



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA
DE MÉXICO**

FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS

COLEGIO DE PEDAGOGÍA

**INTELIGENCIA EMOCIONAL.
PROPUESTA DE UN TALLER PARA PADRES.**

TESINA

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

PRESENTA

YESSICA ANABEL LÓPEZ VELÁZQUEZ

ASESORA: DRA. MARGARITA MATA ACOSTA.

MÉXICO D.F.

2011



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.

AGRADECIMIENTOS.

Este trabajo representa una etapa de mi formación profesional, en la que debo agradecer a cada uno de los que fueron parte fundamental en este proceso:

Dios gracias por permitirme consolidar este momento tan importante de mi vida.

Mamá gracias por tu cariño y apoyo. Eres la mejor mamá del mundo. Te quiero mucho.

Ximenita, mi princesa sabes que te amo y que tú eres la razón y el motivo que me lleva a realizar cada acción en mi vida.

Fernando gracias por estar a mi lado, por tu apoyo y tu paciencia. ¡Lo logré! Te amo.

Enrique y Jenny, gracias por ser los mejores hermanos, por su cariño y por compartir con ustedes grandes momentos como éste. Los quiero mucho.

China y Sita, mis segundas mamás, las quiero mucho y gracias también a ustedes es que he llegado hasta aquí.

Tía Chatis, Beto y Panina, gracias por todo su cariño y por el apoyo que me han brindado día con día. Los quiero.

Profesora Margarita quiero agradecerle infinitamente por todo su apoyo, por brindarme parte de su tiempo, experiencia y conocimientos para guiarme en la realización de este trabajo.

Por último quiero dedicarle este trabajo a mi abuelita Sarita. Gracias abuelita por tu amor, tus cuidados; porque sé que desde dónde estás eres parte de este logro.

A mis angelitos Gustavito y Alicia, los amo mis amores, y esto es por ustedes también; donde quiera que estén los llevo siempre en mi corazón.

INDICE

INTRODUCCIÓN.	4
LA EDUCACIÓN Y LAS EMOCIONES.	6
EDUCACIÓN.	6
EL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES.	10
EMOCIONES Y SENTIMIENTOS.	13
LAS EMOCIONES EN EL PROCESO EDUCATIVO.	15
CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACION EMOCIONAL.	17
INTELIGENCIA EMOCIONAL.	20
LAS EMOCIONES.	20
ANTECEDENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	21
LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE GOLEMAN.	25
PRINCIPIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	30
DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO.	32
EL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO.	32
MADURACIÓN Y APRENDIZAJE. BASES DEL DESARROLLO EMOCIONAL.	36
ETAPAS DEL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO DE 0 A 6 AÑOS.	37
LA FAMILIA Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.	49
EL PAPEL DE LA FAMILIA.	49
ASPECTOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL QUE SE PUEDEN TRABAJAR EN LA FAMILIA.	53
EDUCACION. FAMILIA Y ESCUELA.	62
PROPUESTA DE TALLER PARA PADRES: COMO POTENCIAR EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS MENORES DE 6 AÑOS.	65
JUSTIFICACIÓN.	65
PROPÓSITO DEL TALLER.	66
OBJETIVOS DEL TALLER.	66
METODOLOGÍA DEL TALLER.	66
CONTENIDO DEL TALLER.	67
MATERIAL Y RECURSOS DIDÁCTICOS.	68
CARTA DESCRIPTIVA.	69
CONCLUSIONES.	73
BIBLIOGRAFIA.	76

INTRODUCCIÓN.

El tema de este trabajo surge de la inquietud e interés permanente por apoyar el desarrollo integral de los niños y ante la observación continua de que la escuela se centra en la enseñanza del conocimiento y deja fuera o como algo de menor importancia la enseñanza de las emociones y su manejo por parte de los pequeños.

¿De qué manera un taller dirigido a padres los puede apoyar en el manejo y desarrollo de las emociones de sus hijos? Con esta pregunta de inicio y observando que en la actualidad resulta necesario orientar a los padres, a los tutores o a los futuros padres para que cuenten con los elementos para formar y educar a sus hijos ya que no se nace sabiendo ser padre, así es como surge este trabajo.

El presente trabajo aborda la importancia de trabajar con las emociones desde la infancia, recuperando la postura de Inteligencia Emocional trabajada básicamente por Goleman, con el propósito de apoyar el desarrollo integral de los niños, centrándonos en la propuesta de un taller dirigido a padres para que desde la casa se impulse el trabajo con las emociones.

En el primer capítulo se habla de los diferentes enfoques que se le dan al concepto de educación, desde autores como Durkheim y su vinculación con el estudio que se ha hecho de las emociones desde Darwin hasta Peter Salovey.

En el segundo capítulo se expone lo que se conoce como Inteligencia Emocional, así como sus antecedentes desde Platón hasta los estudios psicológicos más recientes, con especial énfasis en la Inteligencia Emocional y principios que establece Daniel Goleman.

En el tercer capítulo se presenta el desarrollo emocional del niño desde que nace hasta que cumple 6 años, tomando en cuenta su maduración y el aprendizaje como bases para el desarrollo emocional.

El cuarto capítulo nos habla sobre la labor que tiene la familia para favorecer el desarrollo emocional de los niños, así como los aspectos de la Inteligencia Emocional que se pueden desarrollar dentro de la familia, como es la motivación.

El quinto capítulo plantea y desarrolla la propuesta de un Taller para Padres, cuyo tema es *Como potenciar el desarrollo de la Inteligencia Emocional en niños menores de 6 años*, con el propósito de ofrecer apoyo a los padres o tutores en la formación integral de los niños, incorporando el trabajo con las emociones.

Finalmente se presentan las conclusiones, producto de la elaboración de este trabajo.

LA EDUCACIÓN Y LAS EMOCIONES.

EDUCACIÓN.

El término educación tiene diversas definiciones; algunos autores como Durkheim¹ la reconocen como el medio de socialización privilegiado mediante el cual las generaciones adultas incorporan a las más jóvenes a la sociedad, sin embargo, tomando en cuenta el contenido de este trabajo haré referencia al significado que le da Jaime Sarramona, quien dice que *La educación es un proceso esencialmente dinámico que se produce entre dos personas que proporciona las metas y ayuda para alcanzar las metas del hombre, partiendo de la aceptación consciente del sujeto, que pretende el perfeccionamiento del individuo como persona, que busca la inserción activa y consciente del individuo en el medio social, lo que significa un proceso permanente e inacabado a lo largo de toda la vida humana, de lo que resulta, aunque no en forma definitiva, una situación duradera y distinta del estado original del hombre.*²

Es por esto que se puede decir que a lo largo de la vida, el ser humano se está educando continuamente; no sólo los niños son el objetivo de la educación cuando asisten a la escuela, los adultos también continúan aprendiendo y educándose a lo largo de su vida y todos aprendemos aún fuera de la escuela.

Corbella en su obra dice que *educar es fundamentalmente, una experiencia de relación en la cual interactúan las personas para enriquecerse y permitir el adecuado desarrollo de la personalidad y el reconocimiento de uno mismo.*³

De tal manera los seres humanos si bien han hecho grandes avances en la ciencia y en la tecnología, requieren para su adecuado desarrollo de trabajar con sus emociones, pues resulta fácil observar que pese a todos los adelantos tecnológicos, el ser humano tiene en ocasiones dificultades para establecer relaciones humanas. Somos intolerantes, hay guerras entre los países, pérdida de los valores humanos, etc. Algunas personas como Edgar Morin consideran

¹ DURKHEIM, Emile. Educación y sociología. Ed. Colofón, 3ª ed. México, 1991.

² SARRAMONA, López Jaime. Fundamentos de Educación. Ed. CEAC, España, 1997. Pág. 32.

³ CORBELLA, Joan. Bienestar emocional. Ed. Planeta, España 2005. Pág. 175.

que es posible modificar esto a través de la educación. La educación debe abordar la enseñanza de la comprensión, señala este autor en su texto sobre Los Siete Saberes de la Educación, donde indica que es necesario considerar una educación para la comprensión no sólo de los conocimientos, sino también entre los sujetos⁴, de forma que sirva para las relaciones interpersonales e intergrupales de los individuos, la convivencia y el futuro de la humanidad.

Sin embargo, ha existido la tendencia por asociar la educación principalmente con el desarrollo de la racionalidad en términos de economía de mercado. Con la visión de la educación a través de la metáfora de mercado, la racionalidad desde el conocimiento de la realidad “objetiva” o de datos contables y directamente observables, pasaría a ser una mercancía más, que como cualquier otro artículo o servicio tiene un precio y se compra o se vende; los alumnos se convierten en consumidores de productos, los padres deciden el comercio al cual ir a comprar, los profesores son agentes que dispensan el servicio demandado por los clientes, y los administradores son los árbitros de todo ese juego, una lógica, unos intereses y un lenguaje que se expresa en la búsqueda de la excelencia, innovación, competitividad, control de resultados, eficacia, mejora de las calificaciones, venta de servicios, destrezas, círculos de calidad, centros eficaces, son aspectos en los que tienden a centrarse las escuelas y dejan de lado el trabajo con las emociones.

Desde esta perspectiva es que se ha tendido a relacionar la educación y la escuela con el aspecto cognitivo, el intelecto y la obtención de bienes materiales; dejando de lado las emociones, los sentimientos, los sueños, las pasiones, en fin toda el área que podemos relacionar con el terreno afectivo. Desde esta perspectiva la escuela y los padres impulsan el que los alumnos obtengan las mejores calificaciones, creando así un ambiente competitivo entre los niños; lo que lleva a que éstos a su vez recurran en ocasiones a medios deshonestos para obtener buenas calificaciones, dejando de lado valores como son la honestidad, el respeto, etc.

La experiencia educativa se ha convertido en un culto a la información, donde únicamente se transmiten conocimientos, conceptos, información procesada,

⁴ MORIN, Edgar. Los siete saberes de la educación. UNESCO. Pág. 47

etc. Al parecer, desde esta forma de entender la educación, en la escuela se le ha dado más importancia a cuánto saben los alumnos en términos de conocimientos, que los aprendizajes relacionados a los sentimientos y las emociones que tienen que ver con la forma en que enfrentan y se ubican en la vida.

El objetivo de la educación escolar a tendido a desarrollar la mente racional de los alumnos, alimentar su cerebro de conocimientos, hacerlos reflexivos y analíticos con base en los conocimientos objetivos de la realidad externa; cabe mencionar que estos aspectos si bien no son desfavorables, con el desarrollo de este trabajo se trata de ampliarlo y enriquecerlo, anclándolos en la vida misma de los sujetos y sus interacciones desde las emociones.

Si bien la enseñanza escolar puede ser vista únicamente como el aprendizaje de objetivos preestablecidos con base en conocimientos objetivos, aprendizajes racionales y sistemáticos, en el sentido de lo que se espera del alumno, aprendizajes que funcionan para obtener en ocasiones buenas calificaciones, pero no así para que los estudiantes logren establecer relaciones afectivas con otros seres humanos en forma satisfactoria y estrecha.

Esta forma de llevar a cabo la educación ha olvidado, como ya se mencionó que la educación no se limita a la enseñanza escolar y tiene que ver también con el desarrollo de la personalidad y el reconocimiento de uno mismo desde sus emociones. Lo que cuenta principalmente en la escuela es, al parecer, cuanto sabe el alumno en términos de conceptos o información sobre determinados fenómenos o hechos y en este sentido se impulsa la racionalización en términos de construcciones mentales que atienden lo general y externo a la vida de los sujetos. Racionalidad que sobre información, funciona únicamente dentro de la escuela para fines de evaluación.

Como se mencionó al inicio, en este trabajo entendemos la educación en un sentido más amplio, como una experiencia cuyo objetivo es el desarrollo de los seres humanos que se sostiene en la relación entre dos o más personas y en la cual intervienen elementos subjetivos e intrasubjetivos desde la información que procede de las emociones y sentimientos tanto compartidos como vividos individualmente. Así la educación abarca el mundo de las emociones, pues son

ellas un motor importante que puede impulsarla y dar sentido. Así, la información del mundo vinculada con los afectos, permitan dar sentido a dicha información transformándola en un saber para cada uno, desde el cual desarrollar su vida; así como también establecer vínculos con sus compañeros y maestros no en términos de competencia o subordinación, sino de colaboración y acompañamiento.

Como pedagogos es importante entender a la educación como un proyecto integral, dirigido a formar sujetos, que no esté orientado únicamente a la parte racional de los seres humanos o demandas del mercado, sino que abarque también la parte emocional y afectiva de los hombres. El desarrollo personal está determinado por la adecuada interacción de todos los aspectos que conforman a la persona, como son el aspecto racional, emocional y cultural.

Debemos percibir a las personas no sólo de manera objetiva, sino que cuando percibamos a otra persona nos identificamos con ella y nos identificamos con nosotros mismos. Es decir, establezcamos un vínculo empático a partir de la experiencia de mis emociones. Comprender a los demás implica un proceso de empatía, de identificación y de proyección, si vemos a un niño llorando lo comprendemos identificándonos con nosotros mismos y con él.

Buscar poner énfasis en el aspecto emocional dentro de todo proceso educativo, pretende contrarrestar el hecho de que en la actualidad se está dejando de lado la parte afectiva de los individuos; siendo que lo emocional es tan importante como lo racional pues para superarse no basta con tener todos los conocimientos necesarios, sino también saber relacionarlos, ser mejores personas y tratar de ser felices. El desarrollo de la inteligencia entendida como la capacidad de adaptación al medio, es inseparable de la afectividad, debido a que ésta no solo puede fortalecer el conocimiento, sino darle sentido y dirección.

De tal manera, es conveniente aproximarnos a pensar la educación no únicamente como un proceso de asimilación de información o aportación de conceptos que describen la realidad para aprehenderla desde una mirada académica o escolar. Como pedagogos, es importante que pongamos atención a las emociones como factor constitutivo de todo sujeto de la educación.

EL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES.

A lo largo de la historia han surgido varios especialistas que investigan y estudian las emociones, planteando hipótesis y teorías sobre éstas. A continuación hacemos un breve panorama general de algunos de estos estudios.

Ya desde Darwin (1872), encontramos que estableció una conexión general entre las emociones del hombre y las reacciones afectivas e instintivas de los animales. Él decía que los sentimientos del hombre (interior del alma humana) eran de origen animal, así como las pasiones terrenales del hombre e inclinaciones egoístas. Con base en lo cual, los psicólogos positivistas franceses (1896) desarrollaron las ideas sobre el origen biológico de las emociones humanas a partir de las reacciones afectivas e instintivas de los animales, surgiendo así la *Teoría de los rudimentos*⁵, la cual explica que los movimientos expresivos que acompañan nuestro temor son considerados como restos rudimentarios de las reacciones que presentan los animales cuando están en peligro y huyen y se defienden; y además que los movimientos expresivos que mostramos cuando estamos enojados, son considerados como los restos rudimentarios de las expresiones de los animales cuando atacan a sus víctimas.

El psicólogo francés Ribot (1897) expresó que *las emociones son el único sector de la psique humana o el estudio dentro del estado, que pueden ser comprendidas sólo retrospectivamente*.⁶

Por su parte, los psicólogos Langue y James (1884) se propusieron encontrar la fuente de vida de las emociones, haciendo a un lado el enfoque retrospectivo de las emociones humanas; para ellos el proceso emocional se desarrollaba de la siguiente manera: *un acontecimiento externo o interno genera una emoción, la sensación de esta emoción y la expresión corporal*. James clasificó a las emociones en dos: las inferiores, en términos biológicos, teniendo un origen

⁵ VYGOTSKY, L.S. Obras escogidas II. Editorial Pedagógica, Moscú, 1982, Pág. 404.

⁶ IDEM.

orgánico, tales como el terror, la ira y la desesperación; y las emociones superiores, las cuales no presentan los animales como son el sentimiento religioso, el amor, la sensación estética; ya que éstas están entrelazadas en nuestros procesos de pensamiento y en la cultura. Con su teoría, estos autores eliminaron la idea de que las emociones eran independientes de la vida psíquica del hombre. A su vez, *Cannon* (1885) fisiólogo norteamericano ligó el mecanismo de las emociones con el cerebro, incorporando las reacciones emocionales al contexto anatómico y fisiológico en general.

Por su parte, Freud demostró la ambivalencia de las emociones en las etapas tempranas del desarrollo señalando que las emociones no han sido siempre lo que conoce el hombre adulto; en las etapas tempranas del desarrollo infantil fueron distintas manifestando que no son un estado dentro de otro y que deben ser comprendidas en el contexto de toda la vida humana. Sólo ahí alcanzan su sentido y significado los procesos emocionales.⁷

Otro psicólogo que estudió las emociones fue Alfred Adler (1911), de origen alemán, quien señaló que *la emoción además de guardar una relación con la situación instintiva en que se manifiesta, es uno de los momentos que forma el carácter del hombre en su vida; es decir, se relaciona la emoción con los momentos de la formación del carácter, con los procesos de organización y formación de la estructura psicológica fundamental de la personalidad.*

L.S. Vygotsky (1882- 1934) por su parte, considera que en el desarrollo del niño las emociones y los pensamientos cognitivos actúan como una unidad y se afectan entre sí. El desarrollo del niño se ve involucrado directamente por la sociabilidad, debido a que las interacciones del niño con otras personas son las que aportan los elementos para su desarrollo.

La idea principal de Vygotsky sobre las emociones es que éstas son las que dan sentido y dirigen el pensamiento. Señala que las emociones existen en una forma objetiva en primera instancia. Y en una segunda, de forma social, que tiene que ver con los términos o palabras con las que se nombran las sensaciones de los sujetos, y que llama sentimiento, a partir de los cuales se

⁷ VYGOTSKY. IBIDEM, Pág. 414.

incorporan y pueden manifestarlas en obras de arte, que son los instrumentos sociales mediante los cuales se transforman las emociones: primero se incorporan de lo social, luego se expresan en forma particular y pueden impactar o modificar la visión de otras personas, que a su vez expresarán otras emociones.

Piaget, al igual que todos los autores señalados anteriormente (1896-1980), igualmente marca que las funciones intelectuales y afectivas son dos procesos que participan en toda acción, y que están influidos por la socialización desde la infancia. Todo acto intelectual se ve afectado por las emociones y en las emociones interviene la parte intelectual. Identifica en la actividad mental estructuras motrices e intelectuales y estructuras afectivas: divide las estructuras intelectuales y afectivas en dos dimensiones: *intrapersonal* e *interpersonal*. Sin embargo, es preciso señalar que a diferencia de Vygotsky no le da tanta importancia al aspecto social como formador de las emociones.

El conductismo por su parte a través de Watson (1919), identificó tres emociones básicas como conductas observables: miedo, ira y amor. Las cuales se explican en relación con las condiciones externas. En términos de estímulo, respuesta y refuerzos. Así se explica que la ansiedad o el miedo es la forma condicionada de la reacción al dolor. (Fernández Abascal, 1995; 358).

La postura cognitiva por su lado, postula que las emociones son una serie de procesos cognitivos (valoración, interpretación, etiquetado, afrontamiento, objetivos, control percibido, expectativas) que se sitúan entre la situación de estímulo y la respuesta emocional. La actividad cognitiva determina la cualidad emocional.⁸

Stanley Shachter y Jerome E. señalan que una emoción es una reacción fisiológica, pero también es una actividad cognoscitiva que pone una etiqueta, o sea que identifica la emoción de cierto tipo, y que abarca un conocimiento apropiado de las circunstancias.⁹

⁸ VYGOTSKY, IBIDEM. PÁG. 38.

⁹ CALHOUN, Cheshire y Solomon Robert. ¿Qué es una emoción? Citado en MAYA, Betancourt et al. Pág. 35

Dependiendo la situación que estemos viviendo va a ser nuestra reacción emocional. Una misma situación puede generar distintas emociones en diferentes personas. Y una misma persona, en una misma situación puede presentar emociones diferentes en momentos diversos.

De lo hasta aquí expuesto encontramos que para algunos autores las emociones tienen su origen en el cerebro humano como órgano en el que se registra la sensación. Y que los procesos emocionales se encuentran en estrecha relación con los procesos psicológicos del hombre como es el aprender, hablar, pensar, siendo que la forma en como se expresan las emociones en términos de sentimientos tiene que ver con la cultura. En este sentido si bien se reconoce un sustrato biológico se considera que es el contexto social y las relaciones humanas o que caracteriza la forma de manifestar y nombrar las emociones y que tiene que ver con la manera en como expresamos nuestros sentimientos.

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS.

En nuestro lenguaje, muchas veces se habla de sentimientos y emociones como si se tratara de lo mismo, es decir, como si fueran sinónimos, ocasionando que se produzcan confusiones en lo que a estos temas se refiere; ya que son dos conceptos diferentes, veamos:

La palabra **emoción** proviene del latín **movere** (mover), y el prefijo **e**, que significa mover hacia fuera, sacar fuera de nosotros mismos. Por lo tanto, las emociones conducen a la acción.

La vivencia de una emoción tiende a ir acompañada de reacciones involuntarias (tensión muscular, lagrimeo, sudoración, sonrojarse) y voluntarias o adquiridas culturalmente (expresiones faciales y verbales, comportamientos, acciones, por ejemplo, gritar, reír, golpear, decir groserías, entre otras).¹⁰

¹⁰ BISQUERRA, Alzina Rafael. Educación emocional y bienestar. Colección Educación emocional. Ed. Praxis, Barcelona, 2000. Pág. 61.

Desde esta postura, una emoción es una combinación de aspectos fisiológicos, sociales y psicológicos que surge como respuesta vital de una necesidad o motivación.

*Existen 3 niveles en los cuales se manifiesta una emoción:*¹¹

Neurofisiológico, el cual se refiere a las respuestas involuntarias, entre las cuáles están: taquicardia, sudoración, respiración, presión sanguínea, etc.

Conductual, hace referencia a las expresiones faciales: tono de voz, volumen, movimientos del cuerpo, del rostro, etc.

Cognitivo, referente a la vivencia subjetiva, lo que denominamos como sentimiento; permite darle nombre a una emoción, de acuerdo a nuestro lenguaje.

Las **emociones** son impulsos que comportan reacciones automáticas y constituyen un conjunto de sistemas de adaptación al medio. En cambio, *los sentimientos son bloques de información integrada, síntesis de datos de experiencias anteriores de deseos y proyectos del propio sistema de valores y de la realidad*¹², donde tienen que ver los aspectos culturales y situaciones de existencia particulares.

Un **sentimiento** se origina a partir de una emoción y dura más que ésta, ya que las emociones se presentan de inmediato y de forma visceral. Una emoción puede durar de algunos segundos a varias horas, en cambio un sentimiento puede presentar una duración indefinida. En este sentido las emociones están estrechamente vinculadas con los órganos y los sentimientos con la forma cultural de expresar las emociones.

Las emociones y los sentimientos originan que las personas presenten un determinado estado de ánimo; un ejemplo de un estado de ánimo es la depresión.

¹¹ IBIDEM, Pág. 62.

¹² SEGURA, Morales Manuel. Educación de las emociones y los sentimientos. Ed. Narcea. Madrid, 2003. Pág. 15.

Para Goleman (2001) las emociones son impulsos que nos hacen realizar determinadas acciones y este autor marca la diferencia entre sentimientos y emociones al indicar que los sentimientos se originan a partir de las emociones y tienen que ver con la cultura a la que pertenecemos.

LAS EMOCIONES EN EL PROCESO EDUCATIVO.

La situación que estamos viviendo actualmente problemática y cambiante, en la que se están perdiendo los valores y en donde cada día adquieren más importancia los avances científicos y tecnológicos, se resta valor a la parte emotiva de los individuos y plantea la importancia de impulsar una educación integral no sólo en la escuela que incluya objetivos para alcanzar una formación racional en estrecha relación con una formación emocional. Sin embargo, es seguro que resulta mucho más fácil enseñar literatura o matemáticas que enseñar a identificar las emociones y vivir en consecuencia a ellas.

Al educar transmitimos valores, conocimientos y habilidades, que al no darnos cuenta de esto, se incorporan en lo que la escuela se ha llamado curriculum oculto, que en ocasiones lleva a reproducir formas ineficientes de relacionarnos, tanto en la familia como en la escuela, pasando estas formas de una generación a otra.

Poner énfasis en la enseñanza de las emociones permite desarrollar los recursos, la capacidad para pensar y reconocer la propia identidad y los sentimientos. No sólo se trata de enseñar habilidades que nos permitan acceder a un empleo, sino también habilidades para desarrollarnos plenamente como seres humanos, de tal forma que las emociones pasen del currículo oculto que cada uno descifra, a un currículo vivido en forma consciente desde el cual se refuerce y de sentido a los conocimientos escolares.

No sólo se requiere un ser humano pensante, racional separado de un ser humano afectivo y emocional, sino un ser humano completo, equilibrado.

La vida emocional y sentimental de las personas al parecer carece de la importancia suficiente para considerarla dentro de la formación escolar y más aún dentro del currículo escolar.

*Reconocer y educar las emociones, puede ser una buena alternativa, primero, para una mejor aproximación a una verdadera educación integral y segundo, para contribuir de una manera más legítima, a construir un mundo y una sociedad que tengan como propósito central y esencial el desarrollo, en función de la mayor significación, respeto y felicidad del ser humano.*¹³

La educación emocional debe abarcar temas como:

- Tener conciencia de uno mismo.
- Reconocer los sentimientos y saber expresarlos.
- Aprender a relacionar sentimiento – pensamiento – reacción.
- Descubrir las consecuencias de nuestras acciones.
- Manejar nuestras emociones.
- Saber que hay detrás de cada sentimiento.
- Empatía.
- Saber tener buenas relaciones sociales.

La educación al promover la inteligencia en forma general, no puede olvidar lo que algunos autores han llamado inteligencia emocional. Esta inteligencia se construye a partir de conocimientos y de experiencias, que ya posee el individuo, relacionándolos con las emociones y sentimientos que una nueva información nos provoca, a fin de contar con herramientas para enfrentar y resolver no solo los problemas de áreas específicas del conocimiento científico sino también del mundo de la vida cotidiana en donde están las relaciones y los afectos.

En relación con esto, *Edgar Morin* señala que el conocimiento es al mismo tiempo general y particular. *Y hace una distinción entre racionalización y racionalidad, señalando que la primera es una construcción mental que sólo atiende a lo general y la segunda, dice, atiende simultáneamente a lo general y*

¹³ MAYA, Betancourt, et al. Inteligencia emocional y educación. Pág. 18

a lo particular.¹⁴ Por lo que resulta idóneo el considerar al ser humano como un individuo racional, capaz de desarrollarse en forma integral.

CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACION EMOCIONAL.

Si bien al parecer es la escuela, como institución educativa la responsable de contribuir a la educación integral de los niños, siendo durante la infancia, donde puede resultar tanto más fácil su enseñanza, en tanto, se aprende a través del ejemplo y se construyen las bases de la personalidad.

La educación emocional comienza en el hogar con la familia. El aprendizaje emocional inicia en los primeros años de nuestra vida, aprendemos a través de la relación con nuestros padres, la forma en que los padres tratan a sus hijos tiene consecuencias en la vida emocional de los niños. Los padres deben otorgar la misma importancia tanto al aprendizaje cognitivo como al aprendizaje emocional de sus hijos, ya que estas capacidades les proporcionan beneficios en el desarrollo de su vida social. Para que los padres puedan guiar a sus hijos en el aprendizaje emocional, primero deben empezar por conocer y dominar sus propias emociones.

Como esto no se logra satisfactoriamente en todas las familias y de forma igual, las expectativas de muchos padres es que la escuela se haga cargo de enseñar o formar a sus hijos en el ámbito emocional, es decir se deposita en la escuela la responsabilidad de educar emocionalmente a los niños, ya que es aquí donde ellos pasan gran parte de su tiempo y se espera, pueden aprender “grandes lecciones” que quizá en otro lado no podrían aprender; sin embargo, lo más conveniente sería que para lograr una educación emocional se trabajara en equipo, hogar y escuela para alcanzar mejores resultados como lo indica *Dorothy Cohen*, por lo que puede resultar conveniente apoyar a los padres desde la escuela para que realicen esta tarea con sus hijos, es decir, impulsar desde la escuela un trabajo articulado con los padres para el trabajo con la emociones de los niños, principalmente en su educación inicial.

¹⁴ MORIN, Edgar. Los siete saberes necesarios para la educación del futuro. Ed. Paidós Ibérica, Barcelona, 2002. Pág. 2

*Padres y maestros se necesitan como aliados si quieren salir victoriosos de la tarea que se necesita: inculcar en los niños el amplio criterio y los corazones cálidos que, junto con las aptitudes y la información adecuada, sin duda les serán de valor en el mundo problemático y cambiante al que deberán enfrentarse y ayudar a cambiar.*¹⁵

Conforme van creciendo los niños, el aprendizaje sobre sus emociones va cambiando. El aprendizaje emocional depende de la relación padres – hijo, pero también de la relación entre hermanos, tíos, abuelos, primos y todas las personas que pertenecen a la familia. Es decir, el ámbito donde se desarrolla y aprende son las relaciones humanas.

Un padre que conoce y domina sus emociones puede expresar sus sentimientos en forma sencilla y clara, también esto apoya a tener una mejor relación con sus hijos, de donde pueden resultar relaciones más afectuosas. Si los padres pueden expresar sus emociones frente y con sus hijos y se da un ambiente de respeto y expresión de las emociones, los hijos pueden aprender y en este sentido ser, más eficaces para controlar sus emociones y expresar de igual forma sus sentimientos, son más relajados. En el terreno social, el adecuado manejo de las emociones se puede reflejar en la relación con sus compañeros y amigos, expresando menos problemas de conducta. Además, la expresión y manejo de nuestras emociones permite tener beneficios cognitivos, presentan más atención y ser más eficientes. Gran parte del éxito de los niños depende de las características emocionales que se han formado desde muy pequeños.

El aprender no sólo depende de la inteligencia cognitiva, sino también de ciertas capacidades que desde Goleman se ha dado en llamar **Inteligencia Emocional**.

Para Goleman la inteligencia emocional es la interacción con el mundo que tiene implícitos los sentimientos, el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, la empatía, etc.

¹⁵ COHEN, Dorothy, Como aprenden los niños. Ed. FCE, México, 1997. Pág. 17.

Este autor señala las siguientes características como aspectos básicos en una educación de las emociones.

1. **Confianza.** La sensación de controlar y dominar el cuerpo y el mundo. La confianza en no fracasar y lograr lo que uno se propone.
2. **Curiosidad.** Descubrir cosas es algo positivo.
3. **Intencionalidad.** El deseo y capacidad de producir un impacto y actuar al respecto con persistencia.
4. **Autocontrol.** Modular y dominar nuestras acciones.
5. **Relación.** Comprometernos con otros.
6. **Capacidad de comunicación.** El deseo y la capacidad de intercambiar verbalmente ideas, sentimientos y conceptos con los demás.
7. **Cooperación.** La capacidad de equilibrar las propias necesidades con las de los demás en una actividad grupal.

Desde esta postura, es posible señalar que tanto, padres y maestros, deben participar en la educación emocional de los niños ya que resulta útil y necesaria este tipo de educación en el desarrollo de todas las personas y en sus relaciones humanas.

La escuela en este sentido, es el espacio donde es posible impulsar de manera consciente no únicamente la adquisición y desarrollo del conocimiento, sino también, fortalecer y reforzar el manejo de la inteligencia emocional como parte importante del desarrollo de los individuos. Lo que se puede lograr a partir de la observación y cuidado que se tenga en las relaciones sociales e interpersonales y los valores que se impulsen en la convivencia entre los niños al interior de la escuela. Si bien la escuela apoya el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños a partir de tener clara la intención de incorporarla en su enseñanza. Todo este trabajo de la escuela no puede ignorar, que es en la familia donde se inicia la educación emocional y se ve reforzada, impulsada o bien bloqueada en ocasiones, por las relaciones de dificultad para expresar las emociones que se dan al interior de algunas familias. Por ello resulta importante el trabajo articulado escuela-familia

INTELIGENCIA EMOCIONAL.

LAS EMOCIONES.

En el capítulo anterior se presentó como las emociones resultan en muchas ocasiones marginadas del proceso educativo, el cual las incluye siempre, seamos o no conscientes de ello, porque cuando un niño u otra persona están interactuando, ya sea en la escuela o en la vida cotidiana fuera de ella, está desarrollando permanentemente sus emociones.

Resulta claro que el inicio del aprendizaje de las emociones ocurre en el ambiente familiar, en tanto se aprende de alguna forma a partir de la primera relación que se establece, que casi siempre es con los padres, es con ellos que se aprende una forma de relacionarse con las emociones.

Cuando se presenta una experiencia emocional positiva – como puede ser, la alegría-, provoca un bienestar físico y psicológico y una experiencia negativa, - como puede ser el enojo-, presenta malestar; ambas posibilidades comparten una base fisiológica común: la segregación de una hormona llamada adrenalina.

Como ya se expuso en el capítulo anterior si bien existen diferentes perspectivas desde las cuales se puede intentar definir lo que es una emoción, desde el punto de vista estrictamente biológico, las emociones son respuestas automáticas con una base fisiológica del organismo- ante una amenaza a su supervivencia. Así la perspectiva cognoscitiva toma en cuenta las respuestas automáticas y los cambios físicos o fisiológicos, incorporando además las imágenes o recuerdos que tenemos de los hechos o experiencias pasadas, las que han quedado guardadas en nuestra memoria y que contribuyen de manera significativa en toda experiencia emocional.

Las emociones en este sentido, las podemos explicar como las respuestas complejas que tienen como función establecer y buscar un adecuado equilibrio entre las necesidades internas, manteniendo una interacción armónica con el

medio. Sin embargo dicho equilibrio no siempre se da, por lo que resulta conveniente ocuparnos de su desarrollo.

ANTECEDENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

El término Inteligencia Emocional es un término que se ha utilizado en los últimos años, sin embargo, las emociones y todo lo que concierne a éstas ha sido objeto de estudios e investigaciones, desde la Antigüedad, no sólo por la Psicología como ya vimos, sino también por otras disciplinas como la Filosofía, la Literatura y la Biología, entre otras.

Los antecedentes de la Inteligencia Emocional los podemos encontrar con Platón y Aristóteles, enfocándonos primero a las Teorías Filosóficas.

Platón (428 – 347 a. de C.), quien en su obra *República* hace una distinción entre lo que es razón, espíritu y apetitos. Él plantea que las emociones no están bien definidas y señala que para una sociedad lo más importante es enseñar a los jóvenes a encontrar placer en los objetos correctos.

A su vez *Aristóteles (384 – 322 a. de C.)*, considera a las emociones como un factor que transforma a la persona hasta afectarle su juicio. Las cuáles están acompañadas de placer o dolor y se conectan con la acción. Señala que deben estar sometidas a un control y da ejemplos de emociones como la ira, temor, piedad, gusto y sus opuestos.

Por su parte, los estoicos creían a las emociones como las causantes de las miserias y frustraciones humanas considerándolas más bien como pasiones.

Posteriormente, la pasión se definió como una enfermedad del alma, llegando desde el punto de vista religioso a que éstas suponían pecado, de ahí los llamados: *pecados capitales*, los cuales debían evitarse ya que alteraban el alma.¹⁶

¹⁶ BISQUERRA, Alzina Rafael. Educación emocional y bienestar. Colección Educación emocional. Editorial Praxis, Barcelona, 2000.

En la Edad Media se pensaba que el alma racional debía controlar los deseos que originaban las pasiones. En el Renacimiento, cambia el término pasión por el de afecto, que se refería a los estados de ánimo.

Juan Luis Vives (1492 – 1540) fue un filósofo que estudió las emociones; y en su obra *De ánima et vita (1538)* las enfoca a la educación, él entiende a las emociones como la parte del hombre que le impulsa a hacer el bien y evitar el mal.

Descartes por su parte distingue a las emociones como un tipo de pasión, quedando fuera del razonamiento.

Fue en el siglo XIX, cuando se separa el concepto de emoción de la filosofía, quedando más relacionado con el área psicológica.

También en la Literatura están presentes y se habla de las emociones. De esta forma, el amor, la angustia, el miedo, la ira, etc.; son protagonistas de obras literarias, autores como Sófocles, Eurípides, Shakespeare, Goethe, hasta los autores más recientes, profundizan y las describen con gran detalle, haciéndolas partícipes de las acciones y motivos de la vida cotidiana de los seres humanos. Al ver que las emociones son tomadas en cuenta dentro de la Literatura, nos podemos dar cuenta de la importancia que tienen dentro de la vida de los seres humanos.

La biología ya desde *Charles Darwin* también las considera como *señales presentes en todos los animales y en el hombre, que comunican intenciones; Darwin las señala como reacciones apropiadas a la emergencia de ciertos acontecimientos*. Este autor, analizó las emociones de tristeza, la ira, el miedo, la ansiedad, etc. Son consideradas como mecanismos reflejos de supervivencia que desencadenan una acción.

Desde este enfoque se hace una división de emociones primarias y emociones secundarias; las emociones primarias, algunos autores como *Theodore Ribot*, señalan que las emociones que son innatas en todos los seres humanos y que van acompañadas de señales físicas, donde se considera a la ira, la alegría, el miedo, la tristeza; y las secundarias son el resultado de la combinación entre sí

de las primarias, y entre ellas se puede considerar al amor, la sorpresa, la vergüenza y el odio, entre otras.

Hay algo más que nos define como seres humanos, poseemos algo muy valioso llamado inteligencia emocional. La naturaleza nos ha provisto de un segundo tipo de inteligencia en la que la expresión inteligencia emocional se empieza a imponer. Este concepto está marcado por:

- Decisiones extremadamente rápidas y
- Decisiones confusas para nosotros mismos pero que se muestran como absolutamente correctas.¹⁷

En algunos estudios antropológicos se ha demostrado que las estructuras cerebrales aprenden a correlacionar las tensiones faciales con los estados emocionales, llegando a señalar que cambiando voluntariamente la expresión facial se pueden modelar las percepciones emocionales.¹⁸

El conductismo ha estudiado el proceso de aprendizaje de las emociones, el comportamiento que originan, para saber los estados emocionales que se presentan. *Watson (1919)*, identificó tres emociones básicas: miedo, ira y amor.

Todos sabemos que el ser humano posee Inteligencia, una inteligencia que se considera determinada por lo cognitivo, es decir, lo que sabemos y conocemos a partir de lo que aprendemos en la escuela, en la casa, en el entorno que aprendemos en términos de información como puede ser la ciencia, matemáticas, letras, etc. Esta inteligencia nos permite responder a lo que nos presentan determinadas situaciones, básicamente de manejo de información, como puede ser navegar por internet, obtener datos o recordar información, de acuerdo a la tradición cultural se le ha dado un énfasis sobre las emociones.

Sin embargo, se puede considerar que la Inteligencia Emocional es la capacidad de conocer los propios estados emocionales que se manifiestan en nuestro interior, a partir de reconocer cuales son las emociones propias y cuales pertenecen a los demás.

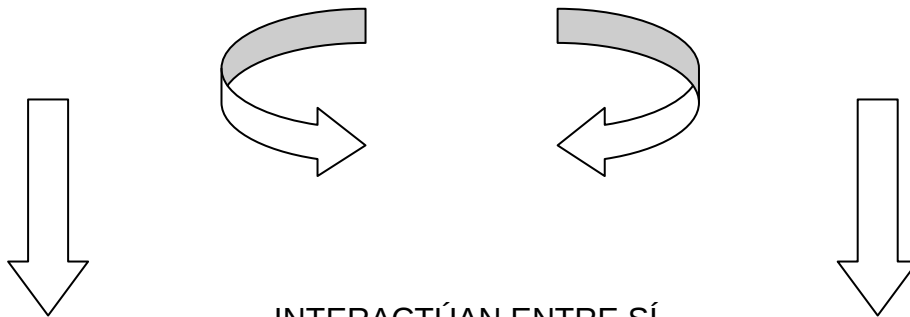
¹⁷ MARTINEAUD, Sophie. El test de Inteligencia Emocional.

¹⁸ BISQUERRA, Alzina Rafael. Educación emocional y bienestar. Pág. 34

Daniel Goleman plantea que el ser humano posee dos mentes: una racional y la otra emocional, las cuales interactúan entre sí creando nuestra vida mental. Cada una de estas mentes posee características propias que las identifican. La mente racional nos hace ser conscientes, reflexivos y analíticos; mientras que la mente emocional nos hace ser impulsivos, no reflexionar ni analizar.

MENTE QUE PIENSA

MENTE QUE SIENTE



INTERACTÚAN ENTRE SÍ

PARA CREAR NUESTRA VIDA MENTAL.

MENTE RACIONAL

MENTE EMOCIONAL

CONSCIENTES

RÁPIDA

CONCIENCIA

NO REFLEXIVA

REFLEXIVA

NO ANALIZA

ANALIZA

IMPULSIVA

MEDITA

NO MEDITA

La mente emocional adquiere mayor dominancia que la mente racional cuando tenemos sentimientos muy intensos.

Ambas mentes, la racional y emocional, operan de forma articulada para guiarnos a lo largo de la vida. Sin embargo esta relación no siempre se da en forma armónica. No obstante, cuando se presentan las pasiones, es la mente emocional la que domina y la mente racional pierde su eficacia.

Existe un equilibrio entre estas dos mentes, en el que la emoción alimenta e informa las operaciones de la mente racional; y ésta a su vez controla la entrada de las emociones.

Los sentimientos son esenciales para el pensamiento, y éste para los sentimientos.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DE GOLEMAN.

Los primeros en utilizar el término Inteligencia Emocional fueron los psicólogos *Peter Salovey* de la Universidad de Harvard y *John Mayer* de la Universidad de New Hampshire en 1990 y lo emplearon para hacer referencia a las cualidades emocionales que tienen importancia para resolver y enfrentar situaciones específicas con éxito. Es decir, a la articulación de las emociones con la razón para resolver convenientemente situaciones conflictivas.

En el gobierno de Reagan (1981 – 1989) se invirtió en este tipo de investigaciones y se difundió más el uso del término Inteligencia Emocional, es de ahí que lo retoman Goleman y Gardner, con el interés de conocer lo que pasa entre los hombres y sus emociones.

Daniel Goleman con su obra *La Inteligencia Emocional* (1995), fue sin embargo quien impulsó ese concepto atrapando la atención de profesionales de diversas disciplinas.

A partir de la aparición del término *Inteligencia Emocional*, se han producido múltiples definiciones sobre ésta:

Desde los primeros estudios de *Salovey y Mayer* la inteligencia emocional, estuvo centrada especialmente en las relaciones interpersonales¹⁹, de estos estudios sobresalen características como la automotivación, comprensión de las emociones, saber ponerse en el lugar del otro, control de las relaciones sociales con el fin de mejorar la calidad de vida, entre otras.

Goleman por su parte describe a la inteligencia emocional como una interacción con el mundo que tiene implícitos los sentimientos²⁰, el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, la empatía, etc. En este sentido señala que la Inteligencia Emocional abarca: la capacidad para leer nuestros sentimientos, controlar nuestros impulsos, razonar, permanecer tranquilos y optimistas cuando nos vemos confrontados a ciertas pruebas y mantenernos a la escucha del otro²¹. Es decir que tiene que ver tanto con las interacciones con otros, como con uno mismo.

Otro autor que trabaja también sobre este tema es *Lawrence Shapiro*: -*persistencia, optimismo, automotivación y entusiasmo amistoso- forman parte de lo que se denomina Inteligencia Emocional.*²²

Para Shapiro, la inteligencia emocional se basa en las características de la personalidad y resulta fundamental para alcanzar el éxito en la vida.

Importante señalar que esta tesis está basada fundamentalmente en las investigaciones y el trabajo de Daniel Goleman, autor que ha trabajado y profundizado sobre la Inteligencia Emocional, dirigiéndola a varios ámbitos de la vida del hombre como son: el escolar, el laboral, y el matrimonio, entre otros.

Desde este autor se puede considerar por *inteligencia emocional la capacidad de conocer nuestras emociones y emplearlas adecuadamente; además de*

¹⁹ (conceptos que detallaré más adelante, basados en lo expuesto por Gardner).

²⁰ Como ya se mencionó antes, se entiende por sentimientos: bloques de información integrada, síntesis de datos de experiencias anteriores de deseos y proyectos del propio sistema de valores y de la realidad y su relación con las emociones.

²¹ SIEGFRIED, Brockert. Los tests de Inteligencia Emocional. Pág. 9

²² SHAPIRO, Lawrence. La inteligencia emocional en los niños. Pág. 30.

*conocer las emociones de los demás para saber como actuar en determinadas situaciones, y ser mejores seres humanos.*²³

Ahora que ya tenemos una idea más clara sobre lo que es la Inteligencia Emocional; encuentro relevante mencionar que tanto la inteligencia cognitiva como la inteligencia emocional son igual de importantes para el desarrollo humano, ambas se complementan ya que nos permiten responder de la mejor manera a las exigencias que nos presenta la vida.

Por inteligencia emocional entiendo que:

*Es aquella que nos permite gobernar las emociones que se generan, habitualmente, como respuesta a un acontecimiento externo o interno, de modo que nuestros pensamientos y nuestras acciones sean organizados, coherentes y adecuados tanto a nuestras necesidades internas como a las necesidades del medio ambiente.*²⁴

La inteligencia emocional resulta entonces un encuentro relevante entre el individuo y su ambiente y la manera en que el individuo lo enfrenta, lo que resulta que tanto la inteligencia cognitiva como la inteligencia emocional sean necesarias, complementándose para el adecuado desarrollo humano y a las exigencias que nos presenta la vida.

No obstante, la educación se centra más en las habilidades académicas de aspecto cognitivo, haciendo a un lado lo emocional y es aquí donde retomo la idea de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, quien al presentar su propuesta pedagógica sobre la Inteligencia Emocional expone que en la formación de los niños se deben educar también las emociones; la escuela debe educar al niño, considerándolo como un ser integral, es decir, reconociendo que posee racionalidad y afectividad. Por lo que señala que *la vida emocional es un ámbito que al igual que las matemáticas y la lectura,*

²³ GOLEMAN, Daniel. La inteligencia emocional. Porque es más importante que el cociente intelectual. Trad. Por Elsa Mateo. Ediciones B México, 2001, 27ª edición.

²⁴ IGLESIAS, Cortizas Ma. José et al. El reto de la Educación emocional en nuestra sociedad. Pág. 58-59.

*puede manejarse con mayor o menor destreza y requiere un singular conjunto de habilidades.*²⁵

Hay muchas personas que poseen un coeficiente intelectual muy alto, de acuerdo a los resultados en pruebas estandarizadas, esto, no garantiza el éxito en la vida cotidiana porque carecen de la habilidad o inteligencia emocional para interactuar y relacionarse con su medio ambiente, esto es, no saben reconocer y manejar sus propias emociones, ni mucho menos las emociones de los demás. Así como tampoco saben enfrentar y resolver los problemas de la interacción de la vida cotidiana.

La Inteligencia Emocional en la postura de Goleman, es considerada una herramienta necesaria para sensibilizar a los seres humanos sobre los problemas sociales que enfrentamos actualmente como pueden ser (guerras, secuestros, asesinatos, violencia, aumento de divorcios, drogas, suicidios, etc.). Con el propósito de tratar de cambiar y mejorar nuestra vida, haciéndonos mejores seres humanos.

Daniel Goleman dentro de lo que entiende por Inteligencia Emocional reconoce cinco habilidades especiales que determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos.

1. **Autoconciencia o conocer las propias emociones.** Esto es reconocer un sentimiento por el que estamos pasando, esto es la clave de la Inteligencia Emocional. Lo que Sócrates dijo: “conócete a ti mismo”. Tener conciencia de las propias emociones. Valorarse uno mismo. Reconocer nuestras debilidades y nuestras fortalezas. Tenernos confianza, permitiéndonos esto tener seguridad de nosotros mismos y de lo que somos capaces.
2. **Autorregulación o manejar las emociones.** Se refiere a la disposición que tenemos para saber manejar nuestros propios sentimientos para que sean adecuados, es decir, no dejarnos doblegar por los sentimientos negativos, recuperarnos rápidamente. Esta dimensión

²⁵ GOLEMAN, DANIEL. Pág. 56.

permite el autocontrol de las emociones e impulsos conflictivos. Esta habilidad es una capacidad que se basa en la conciencia de uno mismo.

3. **Motivación.** Significa ser aplicado, tenaz, saber permanecer concentrado en una actividad, no desanimarse cuando algo no sale bien. La emoción impulsa a la acción. La emoción y la motivación se relacionan entre sí. Ordenar las emociones al servicio de un objetivo es esencial para prestar atención, para automotivarse. Todas estas habilidades hacen que las personas sean más eficaces y productivas en las actividades que realizan.
4. **Reconocer emociones en los demás.** Lo que se conoce como empatía. Permite entender lo que sienten otras personas. Es una capacidad que se basa en la autoconciencia emocional, es una habilidad fundamental en las personas. Es el ponerse en el lugar del otro, reconocer los sentimientos de los otros. Comprender a los demás, captar sus sentimientos, puntos de vista e intereses; reconocer y satisfacer las necesidades del otro, crear una actitud de servicio. Las personas que tienen empatía son más capaces de detectar lo que otros necesitan o quieren.
5. **Manejar las relaciones o habilidades sociales.** El arte de las relaciones sociales es la habilidad de manejar las emociones de los demás. Es la adecuación a nuestro ser social, parte esencial del desarrollo con los demás.

De acuerdo con el análisis que plantea Ma. José Iglesias Cortizas, las tres primeras habilidades dependen únicamente del sujeto y se refieren al propio yo. Esto es, ser consciente de uno mismo, poder autocontrolar los estados de ánimo y automotivarse. Lo que Gardner llama Inteligencia Interpersonal.

*Crear relaciones sociales es una capacidad que nos permite establecer adecuadas relaciones e interacciones con todas las personas con quienes tengamos contacto contingencial o permanente en nuestras vidas.*²⁶

Detallemos un poco lo que Gardner plantea:

²⁶ MAYA, Betancourt et al. Inteligencia emocional y educación. Pág. 73.

La Inteligencia Intrapersonal. Se caracteriza por el autoconocimiento que debe tener el sujeto sobre sus propias emociones y pensamientos. En este sentido la clave de esta inteligencia depende en gran medida del reconocimiento de lo que realmente es uno y no del pensamiento que tengamos sobre nosotros mismos.²⁷

La inteligencia intrapersonal responde a las emociones que suponen el sistema límbico (ira, miedo, tristeza, etc.).

Inteligencia Interpersonal. Es la capacidad para comprender a los demás, pero primero hay que conocerse a sí mismo para conocer las intenciones, las motivaciones, los deseos y las particularidades del otro. Fortalece procesos de socialización y de comunicación humana, a través del trabajo grupal y la interacción. En este tipo de inteligencia el sujeto debe tener la capacidad de conocerse a sí mismo en toda su dimensión humana, para poder interactuar en un espacio en el que priman las emociones (sistema límbico) sobre lo lógico y lo racional.²⁸

PRINCIPIOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

1. **Recepción.** Cualquier cosa que incorporemos a través de nuestros sentidos.
2. **Retención.** Corresponde a la memoria, que incluye la retentiva (o capacidad de almacenar información) y el recuerdo, la capacidad de acceder a esa información almacenada.
3. **Análisis.** Función que incluye el reconocimiento de pautas y el procesamiento de la información.
4. **Emisión.** Cualquier forma de comunicación o acto creativo, incluso del pensamiento.
5. **Control.** Función requerida a la totalidad de las funciones mentales o físicas.

²⁷ JIMENEZ, Vélez Carlos Alberto. Neuropedagogía, lúdica y competencia. Pág. 99

²⁸ IDEM. PÁG. 98.

Lawrence Shapiro (1997) menciona las cualidades emocionales que debe poseer una persona para poder alcanzar el éxito:

1. La empatía.
2. La expresión y comprensión de los sentimientos.
3. El control de nuestro genio.
4. La independencia.
5. La capacidad de adaptación.
6. La simpatía.
7. La capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal.
8. La persistencia.
9. La cordialidad.
10. La amabilidad.
11. El respeto.

*La inteligencia emocional como necesidad humana y propuesta curricular y educativa, debe tener más presencia en la educación, en la escuela y en el aula.*²⁹

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. Es por eso que surge esa necesidad de incluir la educación emocional en el ámbito educativo, para que desde pequeños los niños aprendan a ser emocionalmente inteligentes.

²⁹ MAYA, Betancourt et al. Op. Cit. Pág. 9.

DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO.

EL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO.

El desarrollo emocional de las personas no es tan fácil de reconocer, a diferencia del desarrollo físico; porque los cambios físicos son visibles y los cambios emocionales se reconocen cuando interactuamos con los demás. El desarrollo emocional es el proceso por el cual el niño construye su identidad, su autoestima, su seguridad y la confianza en sí mismo y en el mundo que le rodea, logrando esto a través de las interacciones que tiene con todas las personas que están a su alrededor.

Son muchos los interesados y preocupados en conocer más sobre este tema, entre quienes se encuentran los psicólogos, docentes, padres de familia, etc. Este interés surge por la gran necesidad que existe de tener una educación basada no sólo en los aspectos cognoscitivos, sino además en el desarrollo de los emocionales.

Las emociones juegan un papel muy importante dentro de la vida del niño desde su nacimiento. Un bebé puede reaccionar de manera emotiva ante un estímulo, por ejemplo cuando está cerca su mamá y le habla; sin embargo, estas respuestas no son bien definidas, ya que el bebé apenas comienza con el desarrollo emocional, pues se maneja de inicio a partir de reflejos, planteamiento que se explica más adelante.

Conforme va creciendo el bebé muestra una mayor interacción con el medio y por lo tanto tiene una mayor participación emocional, es decir, ha adquirido y ampliado su repertorio cultural de sentimientos, se va desarrollando emocionalmente a partir de las interacciones con otras personas. Así va experimentando emociones que le permiten ir incorporándose como ser humano y formar parte de su grupo y la sociedad.

Para comprender mejor el significado del término **desarrollo** podemos decir que éste apunta hacia los cambios cualitativos siempre en relación a uno mismo y sus capacidades y posibilidades. Así, el **desarrollo** se puede definir como *una serie progresiva de cambios ordenados y coherentes en estrecha*

*relación con la vida de las personas y sus capacidades y posibilidades en un momento dado, en donde los cambios progresivos significa que son direccionales y que avanzan, en lugar de retroceder, y ordenados y coherentes, sugieren que hay una relación definida entre los cambios que tienen lugar y los que procedieron o los seguirán.*³⁰

*El desarrollo desde la mirada de cambios progresivos, tiene relación tanto con el ambiente físico y emocional en donde se desenvuelve el niño, así como con su temperamento.*³¹

Los cambios resultan siempre inciertos y si algunos son deseados y esperados, otros no.

En este sentido para los niños si bien hay cambios que son esperados y deseados, hay otros que no, como por ejemplo el divorcio de sus padres o distanciamiento de sus amigos, este tipo de cambios les puede resultar muy difícil de asimilar.

Si bien al parecer muchas veces los adultos tememos a los cambios que se van presentando a lo largo de nuestra vida, como por ejemplo, un cambio de empleo; ya que no sabemos bien a bien lo que éste va a generar, un cambio de ciudad, pues significa establecer nuevas relaciones, o cambio de casa, pues hay que adaptarnos al nuevo rumbo, en tanto dejamos de tener cambios físicos o estos resultan de alguna forma lentos. Sin embargo, los niños si bien en ocasiones también pueden tener cierta resistencia al cambio de casa o rumbo, al parecer aceptan los cambios en forma general con mayor facilidad que los adultos, así, tienen tendencia a esperar con mayor interés los cambios que se suscitan a lo largo de su desarrollo, debido a que van apareciendo conforme van creciendo y en ocasiones esperan con ansias dicho cambio pues les significa el crecer, como es el cambio de voz, o aparición de senos, cambios que al estar relacionados con la imagen y el cuerpo de uno mismo, le ofrecen experiencias que demandan ajustes emocionales profundamente internos.

³⁰ Ángela Guzmán, Desarrollo emocional de los niños (en línea) Chile, Agosto 2007, <http://apuntes.rincondelvago.com/desarrollo-emocional-de-los-niños.html>. Pág. 2

³¹ Entendiendo por temperamento el carácter de una persona, su forma de ser y su manera de reaccionar ante diversas situaciones.

En cuanto a los ámbitos en los cuales se pueden producir los cambios que tienen que ver con el desarrollo de las personas están:

Los del ambiente físico y emocional, así como la carga genética. Estos tres aspectos se interrelacionan y producen conjuntamente en la vida de todo individuo, siendo imposible de separarlos. La separación que aquí se presenta es únicamente con fines de ser más claros en la exposición del trabajo.

El ambiente físico tiene que ver con el lugar donde vive el niño. En donde tiene que ver con las costumbres y condiciones de existencia. Un ambiente en condiciones económicas³² y físicas estables, permite que sus miembros estén más dispuestos al intercambio y relaciones. También apoya el que se cubra con las necesidades básicas de un niño como es la salud, la atención y alimentación por parte de los adultos. Este ambiente si bien al parecer tiene referentes concretos únicamente, se vincula estrechamente con el ambiente emocional en tanto es en él donde se producen los aprendizajes de las relaciones sociales, es aquí donde se expresan las costumbres y tradiciones culturales que marcan ciertos comportamientos como más o menos apropiados, por ejemplo la forma de expresar el cariño, el enojo o bien la alegría, experiencias subjetivas que activan ciertas áreas fisiológicas y se mezclan con costumbres para expresarse y comunicarse socialmente, y relaciones establecidas; resulta el primer lugar donde el niño vive sus primeras experiencias emocionales a lo largo de toda la vida.

Por eso es muy importante el grado de afecto y calor humano que recibe el niño desde pequeño. Las relaciones del niño con la madre, los seres que interactúan con él cotidianamente, los abuelos, hermanos o tíos, y las tradiciones culturales que tienen que ver con las costumbres sociales como es por ejemplo, cuando en algunas culturas está mal visto que los hombres lloren, o que las mujeres ganen más que los hombres, pues este tipo de situaciones afectan impulsando o reprimiendo ciertas manifestaciones afectivas de acuerdo al grupo cultural al que pertenezcan.

³² Es importante aclarar que no existen evidencias en cuanto a una relación causal entre el nivel socioeconómico de las familias y el desarrollo emocional de los niños.

Debido a que las emociones se despliegan en un contexto social; el progreso del desarrollo emocional está entrelazado con las experiencias que se produzcan en este contexto. Si un niño es rechazado o aceptado en su contexto social. Esto significa que el desarrollo emocional del niño avanza conforme van aumentando sus relaciones sociales y su interacción con el medio. Esta influencia se observa con mayor énfasis cuando el pequeño ingresa por primera vez al colegio y sale de su contexto pequeño familiar para comenzar a convivir con más personas y otros niños.

Los factores genéticos por su parte hacen referencia a lo que traemos por herencia de nuestros padres, lo que de alguna forma también influye en nuestro desarrollo como individuos con emociones. En este sentido Bizquerra nos dice que: *la herencia puede expresarse en unos esquemas de comportamiento emocional que queda reflejado, en gran medida, en lo que se denomina temperamento.*³³ En este punto, cabría mencionar el dicho: “Hijo de tigre, pintito”, es decir, si el papá o la mamá son de carácter fuerte o enojones, el hijo puede ser igual que ellos.

La herencia produce esquemas de comportamiento emocional, que se refleja en lo que se denomina temperamento, el cual puede provocar emociones positivas o negativas según la teoría de *Jerome Kagan*.

Para este autor el *temperamento de un niño refleja un sistema de circuitos emocionales innatos y específicos en el cerebro, un esquema de su expresión emocional presente y futura, y de su comportamiento que puede ser modificado.*³⁴

Kagan plantea que existen 4 temperamentos básicos: tímido, abierto, optimista y melancólico. Los cuatro temperamentos corresponden a cuatro pautas diferentes de actividad cerebral. Cada ser humano responde con una prontitud, duración e intensidad emocional distinta a eventos tanto internos como externos, tanto existen muchas diferencias en el temperamento innato de cada persona.

³³ BISQUERRA, Alzina Rafael. Educación emocional y bienestar. Colección Educación Emocional. Editorial Praxis, Barcelona, 2000. Pág. 82

³⁴ GALLEGO, Domingo et al. Implicaciones educativas de la Inteligencia Emocional. Universidad Nacional de Educación a Distancia. Madrid, 1999. Pág. 230

Cada uno de nosotros posee un temperamento innato con características genéticas que manifiestan nuestras emociones a lo largo de la vida.

Kagan señala que no todos los miedos de la infancia se sostienen durante toda la vida, es por eso que la educación emocional es de gran utilidad durante el crecimiento del niño, para que éste pueda aprender a controlar las conductas emocionales como el miedo.

Si bien la herencia tiene su peso en el desarrollo de las emociones y su forma de expresarlas, éstas no están determinadas por la herencia genética, como ya lo dicen tanto Piaget como Vygotsky. El primero dice que la genética tiene cierta influencia en el desarrollo emocional, pero no es determinante. Y el segundo plantea que la herencia no es una condición suficiente para el desarrollo de las funciones psicológicas superiores, en tanto se requiere de la interacción con el medio social, pues son las experiencias lo que potencializa e impulsa el desarrollo de los individuos.

Al hablar del temperamento y la herencia como factores involucrados en el desarrollo emocional, no podemos dejar de mencionar el **carácter**, que es la forma de ser de las personas, lo que las caracteriza y que está influenciado por el ambiente, la cultura, la educación, el entorno social y familiar, las amistades, el trabajo, etc.

El carácter surge del temperamento, está modificado por la educación, fortalecido por los hábitos y es el “sello” que nos hace diferentes del resto de las personas.

MADURACIÓN Y APRENDIZAJE. BASES DEL DESARROLLO EMOCIONAL.

El desarrollo emocional del niño está basado en dos procesos: maduración y aprendizaje. Es decir, el niño no solo se desarrolla emocionalmente conforme va madurando y creciendo, sino que además va aprendiendo formas de vincularse, expresar y vivir las emociones.

De acuerdo a Gallego las emociones se pueden expresar con cierta tendencia e intensidad de acuerdo a la edad y etapa de cada niño. Así es que las emociones aparecen con variaciones de acuerdo a la edad de los niños; es decir, una misma emoción se presenta con diferente frecuencia, intensidad y duración en un niño de un año que en un niño de 5 años, por ejemplo, cuando un niño de entre 2 y 4 años no obtiene lo que quiere, hace un gran berrinche, y en cambio, un niño de 5 años, puede enojarse por no obtener lo que quiere y quizá llorar un poco, pero ya no hacer un berrinche. Estas variaciones se deben, de acuerdo a Gallego, tanto a los estados físicos de los niños en el momento en que se presentan, hambre, sueño, como a su capacidad de aprendizaje y experiencias previas y el lugar y personas con quien se encuentra.

De acuerdo a Vygotsky, el aprendizaje posibilita e impulsa el desarrollo, y en este sentido, es posible que el niño aprenda a vincularse con sus emociones, a reconocerlas y nombrarlas.

Para entender un poco más sobre el tema del desarrollo emocional de los niños, a continuación describo las etapas en las que el niño se desarrolla emocionalmente durante sus primeros 6 años de vida.

ETAPAS DEL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO DE 0 A 6 AÑOS.

El desarrollo emocional tiene que ver con el proceso a través del cual el niño adquiere su identidad, confianza, seguridad y autoestima y de acuerdo a distintos autores se puede organizar por cortes de edad, sin que estos sean vistos en forma rígida.

A continuación expongo las manifestaciones del desarrollo emocional de los niños desde su nacimiento hasta los 6 años, considerando lo que exponen Piaget, Vygotsky y Alan Sroufe.

Desde el comienzo los bebés exploran su mundo ansiosamente, muestran un gran interés por conocerse ellos mismos y a las personas que los rodean, permitiendo así que tengan sus primeras interacciones las cuales van a ser la pauta para que se desarrollen emocionalmente.

Del nacimiento a los 3 meses.

En los primeros días de nacido el bebé se mueve por el placer – displacer, es decir, comienza a experimentar situaciones que le resultan placenteras y otras que no, sin embargo no podemos decir que estas son emociones propiamente dichas. En este momento sonríe, sin embargo estas sonrisas responden a estímulos determinados, es decir, son reacciones reflejas sin ninguna carga de sentido. Podríamos decir, que *en la primera etapa de la vida la conducta está poderosamente influida por el contexto fisiológico, en el cual se da la estimulación.*³⁵

En los bebés recién nacidos no existen las emociones propiamente dichas, más bien son actos reflejos; entendiendo los reflejos como respuestas ante la presencia de estímulos, cuando ya existe una interacción con algo (sujeto – objeto) podemos hablar de la existencia de una emoción. Esto es, el bebé reacciona ante alguien o ante algo, mostrando emociones como alegría, miedo, enojo, etc. Manifiesta una conducta que desde el exterior es calificada como emoción, y de esta forma va aprendiendo e incorporando la manera de expresar sus emociones que tiene que ver con la familia y cultura en la que se desenvuelve.

El bebé presenta una excitación general (*estimulación*) a nivel orgánico, producido por las señales que envía su cerebro.

Conforme el bebé pasa más tiempo despierto y alerta, interactúa más con el medio ya que éste participa más con su entorno y con las personas que lo rodean desde lo que la cultura ha legitimado como expresiones de emociones, emite sonrisas, hace pucheros o bien llora creando esto una parte fundamental para su desarrollo emocional, debido a que surge el desarrollo afectivo del bebé. Por ejemplo, reconoce a su mamá o a la persona que está más cerca de él y se crea así un vínculo afectivo en el que participan expresiones de afecto tales como el amor.

Y es en esta etapa cuando la sonrisa del bebé adquiere ya el significado de una emoción para él diferenciándose de otras, porque esa sonrisa es la

³⁵ SROUFE, Alan. Desarrollo emocional. Oxford, México, 1995. Pág. 55

respuesta a la interacción que tiene el bebé con los demás, y deja de ser un reflejo, aproximadamente a las 10 semanas de nacido. Porque ya no se ríe con todo, y comienza a ser selectivo.

El pequeño muestra interés en otras personas y reconoce a las principales personas que lo cuidan.

Si reciben la confortación de su mamá, él responde positivamente al contacto social que influye efectivamente sobre él, por ejemplo cuando convive con sus padres.

De acuerdo con Alan Sroufe; las emociones que manifiesta un bebé en los 5 primeros meses de vida, son consideradas emociones precursoras, que son descritas como emociones genuinas que comprenden un elemento de significado y un papel para el contenido del suceso. Sin embargo, son reacciones limitadas y difusas, y requieren un periodo de vigorización o ejercicio y práctica. Entre estas emociones precursoras podemos mencionar placer, cautela, frustración.

De los 3 a los 6 meses.

Aproximadamente en esta etapa los bebés inician una interacción social dirigida por las personas que lo rodean:

- Juegan al escondite.
- Responden a su propio nombre.
- Su sonrisa es espontánea.
- Ríen en voz alta.

Es hasta los tres o cuatro meses que su sonrisa se convierte en un contacto social con sentido, y deja de ser involuntaria.

De los 6 a los 9 meses.

En la segunda mitad del primer año de vida, surgen muchas emociones que poseen ya un significado para el bebé como resultado de la interacción con otras personas y con el ambiente. Anteriormente sus sonrisas eran un reflejo.

Es aquí cuando una reacción emocional depende del significado que tiene el acontecimiento para el bebé.

Los bebés muestran un rango emocional más amplio, es decir que cuando interactúan con las personas manifiestan emociones que son el resultado de dicha interacción y tienen preferencia hacia las personas más cercanas a ellas.

- Son capaces de expresar diversas emociones.
- Dichas emociones se diferencian claramente unas de otras.
- Distinguen entre personas conocidas y extraños.
- Responden de forma activa ante gestos y el lenguaje.
- Demuestran molestia ante la pérdida de un objeto de su interés (un juguete por ejemplo).

La alegría entendida como la reacción de gozo o placer relacionada con sucesos favorables y una actitud emocional caracterizada por un tono vivencial agradable; el miedo, se refiere a una perturbación angustiosa por un riesgo real o imaginario y el enojo que es una molestia ante algo o alguien, aparecen como emociones después de los 6 meses, como resultado del proceso de interacción que tienen los bebés en un contexto social y cultural.

A los 8 meses, un bebé puede reconocer el significado emocional de la expresión facial de sus padres.

De los 9 a los 12 meses.

En esta etapa son muy importantes la imitación y la independencia para el pequeño:

- El bebé puede alimentarse solo, haciéndolo con las manos.
- Es capaz de sostener una taza con ambas manos y beber con ayuda.
- Imita acciones simples.
- Demuestra ansiedad cuando se le separa de las personas que lo cuidan.

Hacia el final del primer año de vida, el bebé ya no responde a sucesos de estímulos aislados. *La emoción se va organizando en relación con el contexto.*³⁶

Manifiestan emociones como el deleite, excitación, júbilo, cariño, malestar, miedo, asco y enojo, por ejemplo, cuando tiene cerca a su mamá expresa cariño y alegría.

Mientras más independiente es el bebé, es más capaz de establecer una mayor cantidad de emociones, ya que en su camino a su independencia enfrenta situaciones en las cuales experimenta nuevas emociones, por ejemplo cuando el bebé pierde de vista un objeto, manifiesta emociones como enojo y malestar.

*En esta etapa el bebé ya no sólo es capaz de tener emociones, sino que es un ser emocional.*³⁷

Entendiendo el ser emocional como un sujeto que es capaz de sentir y demostrar emociones.

Sus emociones son anticipadas y con intención. Por ejemplo, cuando se enoja porque no le dan algo que quiere.

De 1 a 2 años.

*Los niños comienzan a tener más conciencia de sí mismos y de su habilidad de hacer que las cosas sucedan.*³⁸

Aumentan el número de emociones que pueden expresar por medio del lenguaje verbal y corporal. Interactúan con otras personas.

- Se reconocen a sí mismos en el espejo o en fotos, sonríen y hacen gestos.
- Demuestran sentimientos intensos por sus padres y afecto por sus familiares.

³⁶ SROUFE, Alan. Pág. 61.

³⁷ IDEM, Pág.187.

³⁸ El niño entero. Los ABCs del cuidado del niño. El ABC del desarrollo del niño.
<http://www.pbs.org/wholechild/spanish/abc/index.html>. Agosto 2007, en línea.

- Inician sus propios juegos y juegan solos.
- Expresan sentimientos negativos.
- Se enorgullecen y se ponen contentos cuando logran hacer algo nuevo.
- Imitan el comportamiento de los adultos en sus juegos.
- *Demuestran un fuerte sentido de sí mismos por medio de la reafirmación personal, dirigiéndose a los demás.*³⁹
- Se muestran serviciales (ayudan a guardar sus juguetes, acomodar sus cosas, etc.)

Durante esta fase, el niño tiene la capacidad de manifestar estados de ánimo y comunica su afecto de forma más prevaeciente.

Expresa emociones como: estimulación, deleite, júbilo, cariño por adultos, cariño por niños, malestar, miedo, asco, enojo, alegría, excitación, celos. Todas estas emociones suponen una reacción más específica e inmediata y un significado determinado.

*Los niños saben discriminar entre las emociones antes de ser capaces de nombrarlas.*⁴⁰

En el primer año de vida del bebé ya se puede apreciar una empatía emocional, denominada “empatía global”, debido a la incapacidad del niño para distinguir entre él mismo y su mundo, ya que interpretan el sentimiento de otro como suyo.

De 2 a 3 años.

En esta etapa los niños se vuelven más autónomos, ya no dependen tanto de las personas que los cuidan para realizar actividades como comer, sacar sus juguetes, subir a una silla.

- Son más creativos en lo que hacen. Exploran todo.
- Demuestran un fuerte sentido de sí mismos. Su independencia es un gran desafío.
- Pueden llegar a tener conciencia de su identidad sexual.

³⁹ IDEM.

⁴⁰ BISQUERRA, Alzina Rafael. Op. Cit. Pág. 78.

- Su palabra favorita es “no” ante lo que le piden los adultos.
- Anteponen sus preferencias y se enojan si no les respetan.
- Empiezan a autoevaluarse y a desarrollar nociones de sí mismos como buenos, malos, atractivos, etc.
- Sus temores aumentan (por ejemplo, miedo a la oscuridad).
- Experimentan cambios de ánimo rápidos, exhiben sentimientos y comportamientos agresivos.

Son capaces de manifestar empatía respecto de la emociones de otros. Por ejemplo, si un pequeño de 2 años ve triste a su papá, él mismo puede reflejar esa misma emoción aún sin saber si comprende o no esa emoción, o lo hace por imitación. Comprenden la emoción expresada cuando lloramos o reímos.

- A esta edad disfrutan jugando solos, cerca de otros niños.
- Si ven a otros niños jugando, se acercan a jugar por un momento muy corto.
- Defienden sus objetos.
- Juegan a las casitas.
- Sus juegos adquieren carácter simbólico.
- Disfrutan participar en actividades grupales como cantar, bailar, etc.
- Conocen la identidad sexual.

Ya a los 2 años, en su empatía pueden distinguir el sentir de otra persona diferente a él mismo.

La capacidad para el humor comienza en las primeras semanas de vida. Sin embargo, según *Paul McGhee*, *el humor verdadero comienza en el segundo año de vida cuando el niño comienza a comprender la naturaleza simbólica de las palabras y los objetos.*⁴¹

Los niños tienen diferentes aptitudes para el humor, hay a quienes se les facilita esta capacidad y son más divertidos que otros.

El humor atraviesa por diferentes etapas a lo largo del crecimiento del niño. Además es una herramienta que les permite llevarse bien con los demás y es

⁴¹ IBIDEM, Pág. 248.

una capacidad social importante. Puede ser una herramienta para enfrentar de una mejor manera los problemas a los que se enfrentan.

De 3 a 4 años.

A esta edad los niños son capaces de distinguir a las personas con las que tratan adaptándolas a cada actividad que realizan, por ejemplo, con quien jugar, a quien pedir ayuda, etc.

Sus emociones las expresan con gestos y un vocabulario emocional, es decir, nombran las emociones y los sentimientos por su nombre: *estoy triste, estoy enojado*, etc.

Mejoran su habilidad y destreza de autoayuda, a los tres años pueden ser más independientes.

- Pueden seguir instrucciones sencillas.
- Realizan tareas simples como con la comida (por ejemplo: untar mantequilla en un pan).
- Se lavan las manos sin ayuda.
- Comienzan a mostrar más interés en otros niños, se unen a otros niños que ya están jugando.
- Realizan juegos de representaciones de actividades de la vida cotidiana de los adultos (viajar, salir a trabajar, realizar los quehaceres de la casa, etc.)
- En sus juegos imitan y actúan como los animales.

Durante los primeros tres y cuatro años de vida, el cerebro de los bebés crece hasta los dos tercios de lo que será su tamaño definitivo y su complejidad se desarrolla a un ritmo que jamás volverá a repetirse. Por lo mismo, en este periodo, *el aprendizaje emocional, tiene lugar más intensamente que nunca.*⁴²

⁴² GALLEGO, Domingo J. et al. Implicaciones educativas de la inteligencia emocional. Universidad Nacional de Educación a distancia. Madrid, 1999. Pág. 221.

De 4 a 5 años.

- Comienzan a manejar sus impulsos. Por ejemplo, a esta edad los berrinches van desapareciendo poco a poco y cuando no obtienen lo que quieren, ya no hacen rabietas.
- Se relacionan con otros niños.
- A esta edad son capaces de reconocer los sentimientos de los personajes de los cuentos que les narran (miedo, tristeza, alegría, etc.).
- *Comprenden que una misma situación puede generar varias respuestas.*⁴³
- Dentro de su vocabulario utilizan términos como feliz, asustado, enojado, etc.
- En esta etapa los niños son más conscientes de sí mismos como individuos.
- *Demuestran cierta comprensión del razonamiento moral (explorar ideas acerca de la justicia y los comportamientos buenos o malos).*⁴⁴
- Se comparan con otros niños.
- Comienzan a desarrollar amistades.
- Expresan más conciencia de los sentimientos de otras personas (empatía).
- Manifiestan interés por explorar las diferencias sexuales.
- Disfrutan del juego imaginativo con otros niños, como jugar con disfraces.
- Realizan el juego dramático más apegado a la realidad, tomando en cuenta detalles, tiempo y espacio.

De los 5 a los 6 años.

En esta etapa predomina en el niño el juego y la fantasía, le gustan los cuentos, fábulas y leyendas.

Demuestra un deseo de ser distinto a los demás, de manifestar su propio yo; por lo tanto se opone a lo que los otros niños dicen y quieren.

⁴³ BISQUERRA, Alzina Rafael. *Op. Cit.* Pág. 79.

⁴⁴ *Op. Cit.* El ABC del desarrollo del niño.

*El niño toma conciencia de su yo personal y de su propio cuerpo, situándole en un estadio de autonomía y autoafirmación, necesario para que el niño sienta las bases de su futura independencia.*⁴⁵

- Toma en consideración lo que otros niños quieren.
- Es más independiente, ya no necesita tan cerca a mamá.
- Se puede confiar en él.
- Es protector de los más pequeños.
- No conoce emociones complejas, ya que su organización es más simple; aún así muestra rasgos y actitudes emocionales.
- Es capaz de entablar una amistad.
- Juega en grupos.
- Juega con disfraces.
- Posee un sentido elemental de vergüenza y deshonra.
- Se muestra afectuoso y servicial, pero también manifiesta agresividad verbal.
- Disminuyen sus miedos.
- Desea que su conducta sea aprobada, pero se enoja si se le reprocha.
- No existe una verdadera cooperación de su parte.

En el crecimiento del niño, la empatía se conforma por:

1. Una reacción emocional hacia los demás, la cual se desarrolla en los primeros seis años de vida de un niño.
2. Una reacción cognoscitiva, que determina el grado en que los niños mayores tienen la capacidad de percibir el punto de vista de alguien más. Es a los 6 años, cuando empieza la empatía cognoscitiva. Y el niño no sólo percibe el sentimiento del otro, sino que además actúa en consecuencia. Esta empatía no requiere de comunicación emocional, ya que el niño ya percibe como se siente la otra persona aunque no lo demuestre.

⁴⁵ Javier Palanca. Desarrollo e involución de la conducta. Revisado en Agosto 2007. Archivo SHTML.
www.monografías.com/desarrolloeinvoluciondelaconducta.

Los niños pequeños no son capaces de traducir sus emociones en palabras. Conforme van creciendo, esta capacidad se vuelve más visible ya que forma parte de sus necesidades básicas; y ya cuando comienza a hablar, expresa lo que siente con palabras. Relaciona sus sentimientos con las palabras que los definen: alegría, miedo, tristeza, etc.

No sólo las emociones positivas, como el amor, son parte del desarrollo y aprendizaje emocional del niño; también están presentes las emociones negativas como es la vergüenza y la culpa.

- **Vergüenza.**

*Se define como una forma de incomodidad extrema que surge cuando los niños sienten que no han actuado de acuerdo con las expectativas de otras personas.*⁴⁶

La vergüenza y la situación que la genera se quedan muy grabadas en los niños. Hacer que un niño sienta vergüenza por algún acto indebido que cometió, puede ayudar a corregir dicha conducta.

- **Culpa.**

*La culpa aparece cuando los niños no logran cumplir con sus pautas internalizadas de comportamiento.*⁴⁷

Se puede utilizar la culpa que sienten los niños después de haber tenido una mala conducta para modificarla.

Lo anterior indica que la vergüenza y la culpa, aunque son emociones negativas en los niños, son muy importantes para su desarrollo emocional, ya que sabiéndolas utilizar pueden fomentar el desarrollo moral de los niños.

⁴⁶ SHAPIRO, Lawrence, La inteligencia emocional en los niños. Ediciones B Argentina, 1997, 1997. Pág.

118

⁴⁷ IDEM.

Los niños son capaces de comprender y comunicar sus sentimientos; sin embargo, esto depende en gran medida del contexto en el cual se desarrollan; debido a que si un niño crece en un ambiente familiar en donde es libre de expresar sus emociones, éste desarrolla un vocabulario que le permite expresarlas y comunicarlas.

En cambio, si vive con una familia en donde le prohíben expresar sus sentimientos, no habrá comunicación emocional.

Identificar y transmitir las emociones es un aprendizaje muy importante de la comunicación y del control emocional. Así como apreciar las emociones de los demás, ya que favorece el desarrollo de las relaciones sociales.

La comunicación emocional implica también la transmisión no verbal y las emociones: gestos, expresiones faciales, tono de voz, lenguaje corporal, etc.; y esta comunicación no verbal es más relevante cuando de la expresión de las emociones se trata. La comunicación emocional no verbal es más significativa que las palabras que decimos.

LA FAMILIA Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

EL PAPEL DE LA FAMILIA.

Antes de pretender alcanzar el objetivo de formar niños emocionalmente inteligentes, los padres deben empezar por ellos mismos; es decir, ser adultos con inteligencia emocional, ya que ésta constituye un gran beneficio para los niños porque ser emocionalmente inteligentes los prepara para enfrentar de manera positiva diferentes situaciones que se les presenten a lo largo de la vida.

El trato que le dan los papás a sus hijos tiene consecuencias profundas y duraderas en la vida emocional del niño.

Como es bien sabido, la familia es la unidad que integra lazos sociales, educativos, morales, económicos, laborales, etc. Por lo tanto, es la familia la primera instancia en la que se lleva a cabo el aprendizaje emocional de los niños. Es ahí donde aprendemos como nos sentimos con respecto a nosotros mismos y como repercuten nuestros sentimientos en los demás. Es en la familia donde trabajar fomentando la Inteligencia Emocional entre sus miembros, puede resultar una herramienta invaluable en el futuro ya que ahí se siembra, se desarrolla y se proyecta el ser humano, es en la familia donde se da un intercambio emocional entre sus miembros que la integran.

Del buen desarrollo emocional de la educación emocional dependen las relaciones interpersonales. Este desarrollo se inicia desde el nacimiento; aún antes de la adquisición del lenguaje, con la educación de los padres y tiene diferentes etapas relacionadas a la maduración neurológica y a la socialización del individuo.⁴⁸

La niñez es uno de los periodos donde hay muchas posibilidades de construir formas de relacionarse con las emociones, en donde la familia, la escuela y la comunidad tienen un papel fundamental.

⁴⁸ KASUGA, Linda; GUTIERREZ, Carolina et al. Aprendizaje acelerado. Estrategias para la potencialización del aprendizaje.

Para que los niños maduren emocionalmente, es necesario que los padres los apoyen demostrándoles confianza, deben evitar controlarlos excesivamente, saber ponerse en su lugar, ser sinceros con ellos, motivarlos para que digan lo que sienten, lo que les gusta, lo que les desagrada y darles la iniciativa para que platiquen y jueguen con otros niños. Esto se va a dar siempre y cuando los papás, sean pacientes, ya que cabe recordar que los niños van aprendiendo poco a poco; y que ellos son el primer contacto directo con los niños y por lo tanto son su principal fuente de información. Y todo esto va a permitir que los niños adquieran una mejor madurez emocional. Los niños viven en su casa su primera infancia en donde construyen sus emociones básicas.

El desarrollo emocional del niño puede resultar en algunos casos más factible que en otros, y esto va a depender de cómo sea la relación de los padres con sus hijos. Para comprender mejor esto revisemos la clasificación que hacen *E. Macoby* y *A. Martín*, quienes señalan que *existen 4 estilos educativos paternos*.⁴⁹

ESTILO AUTORITARIO-RECÍPROCO.

Los padres ejercen un control firme, consistente y razonado. Establecen con claridad el principio de reciprocidad, pues parten de la aceptación de los derechos y deberes de los hijos, pero exigen a la vez que los hijos acepten también los derechos y deberes paternos.

Los padres ejercen consciente y responsablemente la autoridad y el liderazgo que les corresponde como padres y como adultos.

Se implican afectivamente con sus hijos expresando su disposición y prontitud para responder a las necesidades de sus hijos. Promueven la autonomía de sus hijos sin caer en el desamparo.

Los efectos socializadores de este estilo son positivos y son:

- Autoestima y autoconfianza.
- Responsabilidad y fidelidad a compromisos personales.
- Disminución de conflictos entre padres e hijos.

⁴⁹ QUINTANA, José Ma. Pedagogía Familiar. Ed. Narcea, Pág. 155.

ESTILO AUTORITARIO-REPRESIVO.

El control paterno es fuerte, pero se convierte en rígido al combinarse con la falta de reciprocidad y de diálogo. Las normas adquieren la forma de edictos. Hay una acentuación exagerada de la autoridad paterna y se inhibe en los hijos cualquier intento de ponerla en cuestión. Recurren a los castigos, incluyendo los físicos.

Los padres definen las necesidades de sus hijos, pero sin la intervención de éstos. La comunicación es unidireccional y cerrada. Este tipo de educación es considerada como centrada en los padres, ya que los hijos no intervienen.

Los efectos socializadores son menos positivos que el estilo anterior:

- Baja autoestima y autoconfianza.
- Ansiedad.
- Ubicación externa del control.

ESTILO PERMISIVO-INDULGENTE.

Los padres no acentúan la autoridad paterna. No establecen normas estrictas ni minuciosas ni en la distribución de tareas ni en los horarios dentro del hogar. Acceden fácilmente a los deseos de los hijos. Son tolerantes en cuanto a la expresión de impulsos, incluyendo ira y agresividad verbal. Les preocupa la formación de los hijos, atienden y responden a sus necesidades.

Sus efectos socializadores son en parte positivos y en parte negativos:

- Elevada autoestima, autoconfianza, buena socialización.
- Soporte paterno en las dificultades de entrada a la adolescencia.
- Desviaciones graves de conducta (drogas, alcoholismo).

ESTILO PERMISIVO-NEGLIGENTE.

Se caracterizan por la no-implicación afectiva en los asuntos de sus hijos y por la falta de interés hacia su desempeño escolar. Los absorben otros compromisos y reducen la responsabilidad paterna a sus mínimos.

Dejan que sus hijos hagan lo que quieran, con tal de que no les compliquen la existencia. Si sus medios se los permiten, tranquilizan su conciencia con complacencias materiales.

Los hijos de padres permisivos-negligentes presentan los peores efectos socializadores:

- Autoconcepto negativo.
- Graves carencias en autoconfianza y autorresponsabilidad.
- Bajos logros escolares.
- Escaso autodomio y sentido del esfuerzo personal.
- Trastornos psicológicos y desviaciones graves de conducta (drogas, alcoholismo).

Goleman refiere:

La vida en familia es nuestra primera escuela para el aprendizaje emocional; en esta caldera aprendemos como sentirnos con respecto a nosotros mismos y como los demás reaccionarán a nuestros sentimientos; a pensar sobre éstos sentimientos y que alternativas tenemos; a interpretar y expresar esperanzas y temores. Esta escuela emocional no sólo opera a través de las cosas que los padres dicen o hacen directamente a los niños. Sino también en los modelos que ofrecen para enfrentarse a sus propios sentimientos.⁵⁰

El aprendizaje emocional comienza en los primeros momentos de la vida y se prolonga a lo largo de la infancia. Aunque el aprendizaje emocional continúa dándose a través de los años de la escuela. Las capacidades emocionales que los niños adquieren en años posteriores se construyen sobre esos primeros años.

Cada intercambio que se da entre padres e hijos tiene un subtexto emocional y es a través de esta interacción que se forman en los niños sus capacidades emocionales.

⁵⁰ GOLEMAN , Daniel. La Inteligencia Emocional. Pág. 224.

ASPECTOS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL QUE SE PUEDEN TRABAJAR EN LA FAMILIA.

Los primeros años de vida ofrecen la posibilidad para trabajar sobre los aspectos emocionales de la vida de una persona. Las experiencias emocionales de un niño pueden ser positivas y servirles de guía para que puedan controlar sus emociones, o bien, pueden ser tan negativas que afecten su desempeño emocional.

Según el *Dr. Nelson Aldaz Herrera*⁵¹, existen rasgos que caracterizan a las emociones de acuerdo a su **intensidad, frecuencia y respuesta**; en este sentido, este autor señala en relación a las emociones de los niños que:

Los niños pequeños responden con la misma intensidad a un evento trivial que a una situación grave. Y conforme van creciendo los niños presentan emociones frecuentes y se dan cuenta que cuando tienen una explosión emocional, los adultos las desaprueban y los castigan.

Las nombra emociones transitorias cuando los niños pequeños pasan muy rápido de una emoción a otra, por ejemplo de las lágrimas a la risa, de los celos al cariño, etc.

La intensidad de las emociones cambia también, a cierta edad algunas emociones son muy fuertes y se desvanecen cuando los niños crecen, mientras que hay otras que se hacen más fuertes.

Algunas emociones no pueden detectarse directamente, sino a través de conductas como son inquietud, dificultades para hablar, llanto, etc.

A continuación se presentan algunas sugerencias para apoyar a que los niños desarrollen la Inteligencia Emocional y se han organizado de acuerdo a lo que señala Goleman, como los cinco componentes esenciales de la Inteligencia Emocional que determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos y que de acuerdo a este autor, deben existir en las relaciones emocionales entre padres e hijos.

⁵¹ www.monografias.com/trabajos34/inteligencia.emocional/inteligenciaemocional.shtml.

Trabajo realizado por Dr. Nelson Marcelo Aldaz Herrera.

Autorregulación o manejo de las emociones.

Para apoyar a los hijos en el desarrollo de sus emociones los padres requieren algo más que el intelecto y las buenas intenciones. El trabajo con las emociones, como se ha venido señalando, requiere que los padres estén comprometidos con los sentimientos de sus hijos, a partir de que ellos se comprometan con los de ellos mismos. De esta manera se buscará no enviar dobles mensajes o mensajes contradictorios en cuanto a lo que se dice y lo que se hace. Para los niños sus padres son sus principales modelos a través de los cuales se guían.

Una forma de apoyar a los niños en esta etapa es tratar de hacer frente de forma positiva a sus impulsos emocionales y de conducta, ayudando a que el niño los regule, así como también se sugiere que los padres apoyen a sus hijos enseñándoles la capacidad para resolver los problemas que se les presenten, ya que este proceso de resolución de problemas forma parte de su desarrollo intelectual y emocional. Y es a través de la experiencia como los niños pequeños aprenden a resolver problemas y es muy importante que se les apoye para que ellos mismos traten de resolver sus problemas.

Cuando los niños están pequeños los papás pueden empezar con involucrar a sus hijos con sus emociones hablándoles sobre ellas, buscando nombrarlas para identificarlas, así como ayudarles a expresarlas y comprenderlas; sin criticarlos ni reprocharles por lo que sienten. Esto les permitirá orientarlos a como actuar ante diversas situaciones, por ejemplo, en lugar de golpear cuando están enojados, ayudarles a encontrar otra alternativa, reconociendo que lo que sienten es enojo, de manera que se les indique a los pequeños una manera de trabajar con sus propias emociones.

Utilizando técnicas como la mediación y la negociación pueden ayudar a los niños a inhibir y controlar su ira y agresividad; ya que son los problemas emocionales más comunes de hoy.

Tomando en cuenta esta habilidad del manejo de las emociones y relacionándola con la conducta de los niños, se les puede apoyar fomentando

en ellos la disciplina en un sentido positivo y concreto estableciendo reglas y límites claros, hacerles ver cuando su conducta no es la adecuada, así como los papás deben tratar de no darles órdenes ni cuestionarlos, así como también se recomienda aplicar una sanción ajustada o que corresponda a la falta cometida.

Para este caso hay algunas técnicas que proponen distintos autores que sugieren como puede ser: quitarles un privilegio como es la televisión y los videojuegos, sin embargo, este tipo de prácticas también llevan a que los niños midan y busquen un continuo intercambio de beneficios por sus acciones. Por otro lado, existen otras propuestas que consisten en dejar que los niños experimenten las consecuencias lógicas de su conducta para que capten la responsabilidad que tienen sus acciones y la importancia de las normas en la convivencia social. Desde mi punto de vista, me inclino más por esta última forma de manejar la disciplina, aunque puede trabajarse desde las dos.

Otro punto que se sugiere a los padres para apoyar a sus pequeños en el manejo de sus emociones es enseñándoles a través del ejemplo ya que cuando ellos asumen la responsabilidad de desempeñar sus papeles como líderes de la familia, constituyen modelos excelentes para sus hijos, y pueden desarrollar en casa una atmósfera adecuada para la resolución de problemas a través de reuniones familiares y resolviendo problemas reales.

Los niños experimentan emociones en todo momento y los padres se contagian de estas emociones. Cuando experimentan estas emociones se acercan a sus padres, y el cómo responden sus padres ante estas emociones repercute mucho en el desarrollo emocional del niño.

Ya sean emociones de tristeza o alegría, éstas le ofrecen a los padres dos aspectos importantes: la oportunidad de crear un vínculo más profundo y de más confianza con sus niños; y una ocasión para demostrar como enfrentarse al mundo de los sentimientos humanos.

Un arranque emocional del niño es una oportunidad para una vinculación afectiva y de enseñanza, es un cambio de actitud que constituye el desarrollo emocional del niño.

Algunos padres tienden a despreocuparse por los sentimientos de sus hijos y los ven como algo tonto y sin importancia, otros creen que la tristeza y las emociones negativas les harán daño a sus hijos, las emociones, incluyendo las negativas, no se deben ignorar o desatender, son parte normal de una persona feliz, saludable y completa.

Para los niños, las emociones son nuevas y no las comprenden. Los padres deben acercarse a los pequeños para que ellos los ayuden a entender lo que están sintiendo y que son parte de su vida. Al percatarse de los sentimientos y hablar de ellos, antes de que lleguen a una crisis, no sólo se evitan problemas mayores, sino que además los niños pueden aprender a resolver conflictos. Es importante demostrar paciencia e interés ante las emociones de los niños. Los padres que se toman el tiempo de escuchar, entender y enseñar durante estos momentos emocionales se hacen mucho bien a sí mismos a la vez que a sus hijos. No sólo es más probable que los hijos vean a mamá y a papá como amigos y aliados importantes durante estas épocas difíciles, sino que también estén aprendiendo a tratar sus emociones de una manera sana y eficaz.

Motivación.

Otra de las habilidades que juega un papel importante en el desarrollo de la Inteligencia Emocional es la motivación, y los papás pueden apoyar a sus hijos con esta habilidad, desarrollando una atención positiva en lo que ellos expresan brindando a los niños ánimo y apoyo emocional; esto va encaminado a jugar con los niños pequeños y participar en actividades que realicen sus hijos mayores; así como se sugiere tener una reacción abierta con sus hijos que tendrá como resultado en ellos el crecimiento de su imagen de sí mismos y sus capacidades de decisión; buscar elogiar las conductas adecuadas de sus hijos, siendo precisos, sinceros y tratar de evitar adulaciones excesivas; además se aconseja a los papás que demuestren interés por lo que realizan sus hijos, participar en sus actividades y reforzar buenas conductas como puede ser la solidaridad, empatía, con elogios y muestras de afecto.

Promover la automotivación en los niños puede ser muy útil ya que ésta fomenta el deseo de enfrentar y superar obstáculos para alcanzar el éxito y la satisfacción propia. En este punto, Lawrence Shapiro señala 5 principios generales para que los niños desarrollen la automotivación:

1. Enseñarle al niño a esperar, tener paciencia para alcanzar sus objetivos.
2. Brindarle oportunidades para que experimente su mundo.
3. Enseñarle al niño a valorar el esfuerzo persistente.
4. Enseñarle la importancia de enfrentar y superar el fracaso.

Una regla muy importante de la motivación para los niños y los padres es *El éxito engendra éxito*, que quiere decir que si el niño se esfuerza y alcanza una meta o experimenta una satisfacción, esto le va a permitir seguir intentando para alcanzar sus metas.

Algo que favorece la motivación en los niños se da cuando los papás fomentan la sinceridad, para esto se sugiere hablar al niño con franqueza; incluso cuando dice cosas que parecen inaceptables. Es importante tomar en cuenta su opinión adquirir su confianza siendo tolerantes. Para esto es aconsejable que los padres no le oculten sus sentimientos ni sus errores y siempre decirles la verdad a sus hijos.

Empatía o reconocer las emociones de los demás.

Se sugiere que para buscar que los niños sean más empáticos y responsables, se debe partir del ejemplo. Es decir, para impulsar el que los hijos sean empáticos se puede recurrir a que los acompañen a realizar actos de ayuda a los demás, como participar en campañas de acopio para damnificados, de esta manera se le puede explicar al niño que existen otros niños que ahora están en situaciones difíciles. Esto sirve para que los niños no sólo vean que existen otros fuera de la familia, sino también, observen la importancia de la cooperación, y el valor de la perseverancia para lograr sus objetivos, lo que permite que se trabaje con emociones y sentimientos para que el niño pueda nombrar y expresar lo que siente y así fortalecer su Inteligencia Emocional.

Dentro de la empatía podemos hablar también de la confianza, trabajando en ella cuando se respeta la intimidad de los hijos y sus secretos. La confianza se puede reforzar en los niños a través de diferentes técnicas que se pueden implementar en casa como son *guiar al ciego, la caída hacia atrás, el juego del secreto*, las cuales le van a brindar al niño que adquiera confianza hacia sus padres.

Respetar la intimidad de los hijos, *Mary Ann Mason Ekman* sugiere que *así como los padres deben enseñarles a sus hijos a respetar su intimidad, también deben respetar la intimidad de sus hijos y ciertamente la de sus hijos adolescentes*.

Cuando los niños se sienten agobiados buscan en sus padres sensibilidad y comprensión, es decir, necesitan empatía. Es aquí donde la capacidad de escuchar y el corazón de los padres entran en juego. Escuchar con empatía y validar los sentimientos de un niño, sean felices o tristes, son dos de los pasos a seguir más importantes para ayudar a los niños a que aprendan a enfrentar exitosamente el mundo de las emociones. Escuchar con empatía a los niños, los ayuda a mejorar su capacidad de calmarse por sí mismos durante tiempos difíciles.

El niño necesita que sus padres lo escuchen y comprendan lo que está sintiendo; deben explicarle lo que siente y darle nombre a esa emoción, para que el niño la conozca y sepa identificarla.

Según el Dr. John Gottman, la habilidad de un niño para deleitarse con los tiempos felices y para recuperarse rápidamente de los tiempos difíciles es una parte fundamental para una buena salud emocional, ya que ésta prepara mejor a los niños para enfrentarse a diversas dificultades en el futuro.

Si los padres escuchan con atención a sus hijos, les estarán demostrando que sus sentimientos son importantes. Los niños expresan sus emociones de diferentes maneras y los padres deben aprender a conocer estas emociones observando sus expresiones, su lenguaje corporal, las palabras que dicen y como las dicen, etc.

Se requiere paciencia con los niños, porque a veces no quieren hablar de lo que sienten, y cuando el niño es capaz de expresar lo que siente deben darle la importancia que merece a lo que está sintiendo y tomarlos en serio.

Es aquí donde los padres pueden intervenir para ayudar al niño a comprender lo que siente, enseñándole a expresar sus sentimientos por medio de palabras. Esto le hace sentir al niño que tiene un amigo y un aliado.

Esa es la clave para escuchar con empatía y validar los sentimientos de su niño. Los padres que se mantienen al tanto de las emociones de sus niños pueden transformar los problemas de la vida en oportunidades para enseñar y aprender. Cuando los padres ayudan a los hijos a descubrir sus emociones, no solamente les ofrecen consuelo, sino que les dan destrezas que les ayudarán inmensamente por el resto de sus vidas.

Manejar las relaciones o habilidades sociales.

Un elemento importante que se recomienda a los papás es utilizar las cualidades familiares y sociales positivas a la hora de manejar sus relaciones con los hijos.

Los niños van avanzando desde la primera infancia, donde están más centrados en sí mismos, a ser cada vez más sociables, les gustan cada vez más los juegos colectivos y disfrutan las relaciones sociales, pero este desarrollo radica en un buen aprendizaje.⁵²

El niño desarrolla su personalidad a raíz del proceso de socialización, donde asimila actitudes, valores y costumbres de la sociedad.

Es aconsejable que los papás les enseñen a sus hijos las capacidades sociales, que se lleven bien con los demás, ya que ésta es una capacidad que contribuirá a su sentido de éxito y de satisfacción de la vida. Los niños deben aprender a reconocer, interpretar y responder en forma apropiada a las

⁵² www.dwon21.org/educ-psic/educacion/Emocional/Inteligencia.ehtm

La Inteligencia Emocional. Por Paloma Cuadrado. Pág. 2

situaciones sociales. Ellos aprenden las capacidades de comunicación social a través de las conversaciones familiares. Pueden enseñarles la capacidad de conversar que implica compartir información personal, expresar interés y aceptación, hacer preguntas a los demás y escucharlos. Esta capacidad va a permitir al niño conseguir un contacto social y enfrentar conflictos psicológicos y la angustia.

Un elemento importante dentro de las relaciones sociales es el humor y los papás pueden alentarlos dentro de la familia como una forma de agregar placer a cada día, disfrutar de la compañía de los demás y aprender a hacer frente a los problemas.

Además se puede utilizar el humor para enseñarles a los niños valores como la tolerancia y el respeto, utilizando el humor de forma positiva sin burlarse de los demás.

Algo muy importante dentro del desarrollo de la Inteligencia Emocional es fomentar que los niños tengan amigos, ya que favorece su desarrollo emocional e influye en sus relaciones futuras.

Según *Harry Stack Sullivan*, un estudiante de Sigmund Freud, *la amistad entre los niños imprime hábitos de por vida en la relación con los demás*; así como un sentido de autoestima casi igual al que se desarrolla a través del amor y el cuidado de los padres.

Se recomienda que se apoye a los niños para que desarrollen la capacidad de llevarse bien con los adultos, es muy importante enseñar a los pequeños a ser corteses, bien educados y respetuosos ya que los buenos modales son muy valiosos para el desarrollo emocional de los niños, además de que son muy fáciles de enseñar y pueden producir un efecto profundo en el éxito social en el futuro del niño y le permitirán relacionarse con los demás de una manera adecuada.

Las investigaciones del Dr. John Gottman, psicólogo y profesor de la Universidad de Washington, demuestran que los niños que aprenden a lidiar con sus emociones funcionan mejor en la escuela, crean amistades más fuertes, tienen menos problemas de comportamiento y viven vidas más felices,

más saludables, menos estresadas y con menor tensión psicológica. Y algo que propone este autor, relacionándolo con lo que plantea Goleman, es el *Entrenamiento Emocional* que les enseña a los padres y personas a cargo de los niños como se puede lograr esto:

Aprender las formas como se pueden expresar las emociones es uno de los aprendizajes más importantes en la vida de los niños. Y por su parte, los padres deben aprender a aceptar y apreciar las emociones de sus niños, a la vez que deben imponerles límites cuando sus comportamientos no sean adecuados. Poner límites es el primer paso en una estrategia diseñada para resolver problemas. También los padres deben enseñarles a los niños como identificar, evaluar y seleccionar soluciones efectivas y buenas para sus problemas.

No está mal que los niños se enojen, sin embargo, cuando no pueden contactar con lo que sienten, difícilmente pueden controlarse con relación a cualquier cosa que les pase y los papás tampoco pueden controlarlos. Por lo que resulta conveniente que los padres acompañen al niño en sus emociones, nombrándolas y enseñándole como reaccionar ante los sentimientos que tiene, abriendo opciones y platicándole consecuencias. Permitirle enojarse, le habla de que todos los sentimientos son aceptables, pero no todo el comportamiento producto de estos resulta conveniente para él o para otros.

Algunos pasos que se sugieren para enseñarle al niño como dominar sus emociones son:

1. Ayudar al niño a entender la emoción o emociones que está sintiendo.
2. Darle un nombre a esta emoción.
3. Explicarle que su reacción “negativa” puede lastimarlo o lastimar a otros.
4. Ayudar al niño a buscar una mejor solución, ofreciéndole sugerencias.

El poner límites y tratar de buscar soluciones a los problemas de esta manera contribuye al desarrollo emocional del niño; se reconoce los sentimientos del niño, y se le muestra que importa lo que él siente; se le expresa empatía, y se le acompaña para que aprenda a expresar sus sentimientos, mostrando nuestros propios sentimientos en relación a él.

Enseñarles a los niños a trabajar sus emociones tiene como resultado los siguientes beneficios:⁵³

1. Funcionan mejor en la escuela.
2. Tienen más confianza en sí mismos.
3. Se llevan mejor con sus amigos y con otros.

EDUCACION. FAMILIA Y ESCUELA.

Desde la Antigüedad se hace referencia a la importancia que tiene la educación familiar sobre los hijos, el hacer hincapié en la educación a través del ejemplo; siendo los padres los primeros educadores, guiando así a los niños con buenos tratos y consejos, sin recurrir a la violencia y la agresión. El niño aprende a ser, sintiéndose querido, valorado y descubriendo que es digno de ser amado.

En la familia se dan los primeros procesos de enseñanza y aprendizaje, es ahí donde los niños comienzan a desarrollarse socialmente. Aprenden valores, actitudes que formaran parte de su personalidad y jugarán un papel importante en su vida personal y social.

Al ser la familia el primer ámbito que proporciona educación al niño, ésta debe tomar en cuenta la importancia que tiene sobre la educación de sus hijos. La

⁵³ http://www.uwex.edu/ces/flp/conference/documents/Perfetti_EmotionCoachingSpanish.pdf
Gottman, John. Criando a un niño emocionalmente inteligente. Los cinco pasos del entrenamiento emocional. Pág. 4

familia debe ser el espacio donde el niño debe aprender, crecer, desarrollarse y crear su propia representación del mundo.

Así como favorecer la educación para la vida comunitaria, apoyando al niño para que aprenda valores como la participación y la cooperación, y que posteriormente transfiera estos aprendizajes a otros contextos sociales en los que participe.

Sin embargo, los padres no reciben una formación para llevar a cabo este proceso; por tal motivo es importante que las familias tengan un marco de referencia para guiar, orientar y educar a sus hijos.

Actualmente, las familias no son como eran antes: el núcleo familiar es más reducido, se tienen menos hijos, hay más familias monoparentales, el tiempo que pasan los niños en casa es menor y la mayoría de las veces ambos padres salen a trabajar y pasan menos tiempo con sus hijos.

Los niños ingresan a la escuela a una edad más temprana. Por lo tanto, todas estas situaciones de la sociedad actual nos llevan a considerar a la educación como una tarea de padres y profesores.

Anteriormente se consideraba que la escuela y la familia tenían responsabilidades diferentes hacia los niños; los padres debían enseñar a sus hijos buenos modales mientras que la escuela enseñaba los conocimientos de la lectoescritura, matemáticas, historia, etc.

Aún así, al tener funciones diferentes, familia y escuela tienen responsabilidades compartidas y deben cooperar y unir sus esfuerzos en un fin común, que es la educación de los niños.

La escuela debe complementar la labor educativa de la familia, tomando en cuenta que el niño se desenvuelve en esos 2 espacios (familiar y escolar) a muy temprana edad. Por lo tanto, debe existir una coherencia entre ambos espacios para cumplir su objetivo; partiendo del entendimiento de que el niño es un ser integral que percibe y vive todo lo que le rodea.

Los objetivos educativos de la familia y la escuela deben favorecer el crecimiento biológico, psicológico, social, ético y moral del niño, es decir, su desarrollo integral.

Así, debe haber una estrecha coordinación entre estos 2 ambientes que permita que existan los siguientes elementos entre padres y profesores: confianza y comunicación sobre las inquietudes y dudas acerca del comportamiento y evolución de los niños, favoreciendo su desarrollo.

Resumiendo esto podemos señalar que las responsabilidades que pueden compartir padres y profesores son:

- Transmitir al niño normas, valores y costumbres.
- Propiciar el desarrollo de habilidades sociales de autonomía. Es decir que aprenda a ser independiente y favorecer el desarrollo de habilidades de interacción como la expresión de sus emociones.
- Enseñar conocimientos y estrategias educativas.
- Enseñar normas y responsabilidades familiares.

La propuesta educativa que se presenta se fundamenta en los pilares de la Educación para el futuro: Aprender a conocer, Aprender a ser, Aprender a hacer y Aprender a vivir en comunidad. Estos pilares han de fundamentar las relaciones entre la escuela y familia favoreciendo la comunicación, la participación y la colaboración, para superar los factores estructurales de la propia escuela, así como las teorías implícitas de padres y profesores sobre la educación, la enseñanza, la familia, la escuela, el papel de cada uno en esta tarea, etc.⁵⁴

Así podemos concluir que la participación de los padres en la vida escolar de los niños tiene consecuencias positivas en ellos: mayor autoestima, mejor rendimiento escolar, mejores relaciones padres-hijos y actitudes más positivas de los padres hacia la escuela.

⁵⁴ AGUILAR, Ramos Ma. Carmen. Revista Contextos de Educación. V. Octubre 2002. Págs. 202 – 215. Universidad de Río Cuarto. Córdoba. Argentina ISSN 1514-2655.

PROPUESTA DE TALLER PARA PADRES: COMO POTENCIAR EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS MENORES DE 6 AÑOS.

JUSTIFICACIÓN.

¿Por qué un Taller sobre Inteligencia Emocional para padres?

Hoy en día, muchos padres de familia nos preguntamos si la forma en como estamos educando a nuestros hijos es la más adecuada, si estamos cumpliendo bien nuestra tarea como padres y educadores, 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 educar mejor a nuestros hijos.

Esta necesidad hace que padres, tutores o futuros padres busquen información y quieran prepararse para desempeñar la difícil tarea de ser padre con un mayor conocimiento sobre lo que significa ser padre y contribuir con la educación de los hijos en el ámbito familiar.

Es en la familia donde se inicia y deben recibir los niños su primer aprendizaje sobre las emociones, que les permita adquirir la madurez necesaria y poder actuar adecuadamente en equilibrio consigo mismos y con los demás dentro de la sociedad.

El ofrecer un taller sobre emociones dirigido a los padres 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 en reacción, que en ocasiones nos lleva a lastimar a nuestros semejantes en forma involuntaria o contribuimos a crear un ambiente familiar de tensión, situaciones que en ocasiones no sabemos como cambiar.

Es relevante darle importancia a lo que sentimos en nuestra manera de actuar, a fin de que podamos utilizar nuestros conocimientos y razonamiento en consecuencia y armonía con lo que sentimos.

Por ello, se ha elaborado el siguiente taller, a fin de orientar, acompañar en su reflexión y compartir experiencias sobre las emociones y sentimientos para que podamos utilizarlos en nuestra vida cotidiana y en este sentido, enseñarles a nuestros hijos a incluirlos en la vida cotidiana de ellos mismos.

PROPÓSITO DEL TALLER.

Brindarles a los participantes información sobre como apoyar el desarrollo integral de los niños a través de la experiencia en distintas situaciones para el trabajo con las emociones.

OBJETIVOS DEL TALLER.

Que los participantes experimenten distintas situaciones que enfrentan normalmente los miembros de una familia, a fin de identificar las emociones involucradas y buscar diversas alternativas para su expresión.

Que los participantes obtengan una mayor comprensión de lo que es la Inteligencia Emocional, sus mecanismos y formas de incorporarla en su ámbito familiar.

METODOLOGÍA DEL TALLER.

El Taller está dirigido a los padres o tutores de niños menores de 6 años y también a aquellos que planean ser padres; esto de acuerdo al contenido del mismo. La cantidad de participantes se considera de entre 20 y 30 participantes esto con la finalidad de que se puedan llevar a cabo todas las actividades didácticas establecidas.

Se programarán 4 sesiones de 2 horas cada una, realizándolas una vez por semana; lo cual permitirá abarcar todos los temas del Taller de acuerdo a los temas y actividades organizadas.

Cada sesión está organizada de acuerdo a los contenidos determinados y sus objetivos, y se llevarán a cabo actividades y técnicas grupales que ayudarán a que se cumplan los objetivos señalados. Dichas técnicas serán de

presentación, para la reflexión y el intercambio de experiencias entre los participantes.

El profesional que coordine el taller será un psicólogo o pedagogo ya que su perfil profesional les permite identificar, valorar y proponer alternativas de prevención y solución a las diversas situaciones de interacción social y organizacional que se generan entre individuos, grupos, instituciones y comunidades, para el desarrollo integral del ser humano y la sociedad en el ámbito organizacional.

Así como también tienen la capacidad de intervenir como facilitadores y/o educadores en los procesos sociales que favorecen o perjudican a la persona en su desarrollo, salud mental y/o calidad de vida.

Los psicólogos y pedagogos tienen la facultad de educar a nivel individual y comunitario a fin de promover una creciente salud mental involucrando activa y conscientemente a los sujetos de su acción, sean personas o comunidades (familias, grupos en desarrollo y/o rehabilitación.)

CONTENIDO DEL TALLER.

1. La educación y las emociones.

Educación.

El estudio de las emociones.

Emociones y sentimientos.

Las emociones en el proceso educativo.

Características de la educación emocional.

2. Inteligencia emocional.

Emociones

Antecedentes de la Inteligencia Emocional.

La Inteligencia Emocional de Goleman.

Principios de la Inteligencia Emocional.

3. Desarrollo emocional del niño desde su nacimiento hasta los 6 años.

El desarrollo emocional del niño.

Maduración y aprendizaje. Bases del desarrollo.

Etapas del desarrollo emocional del niño de 0 a 6 años.

4. La familia y la Inteligencia Emocional.

Papel de la familia.

Aspectos de la Inteligencia Emocional que se pueden trabajar en la familia.

Educación, familia y escuela.

MATERIAL Y RECURSOS DIDÁCTICOS.

Se van a utilizar diversos materiales como un juego de lotería elaborado y adaptado tomando en cuenta el contenido del taller, cartulinas, hojas de papel, plumones, lápiz, pegamento, maskin tape, recortes de revistas, periódicos, colores, tarjetas, pizarrón, gises, entre otros.

CARTA DESCRIPTIVA

SESION 1

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MATERIAL	TIEMPO
PRESENTACION DE LOS PARTICIPANTES DEL TALLER	QUE LOS PARTICIPANTES SE CONOZCAN Y COMIENCEN A RELACIONARSE	EL COORDINADOR PRESENTARÁ EL TALLER Y EN QUE CONSISTE	PRESENTACIÓN POR PAREJAS. LOS REFRANES.	TARJETAS CON LOS REFRANES	25 MINUTOS.
LA EDUCACION	LOS PARTICIPANTES DISCUTIRAN SOBRE EL CONCEPTO DE EDUCACION	EL COORDINADOR PREGUNTARA A LOS PARTICIPANTES QUE ENTIENDEN POR EDUCACION.	LLUVIA DE IDEAS DISCUSION	PIZARRÓN HOJAS DE PAPEL LAPICES GISES	30 MINUTOS
EL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES	IDENTIFICARAN EL PROCESO DE ESTUDIOS QUE SE HA HECHO SOBRE LAS EMOCIONES.	EXPOSICION DEL TEMA	EXPRESARÁN SUS PUNTOS DE VISTA DE ACUERDO A LO QUE CONOZCAN SOBRE EL TEMA	LÁMINAS DE PAPEL PLUMONES	15 MINUTOS
TÉCNICA DE ANIMACIÓN	DESARROLLAR LA CONCENTRACIÓN, LA RAPIDEZ MENTAL Y LA ANIMACIÓN	COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	LA ÚLTIMA LETRA		20 MINUTOS
EMOCIONES Y SENTIMIENTOS	ANALIZAR Y DIFERENCIAR ENTRE LOS CONCEPTOS DE EMOCION Y SENTIMIENTO	EL COORDINADOR DARÁ A CONOCER LOS CONCEPTOS DE EMOCION Y SENTIMIENTO	EXPRESARAN EN UN AFICHE LO QUE ENTIENDEN POR SENTIMIENTO Y EMOCION.	CARTULINA RECORTES DE REVISTAS Y PERIÓDICOS TIJERAS Y PEGAMENTO	30 MINUTOS

SESION 2

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MATERIAL	TIEMPO
LAS EMOCIONES EN EL PROCESO EDUCATIVO	RESALTAR LA IMPORTANCIA QUE TIENEN LAS EMOCIONES EN LA EDUCACIÓN	EXPOSICIÓN DEL TEMA COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	TÉCNICA: LECTURA EFICIENTE	UN ARTÍCULO SOBRE EL TEMA PAPEL BOND PLUMONES	30 MINUTOS
CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.	ORDENAR Y CLASIFICAR LAS CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL	COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	TÉCNICA: EN RIO REVUELTO, GANANCIA DE PESCADORES	PAPEL, CLIPS, PLUMONES	20 MINUTOS
TÉCNICA DE ANIMACIÓN	ANIMACIÓN Y CONCENTRACIÓN	COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	TÉCNICA: EL BUM		10 MINUTOS
ANTECEDENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	CONOCERAN LOS ANTECEDENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	EXPOSICIÓN DEL TEMA		DIAPOSITIVAS PROYECTOR	15 MINUTOS
QUE ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	SABRÁN LO QUE ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	EXPOSICIÓN DEL TEMA COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	LLUVIA DE IDEAS CON TARJETAS	LÁMINAS CON EL TEMA, TARJETAS DE PAPEL, PLUMAS	20 MINUTOS
ASPECTOS Y CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	IDENTIFICARAN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA I.E.	EXPOSICIÓN DEL TEMA COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	TÉCNICA: LA CLÍNICA	HOJAS LAPICES PROYECTOR DIAPOSITIVAS	25 MINUTOS

SESION 3

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MATERIAL	TIEMPO
DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO DE 0 A 6 AÑOS	CONOCERAN TODOS LOS ELEMENTOS QUE ESTÁN INMERSOS EN EL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO	EXPOSICIÓN DEL TEMA		HOJAS LAPICES PROYECTOR DIAPOSITIVAS	25 MINUTOS
EMOCIONES Y SENTIMIENTOS	IDENTIFICARAN DIFERENTES EMOCIONES Y SENTIMIENTOS.	COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	JUEGO DE ROLES	TARJETAS CON LOS NOMBRES DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES	25 MINUTOS
BASES DEL DESARROLLO EMOCIONAL	CONOCERAN CUALES SON LAS BASES DEL DESARROLLO EMOCIONAL	EXPOSICIÓN DEL TEMA		HOJAS LAPICES PROYECTOR DIAPOSITIVAS	10 MINUTOS
ETAPAS DEL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO DE 0 A 6 AÑOS	IDENTIFICARAN LAS DIFERENTES CARACTERISTICAS EMOCIONALES QUE DESARROLLAN LOS NIÑOS DURANTE ESA ETAPA	EXPOSICIÓN DEL TEMA Y COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	TECNICA LOTERÍA	LÁMINAS DE PAPEL TARJETAS PLUMONES FICHAS	30 MINUTOS
ETAPAS DEL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO DE 0 A 6 AÑOS	IDENTIFICARAN LAS DIFERENTES CARACTERISTICAS EMOCIONALES QUE DESARROLLAN LOS NIÑOS DURANTE ESA ETAPA	EXPOSICIÓN DEL TEMA Y COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	TECNICA LOTERÍA	LÁMINAS DE PAPEL TARJETAS PLUMONES FICHAS	30 MINUTOS

SESION 4

TEMA	OBJETIVO	ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	MATERIAL	TIEMPO
LA FAMILIA Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	RECONOCERAN LA IMPORTANCIA QUE TIENE LA FAMILIA DENTRO DEL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL DEL NIÑO.	EXPOSICIÓN DEL TEMA Y COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA.	SOCIODRAMA		20 MINUTOS
TECNICA DE COMUNICACIÓN	VER COMO LA INFORMACIÓN SE DISTORSIONA A PARTIR DE LA INTERPRETACIÓN QUE CADA UNO LE DA.	COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA	EL RUMOR	UN MENSAJE ESCRITO.	20 MINUTOS
LOS 5 COMPONENTES DE LA I.E SEGÚN GOLEMAN	CONOCERÁN LOS COMPONENTES DE LA I.E. QUE PROPONE GOLEMAN	EXPOSICIÓN DEL TEMA.		LÁMINAS	20 MINUTOS
LOS 5 COMPONENTES DE LA I.E SEGÚN GOLEMAN	CONOCERÁN LOS COMPONENTES DE LA I.E. QUE PROPONE GOLEMAN	EXPOSICIÓN DEL TEMA Y COORDINACIÓN DE LA TÉCNICA.	DESCUBRIENDO PROBLEMAS	HOJAS, ROTAFOLIO, UNA SITUACIÓN ESCRITA	30 MINUTOS
EVALUACION DEL TALLER Y DE LOS PARTICIPANTES.	CONOCER SI EL TALLER CUMPLIO SUS OBJETIVOS ESTABLECIDOS	HARÁ EL CIERRE DEL TALLER.	CUESTIONARIO	CUESTIONARIO ESCRITO	30 MINUTOS

CONCLUSIONES.

Como se establece en el capítulo 1, la educación es un proceso que les permite a las personas insertarse en el medio social pero además les ayuda a colocarse en un ámbito laboral que le va a permitir desarrollarse profesionalmente, aprender y conocer más sobre el mundo en general. Sin embargo, los seres humanos además de tener la capacidad de pensar, sentir, así nuestra vida se sostiene y es producto de nuestros pensamientos, sentimientos y emociones. A cada uno de nosotros nos mueve lo que pensamos y lo que sentimos. Por lo tanto, el proceso educativo que se inicia en la familia, al ser tan significativo dentro de la vida de las personas, debe tomar en cuenta al hombre como un ser integral formado por razón y emociones, debido a que en todas las acciones que realiza están involucradas de una u otra manera las emociones.

Es muy importante subrayar como los avances tecnológicos han contribuido a desarrollar e incrementar la inteligencia racional de los niños, pero desafortunadamente al mismo tiempo esto ha hecho que se descuiden sus capacidades emocionales.

Hoy en día, es importante darle importancia al papel que juegan nuestras emociones en todo lo que hacemos, siempre y cuando no restemos importancia a nuestros pensamientos.

Como pudimos observar en el capítulo 1, tal es la importancia de las emociones en nuestra vida, que han sido objeto de estudio desde Darwin, quien ya hablaba de emociones y sentimientos; hasta científicos y psicólogos más recientes como Daniel Goleman, quienes le confirieron orígenes orgánicos, psicológicos y sociales a las emociones. Y asimismo las emociones han estado presentes en la Filosofía, así como en la Literatura.

Conjuntamente, encontramos que de los estudios que se han hecho sobre las emociones se ha demostrado que éstas y los sentimientos no se refieren al mismo concepto; en tanto, una emoción se presenta a nivel fisiológico ante un suceso determinado, dicha emoción genera un sentimiento, el cual expresa la forma en que pensamos y expresamos dicha emoción para comunicarla.

Así como lo encontramos en el capítulo 2, surge el término de Inteligencia Emocional, que hoy en día es un tema de interés para muchas personas principalmente para aquellos que tienen una labor tan importante como es la educación y formación de los niños, sean psicólogos, pedagogos, profesores o padres de familia, entre otros.

Como profesional de la educación y al estar tan interesada en la educación de los niños, el realizar este trabajo e investigar sobre el tema, fue para mí muy enriquecedor ya que conforme avanzaba y conocía más sobre el tema, más reflexionaba y me convencía de lo importante que es incluir las emociones en la educación y el buscar desarrollar la Inteligencia Emocional de los niños para así favorecer su desarrollo integral, formando así seres humanos racionales y afectivos. Me resulta significativo mencionar como a pesar de que desde muy temprana edad el niño es un ser emocional, y por lo tanto, se debe tomar en cuenta como un individuo integral; aún existen situaciones las cuales únicamente se enfocan en la parte cognitiva de las personas, dejando de lado la parte emocional.

Es por eso que la educación emocional debe promoverse tanto en la escuela, como dentro de la familia, con el propósito de que escuela y familia trabajen conjuntamente sobre este aspecto, para que así los niños desarrollen su Inteligencia Emocional, la cual como indica Daniel Goleman, les brindará muchos beneficios.

Al contribuir en la educación emocional podemos ayudar a los pequeños a conocer y reconocer sus emociones y las de los demás; logrando así tener niños más sensibles. Y más aún en esta época en donde se viven día con día situaciones tan críticas como la violencia y la inseguridad y en donde se han perdido valores como lo son el respeto y el amor. Se debe contribuir a que estas emociones sean comprendidas y valoradas para conocerlas mejor.

Pero al mismo tiempo esta educación emocional debe guiar a los niños para que aprendan a manejar sus emociones y apoyarlos para una mejor convivencia con su entorno; es decir, apoyarlos para que actúen de la mejor manera logrando así un equilibrio entre la razón y la emoción.

Así, fomentar la empatía, la cual le va a permitir a los niños entender mejor a los demás y quizá contribuir a formar individuos más generosos, comprometidos y solidarios. Les permitirá establecer relaciones sociales tomando en cuenta valores como son la amistad, cortesía, respeto, lealtad, entre otros.

Los padres como formadores de sus hijos deben comenzar por propiciar un ambiente adecuado para optimizar el desarrollo emocional de los niños, tomando en cuenta sus emociones y sentimientos; y más en estos tiempos en que estamos viviendo situaciones tan complicadas. Tomar en cuenta al niño como un ser integral favorece su óptimo desarrollo, crecimiento y madurez para llegar a ser un adulto con grandes oportunidades en su vida.

El tema de la educación emocional a pesar de ser un tanto complejo, puede ser utilizado como una herramienta a través de talleres dirigidos a los padres, para favorecer la inteligencia emocional y una educación integral de los pequeños. Un Taller posibilita el que los padres interesados conozcan más sobre el tema, escuchen a otros padres, intercambien experiencias y reflexionen sobre sus formas de actuar en la familia sobre las emociones.

Por lo tanto espero que este proyecto sea de gran utilidad para aquellos profesionales en el ámbito educativo, como lo son: psicólogos, pedagogos, orientadores educativos; y que sea utilizado como una herramienta que favorezca y beneficie el desarrollo integral de los niños y la labor educativa y formadora de los padres de familia.

BIBLIOGRAFIA.

AGUILAR, Ramos Ma. Carmen. Revista Contextos de Educación. V. Octubre 2002. Págs. 202 – 215. Universidad de Río Cuarto. Córdoba. Argentina ISSN 1514-2655.

BISQUERRA, Alzina Rafael. *Educación Emocional y Bienestar* .Colección Educación emocional. Barcelona: Praxis, 2000.

CALHOUN, Cheshire y SOLOMON Robert. *¿Qué es una emoción?* En MAYA, Betancourt et al. *Inteligencia emocional y educación*. Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio, 2003.

COHEN, Dorothy. *Como Aprenden los Niños*. México: Fondo de Cultura Económica (FCE), 1997.

CORBELLA, Joan. *Bienestar Emocional. Reflexiones Sobre Como Disfrutar la Vida*. Trad. Por María Sánchez Pérez. España: Planeta. 2005

DURKHEIM, Emile. *Educación y Sociología*. 3ª ed. México: Colofón, 1991.

GALLEGO, Domingo J. et al. *Implicaciones Educativas de la Inteligencia Emocional*. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia, 1999.

GOLEMAN, Daniel. *La Inteligencia Emocional. Porque es más Importante que el Cociente Intelectual*. Trad. Por Elsa Mateo. 27ª ed. México: Ediciones B, 2001.

IGLESIAS, Cortizas 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.

MARTINEAUD, Sophie. *El test de Inteligencia Emocional*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, 1997.

MAYA, Betancourt Arnobio et al. *Inteligencia emocional y educación*. Colombia: Cooperativa Editorial Magisterio, 2003.

MORIN, Edgar. *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Barcelona: Páidos Ibérica, 2002.

QUINTANA, José Ma. *Pedagogía Familiar*. Madrid: Narcea, 1993.

SARRAMONA, López Jaime. *Fundamentos de educación*. España: CEAC, 1997.

SEGURA, Morales Manuel. *Educación las Emociones y los sentimientos*. Madrid: Narcea, 2003.

SHAPIRO, Lawrence. *La inteligencia emocional en los niños*. Argentina: Ediciones B, 1997.

SIEGFRIED, Brockert. *Los tests de inteligencia emocional*. Munchen: Océano, 1996.

SROUFE, Alan. *Desarrollo emocional*. México: Oxford, 1995.

VYGOTSKY, L. S. *Obras escogidas II*. Moscú: Editorial Pedagógica, 1982.

Angela Guzmán. Desarrollo emocional de los niños (en línea). Disponible en <http://apuntes.rincondelvago/desarrollo-emocional-de-los-ninos.html>. (Consultado el 6 de agosto de 2007).

El niño entero. El ABC del desarrollo del niño (en línea). Disponible en <http://www.pbs.org/wholechild/spanish/abc/index.html>. (Consultado en agosto 2007).

Javier Palanca. Desarrollo e involución de la conducta (en línea). Disponible en <http://www.monografias.com/trabajos/conducta/conducta.shtml>. (Consultado en agosto 2007).

Nelson Marcelo Aldaz Herrera. La Inteligencia emocional en la educación (en línea). Disponible en <http://www.monografias.com/trabajos34/inteligencia.emocional/inteligenciaemocional.shtml>. (Consultado en agosto 2007).

Paloma Cuadrado. La Inteligencia Emocional (en línea). Disponible en http://www.down21.org/educ_psc/educacion/Emocional/Inteligencia_e5.htm. (Consultado en agosto 2007).

John Gottman. Criando a un niño emocionalmente inteligente. Los cinco pasos del Entrenamiento emocional (en línea). Disponible en <http://ampafluvia.files.wordpress.com/2009/05/los-cinco-pasos-entrenamiento-emocional.doc>. (Consultado en agosto 2007).