

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



La inteligencia emocional en niños y niñas del nivel inicial

Trabajo académico presentado para optar el Título de Segunda
Especialidad Profesional en Educación Inicial.

Autora.

María Elena Rojas Ramírez

TUMBES – PERÚ

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



La inteligencia emocional en niños y niñas del nivel inicial

Los suscritos declaramos que la monografía es original en su
contenido y forma.

María Elena Rojas Ramírez. (Autora)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo. (Asesor)

TUMBES – PERÚ

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACION DE TRABAJO ACADEMICO.

En Tumbes, a los veintiséis días del mes de febrero del dos mil diecinueve, se reunieron en un ambiente de la I.E. José Antonio Encinas, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la educación peruana, al Dr. Segundo Albuquerque Silva, coordinador del programa, representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas, representante del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana (Secretario) y Mg. Wendy Cedillo Lozada (Vocal), con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: "La investigación emocional en niños y niñas del nivel inicial", para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial a la señora María Elena Rojas Ramírez

A las DOCE horas veintiseis minutos y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto.

Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación del jurado lo declararon APROBADO por UNANIMIDAD con el calificativo BUENA.

Por tanto, María Elena Rojas Ramírez, APTA, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Inicial.

Siendo las DOCE horas con veintiseis minutos, el presidente del jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firman en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.


Dr. Segundo Albuquerque Silva
Presidente del Jurado


Dr. Andy Figueroa Cárdenas
Secretario del Jurado


Mg. Wendy Cedillo Lozada
Vocal del Jurado

ÍNDICE

RESUMEN

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I: Las emociones y la inteligencia emocional	7
1.1. Las emociones.....	8
1.1.1. Definición de emociones.....	9
1.1.2. Componentes de las emociones.....	11
1.1.3. Función de las emociones.....	13
1.1.4. Emociones básicas.....	16
1.2. La inteligencia emocional.....	17
1.2.1. Definición de inteligencia emocional.....	19
1.2.2. Habilidades de la inteligencia emocional	
CAPÍTULO II: Educación emocional y educación inicial	20
1.3. Educación emocional.....	20
1.3.1. Definición.....	23
1.3.2. Competencia emocional.....	24
1.3.3. Conciencia emocional.....	25
1.3.4. Regulación emocional.....	26
1.3.5. Autonomía personal o autorregulación.....	27
1.3.6. Inteligencia interpersonal.....	28
1.3.7. Habilidades de vida y bienestar.....	29
1.4. Educación inicial.....	29
1.4.1. Características evolutivas en el desarrollo de los niños del nivel inicial.....	31
1.4.2. Importancia de la educación emocional en el nivel inicial.....	

CAPÍTULO III: Desarrollo de la inteligencia emocional en el nivel inicial

1.5. Cómo se desarrolla la inteligencia emocional.....	39
1.6. Programas de educación emocional en inicial.....	42
1.7. Educación emocional para niños de 3 a 5 años.....	43
1.7.1. Técnicas utilizadas en la educación de las emociones.....	45
CONCLUSIONES.....	51
REFERENCIAS.....	52

RESUMEN

En muchas ocasiones, los niños son reprimidos por las personas mayores, sin pensar que emocionalmente están siendo destruidos. Ahora, es momento de trabajar esta área para reforzar las emociones que también forman parte del ser de los niños y niñas.

Los niños y niñas son muy sensibles más aún en esta temprana edad, por eso, los adultos debemos reforzar las emociones para mejorar su autoestima y su interés en el aprendizaje.

En el nivel inicial, la docencia debe ser consiente de este aspecto. Por lo que, debe buscar mejor el trato, la autoestima y la comprensión integral de la persona; y así crear un clima fructífero en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Palabras clave: Emoción, inteligencia emocional, desarrollo emocional.

INTRODUCCIÓN

La nueva metodología que se viene trabajando en nuestra profesión de la docencia no sólo está pendiente en la adaptación al avance con respecto a educación.

El autor del libro *Inteligencia Emocional*, Daniel Goleman, aduce que: “La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social. (pp. 43-44). Muslera, M, (2016) señala “Donde nos habla de la importancia de las emociones y su uso inteligente en los diversos ámbitos de vida cotidiana, así como la naturaleza de las mismas y la necesaria alfabetización de las emociones”.

Ante esto, se puede notar que muchos docentes sólo se centran en querer lograr su competencia, sin mirar la parte emocional de los niños y niñas. Hay que empezar a trabajar el buen trato, considerar la autoestima, ser empáticos, la motivación emocional, control de impulsos para mejorar el comienzo de la educación básica.

El presente trabajo académico persigue objetivos que lo guían en su desarrollo y entre ellos tenemos al **OBJETIVO GENERAL**: Comprender los medios para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños de educación inicial; asimismo, tenemos **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**: 1. Entender el papel de la educación inicial en el desarrollo de la inteligencia emocional, también 2. Conocer el marco conceptual de la inteligencia emocional

CAPÍTULO I

LAS EMOCIONES Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.1. Las emociones

Hoy vivimos en un ambiente globalizado donde todo lo podemos aprender, solamente presionando una tecla o al darle una orden a nuestro equipo móvil, laptop, tablet, etc. Pero no siempre lo que se aprende es bueno u adecuado para nuestra vida; es en ese sentido que nuestros hijos o niños en Edad Escolar del Nivel Inicial están inmersos en este avance tecnológico globalizado pues ellos son considerados Digitales Natos, pues ellos pueden navegar en el mundo digital tanto o mejor que nosotros los adultos; es en ese mundo donde adquieren comportamientos en algunos casos inadecuados, al observar dibujos o programas de TV. Que no son apropiados para su edad; donde ellos lo ponen en practican en ambientes educativos, con sus pares en el centro inicial, dificultando de esta manera la convivencia escolar, así como también el desarrollo de su aprendizaje. Donde como docentes tenemos un gran reto, una lucha constante frente a estas conductas negativas y el logro de competencias acordes a su edad, para lograr este reto tenemos que recurrir a nuestros aliados que son los propios padres; **¿cómo podremos entender este actuar de los niños en el ambiente escolar y familiar?** Para esto recurrimos a la investigación sobre sus emociones; debemos empezar conociendo: ¿Qué son las emociones?

1.1.1. Definición de emociones

“No existe un único concepto a cerca de las emociones, a lo largo de la historia de la humanidad, ha habido tantos conceptos como emociones en sus más amplias expresiones, por lo cual, trataremos de hacer un paneo en algunas de estas

definiciones a cerca de las emociones, tratando de rescatar diferencias y similitudes en los diferentes autores.” (Muslera, M, 2016)

Según Redorta y Cols (2006) citados en (Muslera, M, 2016), “las emociones son: aquellos estados y percepciones, de los estímulos internos y externos, en una suerte de acercamiento y adaptación frente a cualquier cambio o adversidad, con el cual tengamos que enfrentarnos en nuestra vida cotidiana.”

“Plutchik (1980), sugiere que deberíamos estudiar una emoción, como una respuesta conductual objetiva, este mismo autor logra reunir, 28 definiciones con diferencias y similitudes entre sí, donde algunas de ellas se centran en aquellos aspectos más relacionados con lo conductual, mientras que otras se centran en los aspectos puramente fisiológicos.” (Muslera, M, 2016)

“En un principio, Salovey y Mayer (1996) plantearon las emociones como elementos que modifican y desordenan la mente, idea esta que debió ser modificada, ya que se observó que incluso algunas situaciones intensas, podrían servir de estímulo en los procesos de aprendizaje y que no necesariamente implican desorden.” (Muslera, M, 2016)

Bisquerra (2003,) citado en (Muslera, M, 2016) afirma que las emociones son: “...un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno . (p.12); mientras que para Frijda (2004) dice que la verdadera importancia de las emociones es la identificación y valoraciones acerca de hechos que puedan significar más relevantes en nuestras vidas.”

“Fredrickson (2001) considera las emociones como tendencias de respuestas, cuyo poder adaptativo va acompañado de ciertas manifestaciones fisiológicas dentro de las cuales destacamos la importancia de las expresiones faciales como facilitadoras en los procesos de interacción, así como fuentes de información acerca de los propios estados emocionales para uno mismo y para el entorno” (Muslera, M, 2016)

1.1.2. Componentes de las emociones

“Las emociones, constan de tres componentes principales, que son: de naturaleza neurofisiológico, cognitivo y de comportamiento” (Muslera, M, 2016).

“Algunos de los aspectos más notorios de los componentes neurofisiológicos tienen que ver con la función de respuesta y pueden manifestarse en forma de sudoración, taquicardia, respiración etc. Estas suelen ser de carácter involuntario a los cuales no podemos controlar a nuestro antojo, pero si pueden llegar a ser inducidas por diferentes técnicas de relajación, como por ejemplo Mindfulness”. (Muslera, M, 2016).

“En segundo lugar, lo cognitivo hace referencia a la manera en la cual valoramos nuestras experiencias y vivencias subjetivas, de lo cual el autor dice: El componente cognitivo hace que calificuemos un estado emocional y le demos un nombre” (Muslera, M, 2016)

“Por otro lado, Enríquez (2011), expone acerca del componente comportamental, como elemento de información acerca del tipo de emociones que podamos estar experimentando, como: las expresiones faciales, el lenguaje verbal y el no verbal.” (Muslera, M, 2016)

Trabajando con inteligencia en el aula, (s.f) agrega “Otros autores lo definen como la capacidad de controlar, comprender e identificar nuestros sentimientos y nuestras emociones, reconociéndolas también en los demás, e implica dirigir las y equilibrarlas.”

Podemos hablar de cinco componentes de la inteligencia emocional:

- **“El conocimiento de las propias emociones.** El reconocer las emociones, la capacidad de construir una percepción precisa respecto a uno mismo.” (Trabajando con inteligencia en el aula, s.f)
- **“La capacidad para controlar las emociones.** A través de la conciencia y reflexión.” (Trabajando con inteligencia en el aula, s.f)
- **“La capacidad de motivarse uno mismo.”** (Trabajando con inteligencia en el aula, s.f)

- **“El reconocimiento de las emociones ajenas.** La empatía, nos permite reconocer y entender las emociones de los demás” (Trabajando con inteligencia en el aula, s.f).
- **“El control de las relaciones.** La capacidad de entendernos con los demás y relacionarnos adecuadamente.” (Trabajando con inteligencia en el aula, s.f)

“¿Por qué está teniendo tanta importancia la inteligencia emocional para un desenvolvimiento eficiente y saludable de las personas, especialmente de los niños en su vida diaria? Para esta pregunta solo existe una respuesta: psicología. Solo si entendemos el comportamiento humano obtendremos respuestas a cerca de sus conductas y también conseguiremos un mayor rendimiento y optimización en nuestras acciones, así como influir de forma positiva en los demás.” (Trabajando con inteligencia en el aula, s.f)

1.1.3. Función de las emociones

“Nos parece relevante, hablar sobre las funciones que tienen las emociones en nuestras vidas, para poder ir entendiendo la necesidad de la aplicación de la educación emocional y tratar de analizar el posible beneficio al aplicarlo, principalmente en instituciones dedicadas a la primera infancia.” (Muslera, M, 2016)

“Chóliz y Tejera, trabajan sobre la idea de Reeve (1994) a cerca de las tres principales funciones de las emociones” (Muslera, M, 2016):

- A. “Función adaptativa.** Sirve para facilitar la adaptación de cada individuo al medio ambiente al que corresponda, que predispone a una posible huida en caso de ser necesario para preservar su vida. ” (Muslera, M, 2016)
- B. “Función motivacional.** Las emociones pueden predisponer a la acción, por lo tanto, pueden llegar a motivarnos hacia la acción” (Muslera, M, 2016)
- C. “Función social.** Al comunicar lo que sentimos, facilitamos la comunicación e interacción con los demás” (Muslera, M, 2016)

“Podríamos hablar de una cuarta función y que tienen relación con los componentes de orden más comportamental como menciono anteriormente Enríquez (2011), que sería la de información, según Paul Ekman (1997), en cual manifiesta que las expresiones emocionales, nos aportan valiosa información, con respecto a nuestros estados anímicos, y también le brinda una idea a los demás sobre nuestras intenciones y emociones” (Muslera, M, 2016)

“En relación a estas dos últimas funciones de las emociones (social y de información), Ekman (1997) realizó un estudio comparativo entre diferentes culturas y la similitud en las expresiones faciales, al representar determinadas emociones. Uno de los resultados fue que: existen siete expresiones universales de la cara, vinculada a las siete emociones básicas que Ekman utilizó en sus estudios (Felicidad, tristeza, ira, miedo, sorpresa, desdén y asco) Esto facilita la identificación de las emociones, a través de la observación de las expresiones faciales, sirviendo como herramienta a ser usada también en la educación emocional. ” (Muslera, M, 2016)

“También se pueden utilizar, las expresiones faciales para poder modular otras emociones que puedan resultar inconvenientes en un momento dado, esto se puede entender con mayor claridad en la teoría de la neurona espejo en Bisquerra” (Muslera, M, 2016)

1.1.4. Emociones básicas

“Se consideran emociones básicas aquellas que cumplen algunas de estas condiciones” (Muslera, M, 2016):

“Poseer un sustrato neuronal con una expresión facial, sentimientos, derivados de procesos evolutivos y biológicos, que tengan además ciertas propiedades que motiven o que sirvan para organizar aquellas funciones adaptativas, de manera específica y diferenciada a la vez. (Izard-1991). ” (Muslera, M, 2016)

“Para otros autores, las emociones básicas son más o menos intensas y breves en el tiempo (Fredrickson, 2001) mientras que otros autores prefieren hacer una diferenciación entre emociones negativas (tristeza, asco) y positivas (alegría, esperanza, fluidez, etc.) cuanto a sus efectos y la claridad o no en sus respuestas.” (Fredrickson y Levenson, 1998) citados en (Muslera, M, 2016)

“Para Fernández- Abascal (1997) y Bisquerra (2000) las emociones básicas son 10: Ansiedad, culpa, decepción, desesperanza, frustración, ira, miedo, tristeza, vergüenza, inferioridad. A su vez consideran que las emociones pueden ser negativas o positivas de acuerdo a su afectación sobre el comportamiento de las personas y que, de esas emociones básicas, se derivan otras emociones consideradas secundarias pero que sin embargo poseen una naturaleza similar a las emociones de origen. Estas emociones secundarias, estarían más relacionadas al desarrollo cognitivo asociadas a estímulos de diversas índoles, incluso de manera un tanto abstracta. Podríamos decir que las emociones secundarias pueden derivarse a partir de la socialización y el desarrollo cognitivo, estas emociones son también conocidas como emociones autoconscientes” (Fernández-Abascal 2010). citados en (Muslera, M, 2016)

A continuación, haremos un repaso por algunas de las emociones según diferentes autores:

A. Positivas:

- **“Alegría:** Es una emoción caracterizada por un sentimiento positivo que surge en respuesta a conseguir alguna meta u objetivo deseado o cuando se experimenta una atenuación en un estado de malestar”. (Fernández- Abascal, 2009, p.105) citado en (Muslera, M, 2016)
- **“Interés:** Se agrega el interés, como una de las emociones más frecuentes en la vida de los humanos, como un estímulo hacia nuevas conductas de exploración y nuestros deseos de ser creativos.” Fernández Abascal (1995) citado en (Muslera, M, 2016)
- **“Felicidad:** Para Goleman (2006) es un estado de plenitud donde la persona se siente realizada frente a una meta u objetivo, lo cual le produce un estado de goce y alegría.”(Muslera, M, 2016)

B. Negativas:

- **“Envidia:** Agregan la envidia como emoción o un sufrimiento psicológico frente al éxito de los demás o la felicidad ajena.” Valles y Valles (2000) citado en (Muslera, M, 2016)

- **“Ira:** Es el enojo en su grado más elevado” dice Conangla (2002, p.217) citado en (Muslera, M, 2016)
- **“Miedo o Temor:** El miedo es la perturbación del ánimo por un daño que realmente nos amenaza o que se finge en la imaginación” (Conangla, 2002, p.220) citado en (Muslera, M, 2016)
- **“Tristeza:** Es un sentimiento introvertido de impotencia y pasividad. Hay una desmotivación general . (Conangla, 2002, p.231) Goleman (2006) no cataloga como una sensación de inquietud y vacío. ” (Muslera, M, 2016)
- **“Vergüenza:** Es considerado un sentimiento social relacionado directamente con la sensación de pérdida de dignidad que puede ser desencadenada por diferentes hechos (Conangla, 2002) siendo dirigida hacia uno mismo según Bisquerra (2000)” (Muslera, M, 2016)

Estas, son solo algunas de las emociones, quizás las más comunes que nos vienen en mente a diario.

1.2. La inteligencia emocional

“La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.” (Salovey y Mayer 1997:10) citado en (Muslera, M, 2016)

“Salovey y Mayer (1990) fueron los pioneros en Inteligencia Emocional, con un artículo en una revista, titulado: Emotional Intelligence retomado años más tardes por Daniel Goleman (1995) con algunas variaciones conceptuales, sobre todo en lo que refiere a los modelos propuestos, sobre inteligencia emocional, como iremos desarrollando en los siguientes párrafos. Por un lado, con las habilidades que proponen Salovey y Mayer y por otro el enfoque que utiliza Goleman acerca de la inteligencia emocional.” (Muslera, M, 2016)

1.2.1. Definición de inteligencia emocional

“Comprender las emociones, según vemos en Bisquerra (2003-2007) la propuesta de Salovey y Mayer (1990) es la de poder llegar a comprender las emociones e interpretarla de la forma más acertada posible.” (Muslera, M, 2016)

“Por otro lado, Salovey y Mayer (1990), plantean en este punto la importancia en comprender aquellas emociones más complejas que suelen combinar otras emociones antagónicas, como por ejemplo amor y odio, así como cierta habilidad para poder reconocer el paso de un estado emocional a otro” (Muslera, M, 2016)

“Regular las emociones para el crecimiento personal y emocional. Para estos autores: Salovey y Mayer (1990), consiste en la capacidad de intentar moderar las emociones negativas y potenciar las positivas, sin que haya necesaria represión de la misma o exagerar la información que estas conllevan, estando atento a los estados emocionales tanto positivos como aquellos negativos. Por lo tanto, Salovey y Mayer, proponen reflexionar sobre la utilidad de cada emoción a través de la información que nos aporta, prestando atención a las emociones propias y ajenas, como vemos en Bisquerra (2003)” (Muslera, M, 2016)

En 1995, Daniel Goleman plantea la siguiente definición:

“La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental. Ellas configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, que resultan indispensables para una buena y creativa adaptación social. (Goleman, 1995: 43-44).

En 1995, se marca un antes y un después en la temática de la “Inteligencia Emocional”, a través de la obra de Daniel Goleman. Donde nos habla de la importancia de las emociones y su uso inteligente en los diversos ámbitos de vida cotidiana, así como la naturaleza de las mismas y la necesaria alfabetización de las emociones.

Con similitudes y diferencias el Modelo de Goleman propone:

- “Primero se deberá conocer las propias emociones, para luego ir desarrollando habilidades que nos permitan manejar nuestras emociones, y auto motivarnos” (Muslera, M, 2016).
 - “Luego se espera que los sujetos sean capaces de desarrollar una empatía adecuada hacia los demás, y finalmente poder relacionarnos con los demás.” (Muslera, M, 2016)
- “A lo largo de su libro: La Inteligencia emocional , el autor narra una serie de ejemplos cotidianos y prácticos, donde va mostrando al lector, las posibles fallas emocionales y cuáles serían las performances apropiadas.” (Muslera, M, 2016)
- “Expone que las competencias emocionales podrían ser sustento a las demás competencias a nivel cognitivo, según Goleman se puede desarrollar la inteligencia emocional, pero requiere un determinado tiempo y constancia para lograr un cambio hacia la competencia emocional favorable, para lo cual, los estímulos internos y externos (soporte social) son de vital importancia para dicho desarrollo.” (Muslera, M, 2016)

1.2.2. Habilidades de la inteligencia emocional

- “El modelo de Salovey y Mayer (1990), cuenta con cuatro ramas o habilidades, que son” (Muslera, M, 2016):
- “Percibir y expresar emociones de forma precisa. Este punto tiene que ver básicamente con la habilidad para percibir, identificar las expresiones voluntarias y las no voluntarias, valorar y expresar adecuadamente las distintas emociones. Ya sea a través del lenguaje, conducta, en obras de arte, música, etc” (Muslera, M, 2016).
 - “Usar la emoción para facilitar la actividad cognitiva. Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición, priorizando el pensamiento y el foco de atención en la información más importante” (Muslera, M, 2016)

“El estado emocional de la persona, cambia su perspectiva, desde el optimismo al pesimismo, dando lugar a múltiples puntos de vista, que pueden facilitar o dificultar determinado afrontamiento.” (Muslera, M, 2016)

CAPÍTULO II

EDUCACIÓN EMOCIONAL Y EDUCACIÓN INICIAL

2.1. Educación emocional

2.1.1. Definición

“Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos elementos del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene por finalidad aumentar el bienestar personal y social”. (Bisquerra, 2003, p.243) citado en (Muslera, M, 2016)

Rafael Bisquerra (2003), citado en (Muslera, M, 2016) expone “pionero en la puesta en acción de la educación emocional, con un artículo titulado: Educación emocional y competencias básicas para la vida desde España, encabeza los principales proyectos e investigaciones acerca de la importancia y necesidad de la educación emocional, en los ámbitos educativos.”

“La educación emocional, pone énfasis en el reconocimiento de las propias emociones y la capacitación para la autorregulación de las mismas, tratando de cambiar algunos paradigmas enquistados en la educación clásica, que hace foco solamente en los contenidos curriculares, trabajando apenas en algunas de las inteligencias y dejando de lado nociones tan básicas, como todo lo inherente a las emociones y sentimientos.” (Muslera, M, 2016)

“Bisquerra, trae su preocupación acerca de un fenómeno que él identifica como analfabetismo emocional, en un mundo que se ha logrado disminuir el analfabetismo cognitivo (leer y escribir), que carece aún de programas a nivel mundial de educación emocional, que den cuenta de esa faltante.” (Muslera, M, 2016)

- “Aprender, entender y canalizar nuestras emociones, se hace tan imprescindible como aprender a leer y escribir, tan importante como aprender a sumar. En un mundo que no se pueden pasar por alto, las emociones negativas, por los excesos de estímulos externos e internos, se debería al menos contar con herramientas para afrontar dichas sensaciones, al menos para tratar de llevar y de construir una mejor calidad de vida para todos.” (Bisquerra 2007) citado en (Muslera, M, 2016)
- “Por otro lado, el autor nos recuerda que: las emociones positivas pueden ser construidas y trabajadas, a través de prácticas y juegos, promoviendo en el niño, la capacidad de reconocer sus propias emociones y cómo autorregular, teniendo en cuenta que las emociones son la base del bienestar subjetivo” (Bisquerra 2003) citado en (Muslera, M, 2016)
- “En 2012 en el IX Congreso Mundial de educación de ACADE, Bisquerra habla de un nuevo paradigma en la educación, donde la educación emocional es uno de los principales ejes. Desde donde se propone el desarrollo de competencias emocionales que atiendan hechos cotidianos, derivados de emociones básicas. En España se cuenta con una ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación (BOE, 4 de mayo) donde dice: e trata de conseguir que todos los ciudadanos alcancen el máximo desarrollo posible de todas sus capacidades, individuales y sociales, culturales y emocionales...” (BOE, párrafo 16, línea16) citado en (Muslera, M, 2016)
- “Bisquerra, también nos habla sobre la importancia, de la formación en educación emocional por parte de los docentes, basado en las inúmeras investigaciones que ha realizado el GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica), que arrojan datos de dificultades en los distintos programas sobre Educación Emocional, por falta de agentes altamente especializados en esta temática.” (Muslera, M, 2016)
- “Los objetivos de la educación emocional, están basados en los modelos de Salovey & Mayer (1990), y también en el modelo de Goleman (1995), donde se prioriza el conocimiento de las emociones, propias y de otros, con el fin de poder regular los efectos, de manera que pueda fluir una mejor calidad de vida.” (Muslera, M, 2016)

“Palomero (2005), también destaca su preocupación acerca del analfabetismo emocional y de la educación emocional como una revolución pendiente, plantea la necesidad de preparar al docente para trabajar en las emociones de los estudiantes, al igual que hacen con los demás contenidos curriculares, se requiere conocer las emociones, posibilitar un mejor manejo de ellas y no solo dejarlas libradas al azar o a lo que puedan captar del entorno, de manera casi imperceptible. Sobre este aspecto, Bisquerra (2007) propone el desarrollo de las competencias emocionales, como competencias para la vida y el bien estar, como desarrollaremos a continuación.” (Muslera, M, 2016)

2.1.2. Competencia emocional

“Concebimos una competencia como la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” (Bisquerra y Pérez, 2007, p.7-43) citados en (Muslera, M, 2016)

“Las competencias emocionales deben entenderse como un tipo de competencias básicas para la vida, esenciales para el desarrollo integral de la personalidad.” (Muslera, M, 2016)

“Son un complemento indispensable del desarrollo cognitivo sobre el cual se ha centrado la educación a lo largo del siglo XX (Bisquerra, 2014, p. p 8-11).” (Muslera, M, 2016)

“Con respecto a las competencias, Bisquerra (2003), nos dice que estas se componen del saber, saber hacer y saber ser, lo cual pone en manifiesto la necesidad que tiene todo ser humano de desarrollar competencias, más allá de aquellas que son explicitadas con un miramiento más técnico profesional a futuro, entre ellas hablamos de las competencias emocionales, como una de las habilidades necesarias para la vida, como bien dice Bisquerra.” (Muslera, M, 2016)

“Salovey y Sluyter (1997), han manifestado al menos cinco dimensiones básicas dentro de las competencias emocionales que son” (Muslera, M, 2016):

- “Cooperación.” (Muslera, M, 2016)
- “Asertividad.” (Muslera, M, 2016)
- “Responsabilidad” (Muslera, M, 2016).

- “Empatía.” (Muslera, M, 2016)
 - “Autocontrol.” (Muslera, M, 2016)
- “Estas cinco dimensiones, están relacionadas con el modelo presentado anteriormente por Salovey & Mayer como principio de la inteligencia emocional como ya mencionamos anteriormente” (Muslera, M, 2016).
- “Para un mayor esclarecimiento acerca de las ya mencionadas competencias emocionales, Bisquerra (2007) plantea los siguientes 5 puntos: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades de vida y bien estar.” (Muslera, M, 2016)

2.1.3. Conciencia emocional

- “Tiene que ver con la capacidad de esa toma de conciencia del propio sentir y el de los demás, imprescindible en el relacionamiento humano. Tener conciencia de cuál emoción estamos experimentando y cuáles son las consecuencias que conllevan cada una de ellas” (Muslera, M, 2016).
- “Berrocal & Extremera (2004), también remarcan la importancia de la identificación de las emociones por parte de cada individuo, para la construcción de nuevas habilidades en su accionar ya sea para resolver pequeños o grandes problemas que vayan surgiendo en su cotidianidad, ya que se ha comprobado que las emociones también influyen sobre el sistema cognitivo, permitiendo una mejor focalización en los aspectos realmente importantes.” (Muslera, M, 2016)

2.1.4. Regulación emocional

Acerca de la regulación emocional dicen:

- “Es la habilidad más compleja de la inteligencia emocional. Esta dimensión incluye la capacidad para estar abierto a los sentimientos tanto positivos como negativos y reflexionar sobre los mismos para descartar o aprovechar la información que los acompaña en función de su utilidad.” (Berrocal & Extremera. 2005. P.9) citados en (Muslera, M, 2016)
- “Además, incluye la habilidad para regular las emociones propias y ajenas moderando las emociones negativas e intensificando las positivas.” (Muslera, M, 2016)

“Supone una toma de conciencia acerca de las interacciones entre: emoción, cognición y comportamiento, donde juegan un papel preponderante todas aquellas expresiones emocionales, que puedan aportar información acerca del estado emocional en que nos hallamos, así como de aquellos con quien interactuamos de forma más directa y también cómo nos ven aquellos con quienes interactuamos, a partir de lo que expresamos acerca de lo que estamos sintiendo.” (Muslera, M, 2016)

“Se habla de la capacidad de autorregulación de las emociones negativas o impulsivas, que puedan afectarnos o perjudicarnos en determinadas situaciones, como también desarrollar habilidades de tolerancia a la frustración en pro de una calidad de vida más acorde a lo que queremos vivenciar. Se trata de entrenar competencia para autogenerar emociones más positivas que puedan ser más adecuados a nuestras perspectivas con respecto a lo que consideramos más adecuados en nuestras vidas.”(Muslera, M, 2016)

2.1.5. Autonomía personal o autorregulación

“Es una competencia clave para mejorar la salud psicológica de las personas y por ende servirá de apoyo a otras competencias como la de regulación emocional, la inteligencia interpersonal (Gardner, 1998) y el bienestar en general de cada persona” (Muslera, M, 2016).

“Se tratan de trabajar ciertas habilidades como la autoestima, la actitud positiva, análisis de las normas sociales y de relacionamiento, así como la autosuficiencia emocional frente los estímulos externos, es decir, lo importante a trabajar es la forma en que percibimos y hacemos frente los estímulos adversos o no, a los cuales estamos sujetos.” (Muslera, M, 2016)

“La autonomía emocional es la capacidad de no verse seriamente afectado por los estímulos del entorno. Se trata de tener sensibilidad con invulnerabilidad.” (Muslera, M, 2016)

“Esto requiere de una sana autoestima, autoconfianza, percepción de autoeficacia, auto motivación y responsabilidad. La autonomía emocional es un equilibrio entre la dependencia emocional y la desvinculación.” (Bisquerra, 2014, p 11) citados en (Muslera, M, 2016)

“Dentro de esta autonomía emocional esperada, se procurará trabajar a cerca de la imagen sobre uno mismo y la aceptación de uno mismo. De tal manera que sea posible la capacidad de auto motivarse frente a los diferentes acontecimientos en los diferentes ámbitos de la vida.” (Muslera, M, 2016)

“Por otro lado, el autor plantea la importancia de una adecuada interpretación de los mensajes sociales y de las normativas de convivencia a las cuales no tenemos que someter en nuestras vidas cotidianas. Sentirnos implicados y responsables también es parte de esa anhelada autonomía emocional, si pretendemos gozar de una mejor salud emocional.”(Muslera, M, 2016)

CAPÍTULO III

DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL NIVEL INICIAL

3.1. Cómo se desarrolla la inteligencia emocional

Prieto, P, (2018) explica “Gritan, lloran, se arrojan al suelo, patalean, manotean, escupen o se jalan el cabello. Estas son algunas de las acciones que los niños comúnmente utilizan en la primera etapa de la infancia para expresar lo que sienten, pero que poco a poco los padres deben ir corrigiendo con paciencia y cariño en el proceso de ayudarlos a desarrollar su inteligencia emocional”

“El empezar a desarrollar en el menor, desde muy temprana edad, la habilidad de la autorregulación de las emociones es fundamental para su desarrollo individual, al igual que para su capacidad de integración a la sociedad , asegura la Dra. Rebecca Peterson, especializada en terapia de parejas y familia.” (Prieto, P, 2018)

“Y es que como explica la psicóloga, basada en Sherman Oaks (CA), los seres humanos que aprenden cómo autocontrolar sus emociones desde niños, logran desarrollar al máximo sus habilidades, tienen una mejor autoestima, se relacionan mejor con los demás y tiene la capacidad de resolver con tranquilidad y efectividad sus problemas y conflictos” (Prieto, P, 2018).

“Y esto se debe a que, como lo define el Dr. Daniel Goleman —autor del bestseller *Emotional Intelligence and Social Intelligence*: Goleman (1996) —, la inteligencia emocional abarca la conciencia, comprensión, motivación, empatía y las habilidades sociales. Ingredientes que permiten desarrollar la capacidad de expresar y gestionar las propias emociones; frenar los impulsos; ser más amables y sociables; ser más sensibles y comprensivos frente a los sentimientos de los demás y tomar decisiones efectivas que conducen al éxito en todas las facetas de la vida.” (Prieto, P, 2018)

“Como vemos, los beneficios de desarrollar una buena inteligencia emocional son múltiples. Y entre más pronto el menor logre el autocontrol de sus emociones,

éste desarrollará pronto su capacidad para afrontar las situaciones que se le presentan y reaccionar ante ellas con una conducta inteligente sin caer en la ansiedad, la depresión, el miedo, la ira, el capricho, el bullying o la agresión, especifica la psicoterapeuta.” (Prieto, P, 2018)

“Estudios también han demostrado que quienes desarrollan la inteligencia emocional desde temprana edad, estos alcanzan el potencial de desarrollar un coeficiente de inteligencia que los conduce al éxito seguro en la adultez.” (Prieto, P, 2018)

“De nada sirve los estudios académicos de una persona si no aprendió a vivir , resalta por su parte la Dra. Ana Nogales, especializada en psicología y con práctica de los condados de Los Ángeles y Orange. Para aprender a vivir hay que desarrollar esa inteligencia emocional que nos permite superarnos y valorar la vida, respetándonos y respetando a los demás, aprendiendo de las experiencias y sabiendo pedir ayuda cuando lo necesitamos”. (Prieto, P, 2018)

3.2. Programas de educación emocional en inicial

“En el marco de este trabajo, encontramos varios programas y propuestas de proyectos acerca del trabajo de la educación emocional con niños. ” (Muslera, M, 2016)

“En Uruguay si bien es un tema aún muy nuevo, encontramos la propuesta de un pre proyecto de Leonardi (2015) el cual se titula: Educación emocional en la primera infancia: análisis de un programa de conocimiento emocional, en niñas y niños de cinco años en un Jardín de Infantes Público de Montevideo. El cual plantea una posibilidad concreta para trabajar la Educación Emocional en la Educación Inicial en nuestro país. ” (Muslera, M, 2016)

Por otro lado, nos pareció interesante, presentar uno de los antecedentes en programas para educación emocional en niños, llevado a cabo en España.

3.3. Educación emocional para niños de 3 a 5 años

“López Cassá (2007) presenta un programa (pensado para ser desarrollado en 7 talleres teóricos prácticos) de educación emocional para niño de 3 a 6 años, en

el cual, destaca aspectos esenciales de las emociones en el desarrollo de los niños, para lo cual propone los siguientes objetivos a seguir” (Muslera, M, 2016):

- “Favorecer el desarrollo integral del niño/a, favorecer la capacidad de comprender y regular las propias emociones, promocionar estrategias para el desarrollo de competencias básicas para el equilibrio personal y la potenciación de la autoestima. ” (Muslera, M, 2016)
- “Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad” (Muslera, M, 2016).
- “Favorecer la calidad y cantidad de las interacciones del grupo para la mejora del clima relacional de clase y la cohesión grupal. ” (Muslera, M, 2016)
- “Desarrollar una mayor competencia emocional en las relaciones sociales” (Muslera, M, 2016).
- “Desarrollas la habilidad de la comprensión empática en las relaciones interpersonales” (Muslera, M, 2016).
- “Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo.” (Muslera, M, 2016)
- “Desarrollar la tolerancia a la frustración.” (Muslera, M, 2016)
- “Desarrollar el control de la impulsividad”. (López Cassá, 2007, p.14) citado en (Muslera, M, 2016)

“Los objetivos que plantea Cassá (2007), tienen mucho en común con los programas para educación inicial en nuestro país como hemos visto anteriormente. ”(Muslera, M, 2016)

“La autora agrupa las actividades en cinco bloques temáticos a modo organizativo pero que serán trabajados en su totalidad, ellos son” (Muslera, M, 2016):

- “**Conciencia emocional.** Reconocimiento de las emociones propias y la expresión de las mismas, ya sea de manera verbal o no verbal. ” (Muslera, M, 2016)

- **“Regulación emocional.** Es la habilidad de poder moderar aquellas emociones inapropiadas, desarrollar tolerancia a la frustración frente a determinados hechos y limitaciones.” (Muslera, M, 2016)
- **“Autoestima.** Cómo nos vemos y nos evaluamos a nosotros mismos” (Muslera, M, 2016).
- **“Habilidades socioemocionales.** Tiene que ver con el conocimiento de las emociones de los demás, facilitando la comunicación y la vinculación con otros” (Muslera, M, 2016).
- **“Habilidades de vida.** Se trabaja en pro del bienestar en las actividades cotidianas de niño, ya sea en ámbito educativo como en familiar” . (Cassá, 2007) citado en (Muslera, M, 2016)

CONCLUSIONES

PRIMERA: La función afectiva de la familia tiene gran importancia y repercusión social, de manera que cuando sus componentes se reflejan de forma positiva en el grupo familiar, es posible ejercer una correcta autoridad sobre los hijos.

SEGUNDA: En esta investigación se fundamenta el criterio de que el cumplimiento de la función afectiva familiar constituye una excelente forma de proteger la salud familiar integral, de modo que ayuda a incursionar con profundidad en el interesante tema de la familia: grupo maravilloso, imprescindible y universal.

REFERENCIAS CITADAS

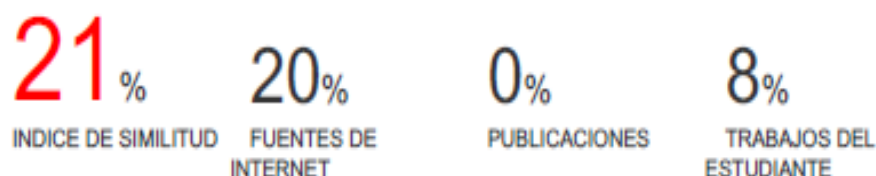
- Adam, E., Cela, J., Codina, M.T., Darder, P., Díez de Ulzurrun, A... (2003). *Emociones y educación. Qué son y cómo intervenir desde la escuela*. Barcelona: Editorial Laboratorio Educativo. GRAÓ.
- Álvarez, M, and A Giner. (2007)"Desarrollo psicomotor." *Revista de Pediatría en Atención Primaria*: 59-66.
- ANEP y CEIP. (2013). Programa de educación inicial y primaria. Año 2008. Montevideo. Recuperado de: <http://www.ceip.edu.uy/IFS/documentos/2015/lengua/recursos/programaescolar.pdf>
- Ausubel, David P, and Edmund V Sullivan. (1983) *El desarrollo infantil*. Barcelona: Paidós.
- Bisquerra, R (2000) "*Educación emocional y Bienestar*". Barcelona: Praxis
- Bisquerra, R (2003) "*Educación emocional y competencias básicas para la vida*." *Revista de Investigación* 21.1 7-43.
- Bisquerra, R (2007) "*Competencia emocional*" Recuperado de:
- <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/>
- Bisquerra, R. (2009) *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López-Cassà, È., Pérez-González, J.C., Lantieri, L., Nambiar, M., Madhavi, M., Aguilera, P., Segovia, N., Planells, O. (2012) *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital de Sant Joan de Déu.
- Bisquerra, R & Punset, E (2015) *El universo de las emociones Barcelona*:(Falta ed.y País)
- Brunet, Odette, & Lézine,I. (1985) *El desarrollo psicológico de la primera infancia: manual para el seguimiento del desarrollo infantil desde el nacimiento hasta los 6 años*.

- Campos (2010) Primera Infancia. Una mirada desde la Neuro educación. Recuperado de:<https://web.oas.org/.../Temas%20%20Proyectos%20%20Actividad%20%...>
- Cappi, G y cols (2011) *Educación Emocional- Programa de actividades para nivel inicial y primario*. Buenos Aires. Editorial Bonum.
- Cassá, Elia López. (2007) *Educación emocional: Programa para 3-6 años*. WK Educación.
- Catalá Verdet, M. (2011) *Cultivando Emociones. Educación Emocional de 3 a 8 años*. Recuperado de: www.lavitu.com
- Clouder; Dahlin; Diekstra, Berrocal, Heys, Lantieri y Paschen (2008) *Educación emocional y social*. Análisis Internacional. Informe Fundación Marcelino Botín.
- <http://educacioninicial.gub.uy>
- Conangla, M (2002) *Crisis emocionales*. Barcelona: Amat
- Davidson, Richard J, and Sharon Begley. (2012) *El perfil emocional de tu cerebro*. Ediciones Destino.
- Del Barrio, M^a V. (2005) *Emociones infantiles. Evolución, evaluación y prevención*. Madrid: Pirámides.
- Ekman, Paul, Wallace V Friesen, and Consulting Psychologists Press. (1975)
- <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/aprendizaje/como-desarrollar-la-inteligencia-emocional-de-los-ninos/>
- <https://laopinion.com/2018/01/14/como-desarrollar-la-inteligencia-emocional-en-los-ninos/>
- Muslera, M. (2016). Educación Emocional en niños de 3 a 6 años. Recuperado de:https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/educacion_emocional-4-2-2016_3.pdf
- Prieto, P. (2018). Cómo desarrollar la ‘inteligencia emocional’ en los niños. Diario Digital La Opinión. Recuperado de:<https://laopinion.com/2018/01/14/como-desarrollar-la-inteligencia-emocional-en-los-ninos/>
- Trabajando con inteligencia en el aula. (s.f). Trabajando con inteligencia en el aula. Recuperado

de:<https://sites.google.com/site/resuelvetusconflictos/home/la-inteligencia-emo/trabajando-con-la-inteligencia-emocional-1>

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	issuu.com Fuente de Internet	15%
2	laopinion.com Fuente de Internet	3%
3	repository.javeriana.edu.co Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Rafael Landívar Trabajo del estudiante	1%
5	sites.google.com Fuente de Internet	1%
6	es.scribd.com Fuente de Internet	<1%
7	bvs.sld.cu Fuente de Internet	<1%

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words