensamientos y las emociones no pueden ser controladas en edades muy tempranas; aun cuando es a través de la conducta que se expresan los sentimientos y los pensamientos. Las actividades de control generalmente se basan en la predisposición personal de los padres y las expectativas culturales. Los intentos de control de los padres vienen de su propia historia; es decir, del tipo de control que ellos experimentaron y de la creencia que deriva en los métodos de control que consideran eficaces para sus hijos.

“La capacidad para ser madre está relacionada con la capacidad para regresar a un estadio en el que la mujer vuelva a ser el bebé de su propia madre, con todo lo que eso pueda significar en su propia historia. Tendrá pues que identificarse con el niño que lleva dentro, así como con su propia madre, tal y como ella la interiorizó. En la medida en que la madre es al mismo tiempo el bebé de su propia madre, su situación personal va a reavivar en ella las experiencias propias de su primera niñez. Así, revivirá experiencias Infantiles como la satisfacción, la frustración, el amor ávido y la agresividad que devora, mismas que constituyen las imágenes tomadas, rechazadas, vueltas a tomar y

remodeladas que serán proyectadas en la representación que la mujer ahora se hace de la madre que es y de la niña que fue”⁵².

Existen estudios de padres que por ejemplo han maltratado a sus hijos físicamente. Estos padres generalmente tuvieron una infancia en la que el cuidado que recibieron fue irregular o incluso inexistente, en la que la crítica y la censura fueron frecuentes y amargas, y en la que los progenitores o los padrastros se comportaron de manera violenta entre ellos y a veces con los niños.

Las pruebas sugieren que los Individuos que gracias a sus primeras experiencias son notoriamente propensos a desarrollar actitudes parentales desfavorables, son más sensibles de lo normal a lo que les ocurre durante y después del nacimiento de sus bebés. Al parecer, para estas mujeres las experiencias adversas en ese momento pueden ser la gota que derrama el vaso.

El sentimiento de una madre por su bebé y la conducta mostrada hacia él están profundamente influidos por sus anteriores experiencias personales, sobre todo aquellas que tuvo y puede estar teniendo aún con sus propios padres. Las mujeres cuya infancia ha sido perturbada tienden a entablar con sus niños una menor interacción que la que entablan madres con infancias más felices, en un periodo de la vida de sus bebés en que la cantidad de interacción que se produce está determinada casi totalmente por la madre.

Conocer el clima emocional de la familia es determinante para saber si el maltrato es un factor de riesgo. En familias disfuncionales generalmente existen patrones de maltrato intergeneracional, patrones de crianza inapropiados, incompetencia social, aislamiento de los sistemas de soporte, expectativas de los niños demasiado altas y reactividad ante la menor provocación de éstos.

De las muchas otras pautas alteradas de crianza que pueden tener su origen en la experiencia infantil, existe una que también se encuentra muy bien documentada en estudios sobre madres que maltratan a sus hijos. Se trata de la tendencia a esperar y exigir cuidado y atención por parte de sus propios hijos; en otras palabras, de invertir la relación.

⁵² Geissmann-Chambon, Claudine, Psicoterapias del niño y del adolescente. Madrid, Editorial Síntesis, 2008. p. 285.

En lo referente a las áreas funcionales de los niños, las que requieren atención por parte de los padres son las siguientes: a) salud física, b) funcionamiento intelectual y educacional, c) conducta social y d) salud mental. El foco de la actividad parental para la salud física es prevenir el daño que puede traer la negligencia, responder ante alguna dificultad y proveer oportunidades para un crecimiento positivo. Por otro lado, los padres deben apoyar el potencial del niño para desarrollar competencias intelectuales, educacionales y laborales. En cuanto a la conducta social, los padres pueden facilitar las respuestas apropiadas para las demandas cada vez más complejas y les sirven como modelo para la internalización de las normas culturales y legales.

Hay evidencias de que la calidad de crianza que reciben los niños tiene efectos sobre su desarrollo, factores de riesgo familiares como una crianza deficiente, conflictos familiares, maritales y separaciones, aumentan el riesgo de que los niños desarrollen diferentes tipos de psicopatologías. Específicamente, la falta de una relación cálida y positiva con los padres, apego inseguro, prácticas de disciplina inflexibles o inconsistentes, supervisión inadecuada, poco involucramiento con los niños y la psicopatología de los padres, aumentan el riesgo de que los niños desarrollen problemas emocionales y de conducta.

A pesar de que hay muchos factores implicados en el desarrollo de la psicopatología, se ha hecho mucho énfasis en el papel que juega la calidad de la relación padres e hijo. También mencionan que en estudios anteriores se ha demostrado que indicadores de la calidad de esta relación como lo son un apego seguro o la corrupción de la disciplina parental, predicen los problemas emocionales y conductuales del niño.

Finalmente, se consideran los requisitos para las prácticas parentales. Los padres necesitan diversos recursos para llevar a cabo las tareas de la crianza y éstos son: conocimiento y entendimiento, motivación, recursos y oportunidad.

El conocimiento y entendimiento se basan en las habilidades que tienen los padres para reconocer las necesidades de sus hijos. El progenitor debe entender el comportamiento o la condición de su hijo para responder adecuadamente. Estos recursos son el punto de partida esencial para una

crianza activa; implican el reconocimiento del estado del niño, la interpretación y la responsividad adecuada. El elemento del conocimiento incluye aspectos aprendidos acerca de las áreas funcionales anteriormente mencionadas y cualquier necesidad que surja de ellas. En cambio, el entendimiento implica una interpretación certera y comprensiva del estado del niño. Sin embargo, estos dos elementos sólo son útiles si se llevan a la acción de manera apropiada.

Durante el embarazo, el control libidinal de la mujer se va centrando cada vez más en el feto y en ella misma. Es un periodo en el que la mujer tiende a querer un poco más y en el que ama indistintamente al niño que lleva dentro y a su cuerpo que lo lleva. El nacimiento va a interrumpir este narcisismo y esta fusión y va a significar una ruptura y un trauma tanto para la madre como para el niño. Si la madre vive este nacimiento sólo como una modificación de su relación cuerpo a cuerpo con su hijo y si establece contactos corporales estrechos con él, permitiendo temporalmente alimentar la ilusión de que siguen unidos, el trauma se irá desvaneciendo. Si se da esta identificación estrecha entre madre e hijo, ella podrá aprender a sentirlo psíquicamente y empezar a presentir las necesidades y el estado de su hijo.

Por su parte, la motivación es el elemento necesario para actuar con base en el conocimiento. La motivación se refiere al deseo y compromiso de los padres de hacer lo necesario para mantener o mejorar el estado de sus hijos. Estar motivado para la crianza implica desde los elementos biológicos relativos al impulso de tener hijos, hasta las presiones culturales, el apoyo personal y social y las limitaciones ante todo esto. Cada progenitor dentro de una familia tiene cuatro tareas: él mismo, la pareja, los hijos y el trabajo.

Cada una de estas es demandante y conlleva un grado de complejidad, lo cual explica las dificultades a las que se enfrentan los padres que tratan de realizar una crianza lo mejor posible. En lo que se refiere a los recursos para las prácticas parentales, no sólo se incluyen los económicos, sino también las competencias psicológicas y sociales de los padres y el ambiente familiar y cultural en el que se desenvuelven. Se considera que dentro de los recursos más importantes para la crianza se encuentran: las cualidades, las habilidades, la red social y los materiales.

Las cualidades son las tendencias de crianza que surgen de las características fundamentales de la personalidad, estas son: calidez, inteligencia, estabilidad y habilidad comunicativa, al igual que estar libre de enfermedades serias tanto físicas como mentales.

Las habilidades de crianza no son innatas, a pesar de que la motivación para tener hijos está enraizada biológicamente la evolución humana ha dejado en claro que no hay patrones de respuesta innatos o competencias de fácil adquisición para padres novatos. Es por eso que necesitan ser adquiridas, ya sea de manera formal en algún programa de crianza o de manera informal, a través de la misma experiencia de crianza, ensayo y error con sus hijos u observando a otros padres.

La red social; es decir, las personas significativas que rodean a los padres son una fuente de empoderamiento fundamental. Los padres que están integrados en una red social benevolente, generalmente tienen mejores resultados que los padres que están excluidos.

Existen evidencias de que la pobreza es el predictor más poderoso de desventaja y vulnerabilidad en cuanto a la salud, educación, estabilidad familiar, conductas antisociales y salud mental en niños. Sin embargo, las variaciones en la calidad y contenido de la crianza dentro del mismo grupo socioeconómico demuestran consecuencias diferentes. Lo que parece ser la fuente principal de consecuencias dañinas no sólo es la pobreza en sí, sino el efecto de crear una “cultura de pobreza” de la que mucha gente fatalista parece no querer salir.

La oportunidad para realizar las prácticas parentales significa tener el tiempo, que aunque suena obvio, actualmente no es tan fácil en las culturas occidentales en desarrollo, en donde lo fundamental es trabajar y producir, y no sobra tiempo para la familia. Por lo visto, las prácticas parentales están condicionadas por variables múltiples y no es fácil desempeñarse adecuadamente como padres. Es evidente que hay una gran necesidad de apoyo para lograrlo.

Algunos de los principios fundamentales de la tarea de convertirse en padres exitosos son los siguientes: procurar enseñar con el ejemplo, evitando los preceptos, las instrucciones y la discusión. Se trata de aprender directamente de los padres las dificultades a las que se enfrentan, las recompensas que obtienen, y hablar con ellos de sus errores y sus éxitos. Para esto, se necesita contar con la cooperación activa de padres sensibles y atentos. Los adultos han olvidado su infancia y contemplan a los niños con mirada distante. Existe una igualdad fundamental entre los seres humanos de todas las edades. Algunos estudios indican que los niños están en conexión directa con una realidad esencial de la que nosotros ya no percibimos sino ecos deformes; que están dotados de capacidades que el adulto ha perdido: una relación íntima con las fuerzas de la naturaleza, la capacidad de comunicarse sin necesidad de palabras, una facultad imaginativa que los pone en relación directa con los mitos fundamentales de nuestra cultura. De ahí, tal vez, la sensibilidad de los niños con respecto a los cuentos y las leyendas.

Queda la reflexión de que como padres sólo podremos comprender a nuestros hijos si conectamos de nuevo con nuestra infancia olvidada, en términos de intervención, existen programas dirigidos a padres para sensibilizarlos y apoyarlos en su desempeño como tales. Muchos análisis han documentado la eficacia de intervenciones para padres como una aproximación para tratar un amplio espectro de problemas emocionales y conductuales en niños y sus familias. Los problemas de los niños están determinados por muchos factores; pueden experimentar trastornos externalizados o internalizados como consecuencia de conflictos maritales entre sus padres, por genética, dificultades temperamentales, psicopatología de los padres, las relaciones con sus hermano/as, enfermedades físicas o discapacidad, factores económicos y sociales y relaciones entre pares. Los padres son los expertos cuando se trata de su hijo/a, además de proveer información importante sobre su desarrollo, pueden identificar tanto las fortalezas del niño/a como las de la familia que los ayudarán a superar sus problemas.

Por otro lado, las variables de crianza han sido identificadas en repetidas ocasiones como factores de riesgo para el desarrollo tanto de la ansiedad como de la depresión en niños. Recientemente, se ha demostrado que cuando los padres adquieren mayores competencias y confianza en su papel como padres, otros factores de riesgo familiares asociados al desarrollo de

desórdenes de ansiedad y depresión se pueden reducir. Dentro de los efectos positivos que generan estos programas se encuentran: una reducción de los conflictos familiares, y en los padres, menos depresión, estrés, ansiedad, enojo, irritabilidad, abuso potencial y mayor auto-eficacia. Las intervenciones con padres tienen el sustento empírico más fuerte de todas las estrategias que actualmente están disponibles para promover la salud mental en niños y que tienen el potencial para reducir la prevalencia de los problemas emocionales y conductuales en niños. Además, consideran que las intervenciones parentales deben estar más al alcance de los padres para que se pueda efectuar un cambio potencial a nivel poblacional. Para lograr esto de forma óptima, se requiere el acceso a profesionales del sector salud, educación y asistencia social que están adecuadamente entrenados, así como una vasta campaña de educación comunitaria.

4.6 Las emociones en el proceso educativo

La educación emocional contribuye a la adaptación social y académica de diversos modos. En primer lugar, facilitando el pensamiento, el trabajo escolar y el desarrollo intelectual; implica la habilidad de emplear y regular emociones para facilitar el pensamiento, incrementar la concentración, controlar la conducta impulsiva y rendir en condiciones de estrés. También puede producir un incremento en la motivación del estudiante para realizar el trabajo académico. Uno de los componentes fundamentales de la inteligencia emocional que se incluye en la mayoría de definiciones es la capacidad de motivarse a uno mismo.

Las teorías actuales sobre motivación resaltan la influencia que ésta tiene sobre el rendimiento, el establecimiento de diferentes tipos de metas académicas, tales como de ejecución o rendimiento, debido a los diferentes patrones de motivación que generan en el alumno.

Otro mecanismo de actuación podría ser la facilitación de la interacción social. La adaptación social en el entorno escolar requiere establecer relaciones tanto con pares como con profesores, y por ello se ha visto que las habilidades emocionales juegan un papel crucial en la facilitación de esta interacción.

En la actualidad existen esfuerzos para desarrollar programas educativos que permitan desarrollar habilidades emocionales en los estudiantes a temprana edad, no debemos olvidar los siguientes aspectos. El primero de ellos es el importante papel del entorno escolar que se configura como un espacio privilegiado de socialización, el segundo, el rol del profesor como “educador emocional”, puesto que se convierte en un gran referente en cuanto a actitudes, comportamientos, sentimientos y emociones, y un tercer aspecto crucial, es el nivel de formación del profesorado en este tema y por último, la falta de materiales aplicables en el aula.

La educación emocional es un enfoque educativo que trata de reunir numerosos y heterogéneos programas, desde los que se dirigen a formar habilidades sociales, pasando por los programas de modificación cognitivo-conductuales o los programas de habilidades de toma de decisiones, hasta los programas de educación para la democracia, o los programas de prevención frente al suicidio, la violencia o el consumo de drogas.

4.7 Aspectos de la inteligencia emocional que se pueden trabajar en la familia

Las relaciones con los miembros de la familia, no solamente con los padres, sino también los hermanos, tíos, primos, abuelos, afectan las actividades y actitudes que presenten los niños con el mundo exterior.

Estudios han comprobado que las relaciones personales que se den en el hogar, como la posición del niño, en la familia tiene una gran influencia en el desarrollo ante la sociedad, el tamaño de la familia en la que crece el niño deja marcada las actitudes sociales, así como los patrones de comportamiento.

Las conductas sociales y las actitudes en los niños reflejan el trato que recibieron en el hogar. Las expectativas que tienen los padres motivan a los niños aprender a comportarse y ser aceptados ante la sociedad.

La influencia de la familia en los primeros años de vida es la más importante sobre las conductas sociales y actitudes de los niños. Si los niños crecen con padre democráticos son los que se adaptan mejor ante la sociedad. Los que sus padres son muy tolerantes resultan ser niños inactivos y retraídos. Los niños que tienen padres autoritarios tienden a ser calmados y no presentan

resistencia, su curiosidad y creatividad está muy limitada por sus progenitores.

Solamente los niños que tienen relaciones satisfactorias en su familia, pueden gozar de relaciones en grupos sociales, teniendo éxito en la sociedad.

Es fundamental que los padres muestren gran interés en las emociones que sus hijos están sintiendo ya sea de manera negativa o positiva y que los ayuden a experimentarlas y disfrutar cada una de las emociones, de esta manera el niño podrá tener una guía para que lo oriente en el manejo de sus emociones

La comunicación comienza desde la casa para fortalecerse en la escuela pero desde el momento en que nace el niño se le debe enseñar a platicar y comunicarse, porque los niños observan todo lo que sus padres hacen.

El desarrollo social de los niños comienza desde el hogar los padres les deben enseñar a sus hijos a convivir en grupos sociales, el principal es el de la familia, grupos de amigos, etcétera. Ya que de la forma en que los padres se lleve con sus amistades es la manera en que sus hijos podrán seguir el mismo ejemplo, en la selección de las amistades. Como padres tienen la responsabilidad de enseñarles a sus hijos a cultivar las amistades, esto debe de empezar a edades muy tempranas.

Es importante que los padres le enseñen a sus hijos a afrontar los miedos y problemas que vayan enfrentando durante el desarrollo de su vida, esto solamente lo podrán lograr si los padres nunca les ocultan los problemas y les hacen saber y comprender que todos los problemas tiene una solución y que se deben de enfrentar sin frustraciones y que se debe aprender de ellos además de que es mucho mejor si lo hablan y comparten con las demás personas.

Otro aspecto que influye en las emociones de los niños son los medios electrónicos y videojuegos. Es muy importante estar pendientes de los contenidos que ven los niños en la televisión e internet, así como también el tiempo que pasan frente a estas tecnologías ya que en exceso puede causar

que los niños aumenten sus niveles de ira y no puedan controlarla por los diversos programas que observan, en los últimos días estos aparatos son los que están educando y enseñando a gran parte de la niñez.

Los padres deben disponer de tiempo para convivir con sus hijos realizando juegos o actividades como servicio a la comunidad, pasar tiempo con sus hijos les ayuda a mejorar su imagen y generar confianza, aumentando los lazos de comunicación, de igual manera demostrarles preocupación por los demás, les ayudará a ser más sensibles y evitar que se metan en problemas.

Las formas claras y coherentes de disciplinar a los hijos y de respetar las normas, darán a los niños mayores habilidades de adaptación social, existen varios tipos de padres, pero los padres ideales son aquellos que enseñan con disciplina pero siempre dejando que sus hijos puedan tomar decisiones por sí mismos, enseñándoles disciplina y libertad al mismo tiempo.

Los padres deben enseñarles a sus hijos a aprender a enfrentar sus problemas, con ello sabrán manejar sus niveles de estrés y tendrán más confianza en sí mismo y aprenderán las habilidades sociales, que los ayudaran a convivir en diversos grupos sociales respetando reglas, normas y modales. Así mismo con el ejemplo, se les debe de demostrar y desarrollar la capacidad para resolver, superar la frustración y mantener un esfuerzo constante frente al fracaso, por eso es importante que los padres alienten a sus hijos a seguir intentando el reto, aun cuando se queje de que algo es demasiado difícil o inclusive cuando fracase en alguna actividad hay que impulsarlos a seguir adelante.

Sugerencias para Padres de Familia

Hoy en día, muchos padres de familia nos preguntamos si la forma en cómo estamos educando a nuestros hijos es la más adecuada, si estamos cumpliendo bien nuestra tarea como padres, es por eso que surge la necesidad de contar con propuestas que enriquezcan nuestra labor, nos permitan reflexionar y nos orienten sobre cómo ser mejores padres y consecuentemente formar mejor a nuestros hijos.

Es conveniente señalar también, que algunos padres y madres de familia, no concientizan la importancia e influencia que tienen sobre sus hijos, dan por hecho que su forma de educarlos es la correcta, cuando en muchas ocasiones no es así. Y cuando se dan cuenta que varios años que llevan “educando” a sus hijos han estado actuando erróneamente, es porque ya los problemas de los hijos son graves y más difíciles de solucionar; por lo que considero que es de suma importancia concientizar a los padres de familia la gran responsabilidad que se adquiere al tener hijos.

Esta información dirigida a los padres de familia pretende poner énfasis en que todos, al ser seres humanos, tenemos la capacidad de pensar, sentir y de actuar en consecuencia. A cada uno de nosotros nos mueve lo que pensamos y lo que sentimos, sin embargo en ocasiones, no somos conscientes de lo que sentimos y actuamos por reacción, lo que en algunos casos nos lleva a lastimar a nuestros semejantes en forma involuntaria o contribuimos a crear ambientes de tensión, situaciones que en ocasiones no sabemos cómo cambiar.

Por esto es importante como padres de familia atender a las siguientes sugerencias:

- ✓ Ayudar al niño a desarrollar su autoconfianza y autoestima por competencia. Estimularle a reconocer sus progresos y ejecuciones por lentas o limitadas que éstas puedan ser.

- ✓ Hacer a los niños demostraciones de cariño y aceptación a través de frecuentes abrazos, besos, caricias, cosquillas, etcétera, ya que necesita una gran cantidad de contacto físico y afecto.
- ✓ Recompensar a los niños por cualquier logro, con palabras alentadoras, sonrisas, gestos o palmadas en la espalda.
- ✓ Enseñar a ver el lado positivo de las cosas, reír y bromear con el niño. Ayudarle a descubrir y apreciar el humor y a reírse de sí mismo a la vez.
- ✓ Implicar a los niños en el establecimiento de reglas, regulaciones, limitaciones, esquemas, esparcimientos y otras actividades personales y familiares
- ✓ Darles responsabilidades familiares razonables y tareas de acuerdo a sus aptitudes y habilidades. Enseñarlos a realizarlas y luego celebrar su cumplimiento.
- ✓ Platicar con el niño cuando se porta mal y explicarle lo que usted siente acerca de su conducta; posteriormente decirle que ponga en práctica otras formas de conducta más aceptables y estimularle para que las lleve a cabo en el futuro.
- ✓ No emplee castigos físicos, recuerde que también se aprende observando.
- ✓ Insistir a los niños para que coopere socialmente jugando, ayudando y colaborando con otros miembros de la familia y comunidad. Proporcionándole oportunidades adecuadas para la participación social y elogiar la conducta cooperativa.
- ✓ Como padres es preciso ser tan constructivamente estables en la propia conducta como sea posible bajo diversas circunstancias. Recordar que cada vez que usted cambia su reacción conductual ante el niño, le confunde acerca de lo que usted espera o como desea que actúe.
- ✓ Intente no culpabilizarse por todos los problemas de su hijo, ya que usted no puede controlar cosas tales como la herencia o el entorno escolar comunitario completo. Haga lo mejor que pueda como padre y reconozca las cosas positivas que tiene su hijo.

- ✓ Empezar visitando la escuela y observando los éxitos y limitaciones de su hijo, platicar con el profesor y pedirle consejo acerca de las formas específicas en que usted podría ayudar o enseñar al niño en casa.
- ✓ Ayude al niño a identificar y corregir errores o equivocaciones que tenga en su desarrollo, demostrándole lo que debe hacer.
- ✓ Fomentar la capacidad del niño para concentrarse en lo que está haciendo, reduciendo en todo lo que sea posible, los estímulos altamente perturbadores en su entorno. Se ha de procurar facilitarle un lugar para trabajar o estudiar sin interferencias, en un ambiente armónico.

CONCLUSIONES

La sociedad está en constante evolución y como consecuencia de ello, los valores, expectativas y metas que plantea; así como las necesidades de los seres humanos cambian continuamente. Actualmente, la necesidad de la educación emocional queda plenamente justificada. Esto se debe a que el objetivo último de los profesionales vinculados al mundo de la enseñanza debería ser desarrollar al máximo las capacidades y habilidades de los estudiantes, así como compensar los aspectos más deficitarios que presentan, además de contribuir al desarrollo integral de la personalidad del alumnado, y en definitiva, al desarrollo humano.

Por medio de la presente investigación logré comprobar que la Inteligencia Emocional puede ser esa herramienta que ayude a los niños en edad escolar a mejorar su formación y desarrollo, mediante el aprendizaje de habilidades socioemocionales.

Las emociones organizan y crean nuestra realidad. El salón de clases y la escuela proveen diversas oportunidades para experiencias emocionales, en donde los cerebros de los estudiantes serán modificados por dichas experiencias. Las emociones dirigen la atención, crean significado y tienen sus propias vías de memoria. Regulan el comportamiento y nos ayudan a organizar el mundo a nuestro alrededor.

Es importante ofrecer a los padres, educadores e interesados en el tema, información y aspectos relacionados con la educación emocional, con la finalidad de propiciar que los niños puedan vivir de manera armónica y constructiva.

Como ya se ha mencionado, el primer referente en la construcción de la socialización es la familia, ya que proporciona modelos a los niños de conductas sociales, tales como escuchar, iniciar y mantener una conversación, así como las reglas de cortesía implícitas. Estas conductas sociales se amplían conforme la persona crece y se desarrolla en diversos ámbitos; a través de

mecanismos como el aprendizaje por experiencia directa, aprendizaje por observación, aprendizaje verbal.

Por otra parte, la educación emocional depende de la práctica, el entrenamiento y su perfeccionamiento y, no tanto, de la instrucción verbal. Ante una reacción emocional inadecuada, de poco sirve el sermón o la amenaza verbal. Lo esencial es ejercitar y practicar las capacidades emocionales desglosadas en el presente trabajo y convertirlas en una parte más del repertorio emocional del niño.

La Inteligencia Emocional (IE) no es sólo una cualidad individual. Las organizaciones y los grupos poseen su propio clima emocional, determinado en gran parte por la habilidad en IE de sus líderes. En el contexto escolar, los educadores son los principales líderes emocionales de sus alumnos. La capacidad del profesor para captar, comprender y regular las emociones de sus alumnos es el mejor índice del equilibrio emocional de su clase.

La transmisión de información, técnicas, herramientas, etcétera, a los padres de familia y/o familiares encargados del cuidado de los niños, tiene diversas vías tales como: pláticas, cursos, talleres, escuelas para padres, etcétera, por lo que mi aportación para la difusión de dicha información es la creación de un Blog en internet, que se puede consultar con gran facilidad ingresando a la siguiente liga. <https://temasdeinteligenciaemocional.blogspot.com/>

La idea de crear este blog, es debido a que en mi experiencia como madre de familia al asistir a las pláticas que ofrecen en las escuelas, he observado que a los padres de familia se les dificulta mucho asistir de forma presencial, por diversas cuestiones, a tomar estos cursos o talleres. Así mismo en la actualidad una gran parte de la población cuenta con algún dispositivo con acceso a internet y me parece que es más fácil acceder en diferentes horarios.

En esta página he ingresado diversa información sobre la inteligencia emocional (conceptos básicos, qué es y tipos de inteligencia) , las emociones (qué son, cuáles son y para qué sirven), desarrollo de habilidades socioemocionales en niños, la autoestima, sugerencias de lecturas, y

actividades-ejercicios a desarrollar por los padres, que considero serán de gran utilidad para obtener los conocimientos deseados, para estar en posibilidad de orientar a los niños, para que sean capaces de tomar decisiones que los ayuden en la construcción de su identidad personal y a prevenir o afrontar problemas. Así mismo en forma impresa realicé un folleto con la información más relevante del Blog, así como con la dirección, para distribuirlo en los grupos escolares a los que asisten mis hijos para su difusión.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGUILAR, Ramos Ma. Carmen. Revista Contextos de Educación. V. Octubre 2002. Págs. 202 — 215. Universidad de Río Cuarto. Córdoba. Argentina ISSN 1514-2655.
- ANTUNES Celso. Estimular las inteligencias múltiples: qué son, cómo se manifiestan, cómo funcionan. Editorial Narcea, S.A., Madrid, España 2006.
- BIGGE, Morris L. Teorías de Aprendizaje para Maestros. México: Editorial Trillas, 1975.
- BISQUERRA, Alzina Rafael. Educación Emocional y Bienestar .Colección Educación emocional. Barcelona: Praxis, 2000.BLANCO, Isauro, Padres comprometidos, familias felices. El valor de una buena educación. México: Norma 2004.
- BOWEN, James. Teorías de la Educación: Innovaciones importantes en el pensamiento educativo occidental. México: Limusa, 2008.
- CAVA, María Jesús. La potenciación de la autoestima en la escuela.- Barcelona, México: Paidós, 2000.
- CALERO Pérez, Mavilo. Constructivismo pedagógico: teorías y aplicaciones básicas. México: Alfaomega, 2008.
- CALHOUN, Cheshire y SOLOMON Robert ¿Qué es una emoción? En MAYA, Betancourt et inteligencia emocional y educación. Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio, 2003.
- COHEN1 Dorothy. Como Aprenden los Niños. México: Fondo de Cultura Económica (ECE), 1997.
- COOMBS, P.H y M. Ahmed. La lucha contra la pobreza rural, aportes a la educación no formal. Madrid, Tecnos, 1975.
- CORBELLA, Joan. Bienestar Emocional Reflexiones Sobre Cómo Disfrutar la Vida. Trad. Por María Sánchez Pérez. España: Planeta. 2005

- DEL BARRIO, María Victoria. Emociones Infantiles. Evolución, Evaluación y Prevención. Madrid, Pirámide 2002.
- DURKHEIM, Emile. Educación y Sociología. V ed. México: Colofón, 1991.
- ED LABINOWICZ. Introducción a Piaget. Editorial Pearson, México 1998.
- ESCRIBANO Gonzalez, Alicia. Aprender a enseñar: fundamentos de didáctica general. Cuenca, Universidad de Castilla, La Mancha, 2004.
- FELDMAN, Robert S. (Robert Stephen). Introducción a la Psicología. México, D.F.: McGraw-Hill Interamericana, c2003.
- FORGUS, Ronald H. Percepción: Proceso Básico en el Desarrollo Cognoscitivo. México: Editorial Trillas, 1972.
- GALLEGO, Domingo J. et al. Implicaciones Educativas de la Inteligencia Emocional. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia, 1999.
- GARDNER, H (1995) Inteligencias Múltiples. La teoría en la práctica. Barcelona: Paidós.
- GEISSMANN-CHAMBON, Claudine. Psicoterapias del niño y del adolescente. Madrid, Editorial: Síntesis, 2008.
- GOLEMAN, Daniel. La Inteligencia Emocional. Porque es más importante que el Cociente Intelectual. Trad. Por Elsa Mateo. 2ª. ed. México: Ediciones B, 2001.
- GONZALBO, Pilar. Compilador. Historia de la familia. México: Instituto Mora, UAM, 1993.
- GUTIÉRREZ Saénz, Raúl. Introducción a la didáctica. Naucalpan, Estado de México: Esfinge, 2001.
- HOCHLEITNER, Diez, Ricardo, en: Fregoso Iglesias, Emma, Margarita, Educación no formal: Educación para el cambio. UNAM, editorial Praxis, México, 2000.

- HUERTA Torres, Ángel Israel. Sustentante. La familia como transmisora de valores en la educación. 2005.
- IGLESIAS, Corizas Ma. José et al. El reto de la Inteligencia Emocional en Nuestra Sociedad. Coruña: Universidad de Coruña, 2004.
- JIMÉNEZ, Vélez Carlos Alberto. Neuropedagogía, lúdica y competencia. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio, 2003.
- KASUGA, Linda, GUTIÉRREZ, Carolina et al. Aprendizaje acelerado. Estrategias para la potencialización del aprendizaje. México: Grupo Editorial, 2000.
- LA BELLE, Tomas J. Educación no formal y cambio social en América Latina. México, ed. Nueva Imagen, 1980.
- LOPEZ DE BERNAL, María Elena y González Medina, María Fernanda. Inteligencia Emocional: pasos para elevar el potencial infantil. 2003, Grupo Dimas, 1ª ed.
- MAKARENKO, Anton Semenovich. Poema pedagógico. México: Cultura Popular, 1975.
- MARTINEAUD, Sopié. El test de Inteligencia Emocional. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, 1997.
- MARTÍNEZ Ruiz Víctor.-Habilidades para la Vida: Una propuesta de formación humana. Itinerario Educativo, XXVIII, 2014.
- MATTOS, Luiz Alves De, autor Compendio de Didáctica General. Buenos Aires: Kapelusz, 1974.
- MAYA, Betancourt Anobio et al. Inteligencia emocional y educación. Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio, 2003.
- MORIN, Edgar. Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. Barcelona: Paidós Ibérica, 2002.
- ORR, David. En: Educar ¿para qué?, 1ª. Ed. México 2006, Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

- ORTÍZ de Maschwitz, Elena María. Inteligencias múltiples en la educación de la persona. Buenos Aires: Bonum, 2003.
- POLAINO-LORENTE, Aquilino. Familia y autoestima. España. Ariel 2004.
- QUINTANA, José Ma. Pedagogía Familiar Madrid: Narcea, 1993.
- RIES, Bruno. El aprendizaje en la edad adulta. Texto disponible en la biblioteca del sitio web del Centro de Estudios en Educación de Jóvenes y Adultos y Formación Continua de Maestros www.nea.fe.usp.br. Acceso 09.09.2007.
- SANTROCK, John W. Desarrollo infantil. México: McGraw Hill Interamericana, 2007.
- SARRAMONA, López Jaime. Fundamentos de educación. España: CEAC, 1997.
- SARRAMONA, López Jaime. Teoría de la Educación: Reflexión y normativa pedagógica. Barcelona, Ariel, 2000.
- SCHUNK, Dale H., Teorías del aprendizaje. México: Prentice-Hall Hispanoamericana, 1997.
- TORRES, Martin César. La educación no formal y diferenciada: Fundamentos didácticos y organizativos. Madrid, Editorial CCS; 2017.
- VICENTE Pérez, Francisco de. Psicología del aprendizaje. Madrid: Síntesis, 2010.
- VYGOTSKY, L. S, Obras escogidas II. Moscú: Editorial Pedagógica, 1982
- WOOD, Robert. Mide tu inteligencia emocional. Barcelona: Gestión 2000.
- Enciclopedia general de la educación / Barcelona : Océano, c1999
- Diccionario de pedagogia : 500 terminos especializados / México, D.F. : Pax, c 2001
- <https://www.educaedu.com.mx/centros/crefal>.