



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL  
UNIDAD 211 PUEBLA



**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

*Inteligencia emocional: una perspectiva de ajuste personal  
para promover la mejora del rendimiento escolar*

**SARAHÍ VENTURA ENCARNACIÓN**

**Asesor  
Juan Rodríguez García**

**Puebla, Puebla, abril de 2016**



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

---

---



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL  
UNIDAD 211 PUEBLA

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA

*Inteligencia emocional: una perspectiva de ajuste personal  
para promover la mejora del rendimiento escolar*

SARAHÍ VENTURA ENCARNACIÓN

Asesor  
Juan Rodríguez García

Tesina en la modalidad de Reseña de una temática psicoeducativa  
Para obtener el título de  
Licenciado en Psicología Educativa

Puebla, Puebla, abril de 2016

Puebla, Pue., 20 de Abril de 2016

**C. Sarahi Ventura Encarnación**  
**PRESENTE**

En mi calidad de Presidenta de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado:

**“ Inteligencia emocional: una perspectiva de ajuste personal  
para promover la mejora del rendimiento escolar”**

Opción: **Tesina: Reseña de una Temática Psicoeducativa** a propuesta del(a) asesor(a) **Mtro. Juan Rodríguez García**, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesional.



PUEBLA, PUE.  
VRB' mlcd'

**ATENTAMENTE**  
**“EDUCAR PARA TRANSFORMAR”**



**Lic. Violeta Reyes Blanco**  
PRESIDENTA DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN  
DE LA UNIDAD UPN

ESC-FR-15

## DEDICATORIAS

*Este proyecto, está dedicado a mi familia, a mi mamá Rocío por ser esa mujer valiente que nunca se rindió, que a pesar de las circunstancias me brindó su apoyo absoluto.*

*A mis hermanas Heïssel y Nicole como mi mayor motivo para realizar las cosas.*

*En especial a mi abuela a quien debo todo lo que yo he aprendido en esta vida, por siempre creer en mí, por su apoyo y cariño incondicional.*

*A mis amigos quienes juntos aprendimos y nos llenamos de experiencia, acompañándonos en los momentos difíciles pero siempre sabiendo superar los obstáculos a lo largo de la carrera.*

*A la Maestra Marybel Peralta Lombard por su apoyo y ética profesional que motiva a esforzarnos día a día. Al Maestro Juan Rodríguez García por el tiempo brindado para la elaboración de mi trabajo.*

*A todas las personas que me acompañaron a lo largo de mi formación profesional y que de alguna forma contribuyeron a motivarme para llegar hasta donde hoy estoy.*

*Gracias Dios por llenarme de fé y no abandonarme.*

# ÍNDICE

## RESUMEN

INTRODUCCIÓN .....	7
--------------------	---

## I METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

A. Presentación del Tema Problema .....	10
B. Objetivo General .....	11
C. Justificación .....	12
D. Tipo de Estudio y Diseño .....	14

## II ORIGEN Y DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

A. Acerca de la Inteligencia Emocional .....	15
1. Relación Entre la Emoción y el Pensamiento .....	22
2. ¿Cómo Desarrollar la Inteligencia Emocional? .....	25
B. Hacia una Educación Emocional .....	34
1. Los Cuatro Pilares de la Educación .....	37

## III IMPLICACIONES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN

A. El Impacto de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Escolar .....	39
B. Implicaciones de una Educación Emocional .....	44
1. Competencias Emocionales .....	46
2. Metodología de una Educación Emocional .....	49
3. Evaluación de la Educación Emocional .....	50
C. El Papel del Profesor en el Desarrollo de la Educación Emocional .....	51

A. Conclusiones .....	54
B. Aportes .....	58
C. Limitaciones .....	58

<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	<b>59</b>
---------------------------	-----------

<b>ANEXOS</b> .....	<b>61</b>
---------------------	-----------

## RESUMEN

La siguiente tesina aborda un análisis bibliográfico sobre la inteligencia emocional (IE), partiendo desde la concepción que se le ha dado al término 'inteligencia'. Se explica la importancia que ha tenido el constructo IE y la evolución del mismo desde la teoría de las 'Inteligencias Múltiples' de Howard Gardner y desde la perspectiva de Daniel Goleman, Fernández y Extremera, argumentando sobre la relación que existe entre la parte cognitiva y afectiva, donde se cree que ser inteligente en conocimientos no es suficiente para garantizar el éxito en las personas, por lo tanto los efectos positivos de educarnos emocionalmente desde la infancia impacta significativamente en la educación. Así mismo Shapiro, expone la importancia de su desarrollo y cómo educar emocionalmente en edad infantil. Se rescatan los intentos en educación que atienden a la parte afectiva durante el proceso de escolarización como la propuesta de Delors en 'Los Cuatro Pilares de la educación'. Por último mediante el modelo de Bisquerra complementando con el de Elia López Cassá sobre una educación emocional, se dan a conocer las características esenciales que presenta un programa de intervención de este tipo y del impacto positivo que puede resultar en el rendimiento escolar de niños en educación infantil de nivel básico y el papel que los profesores desempeñan como mediadores del aprendizaje.

**Palabras clave:** inteligencia, inteligencia emocional, emoción, educación emocional, rendimiento escolar y competencia emocional.

## INTRODUCCIÓN

La educación es el medio que individuo siempre ha utilizado para desarrollar y potencializar sus habilidades y capacidades como ser pensante, sin embargo dentro de estas capacidades hemos olvidado que más allá de habilidades cognitivas, el individuo es una persona que razona, que piensa pero sobre todo que siente, es por ello que en esta tesina, se aborda el tema de la inteligencia emocional, como una perspectiva de ajuste personal que pretende atender las necesidades afectivas de los alumnos buscando el desarrollo de habilidades y capacidades emocionales que le permitan hacer frente a las distintas problemáticas educativas, sobre todo en el rendimiento escolar de los alumnos de educación infantil.

El trabajo se encuentra ubicado en el área '**Problemas del Escolar**' como campo de formación profesional del psicólogo educativo, que se ha establecido en el plan 90, de la carrera de Psicología Educativa de la Universidad Pedagógica Nacional, puesto que se trata de atender y brindar expectativas de solución a problemas que tienen que ver con la cuestión afectiva y que repercuten en el desempeño escolar de los alumnos, lo que implica un diagnóstico, desarrollo de programas, intervención y evaluación de los mismos para obtener resultados.

Esta tesina está conformada por tres capítulos, en el capítulo I se aborda la presentación del problema, exponiendo las problemáticas principales que provocaron el interés de llevar a cabo esta investigación, donde se trata de responder las siguientes cuestiones: ¿cómo se puede desarrollar una IE en los individuos?, ¿cómo su valor puede convertirse (en el presente y en el futuro) en una perspectiva para el Sistema Educativo y cuáles serían las implicaciones en su desarrollo?, ¿De qué manera puede ser trabajada una educación emocional?, ¿Qué impacto provoca sobre el Rendimiento Escolar? Y ¿Cuál es el rol que los maestros desempeñan?.

Posteriormente se encuentra el tipo de estudio y diseño, en este caso se utilizó el modelo argumentativo de Tulmin, en él se explica la metodología llevada a cabo para recabar la información que se necesitaba para realizar la tesina. Así mismo, se

establece el objetivo general de la investigación, donde se expone la razón principal de la investigación. Consecutivamente se presenta la justificación, en ésta se dan a conocer los antecedentes históricos del tema, la evolución que ha tenido el constructo de inteligencia emocional, desde Howard Gardner, Goleman, Fernández y Extremera, entre otros. Se explica la importancia de implementar una educación emocional y algunas de las medidas que ya se han puesto en práctica, en general se aborda la importancia que tiene el tema en relación al aspecto educativo.

En el capítulo II, se aborda el marco teórico que está conformado por los siguientes temas: acerca de la inteligencia emocional. Aquí se exponen las características principales de IE, la evolución que ha tenido el término, se complementa con dos subtemas más, primero 'La relación entre la emoción y el Pensamiento', donde como tal se explica la relación tan estrecha que existe entre la parte afectiva y la cognitiva, y segundo '¿Cómo Desarrollar la Inteligencia Emocional?', en el que Shapiro menciona la importancia de educar emocionalmente desde la etapa infantil, resaltando que el papel de los padres es esencial, así mismo propone distintas estrategias para formar en emociones a temprana edad.

Otro tema principal, es Hacia una Educación Emocional, en éste se explican las características principales de lo que es una educación basada en emociones, desde el concepto, qué es lo que la identifica y qué beneficios se pueden obtener al llevarla a la práctica, las implicaciones que conlleva y qué es lo que contemplan los programas de intervención emocional. Posteriormente se anexa el subtema 'Los cuatro Pilares de la Educación' como componente principal que la educación ha estado implementando y donde se refleja el interés de atender las necesidades afectivas de los alumnos. Se explican las finalidades sobre los cuatro elementos para el desarrollo íntegro del sujeto; 'aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser' y cómo estas cuestiones sociales y afectivas han contribuido al desarrollo de la afectividad en la educación actual.

En el capítulo III, se encuentra el tema El Impacto de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Escolar como principal categoría de interés, en esta parte se explica de



qué manera la implementación de una educación emocional beneficia este proceso en los alumnos de educación infantil y cuáles son los aspectos que deben trabajarse para poder intervenir en los aspectos afectivos de los alumnos, así como los principales factores de riesgo que amenazan la estabilidad emocional.

Otro tema principal, Implicaciones de Una Educación Emocional; en donde se habla de todos los aspectos que se deben contemplar sobre el diseño y aplicación de programas de intervención en educación emocional, por ello se conforma de los siguientes subtemas: Competencias Emocionales, en las que se abarcan las principales habilidades emocionales que se deben desarrollar en los alumnos; Metodología de una Educación Emocional, en este apartado se habla del desafío profesional que implica trabajar la IE en el contexto educativo y de las actividades que se trabajan, las cuales van de acuerdo a las necesidades y edad de los alumnos con los que se trabaje; el siguiente subtema es Evaluación de la Educación Emocional, que como todo programa de intervención necesita tener una estrategia para evaluar. En éste se habla de la importancia de realizar evaluaciones y de los principales métodos para evaluar.

Así mismo, se presenta el tema Papel del Profesor en el Desarrollo de la Educación Emocional en él que se habla del rol que el maestro desempeña en un programa de intervención emocional, de las expectativas que los padres de familia esperan de él, pero principalmente de los retos profesionales que se deben poner de manifiesto; cómo reaccionar ante situaciones problemáticas y que importante es que el maestro posea una buena inteligencia emocional.

Por último, se encuentra el apartado de conclusiones sobre la teoría abordada a lo largo de la investigación, presentando con ello los aportes sobre el trabajo, y se elabora una planeación que estructura las partes que implica un programa de intervención en educación emocional, así como las limitaciones que se pueden presentar si el trabajo se lleva a la práctica.

## **METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN**

### **A. Presentación del Tema Problema**

La calidad educativa en el siglo XXI, no debe estar centrada en la formación de personas para generar conocimientos; en esta sociedad con tantos cambios, es importante centrarse en la formación de los individuos de forma íntegra (conocimientos, valores, emociones, etc.). En cuanto a esta formación, se ha tratado tras varios años de formular un cambio en los alumnos que cause un impacto significativo en su vida, tanto en lo intelectual como en lo emocional. “La educación tradicional ha valorado más el conocimiento que las emociones, sin tener presente que ambos aspectos son necesarios. La educación actual no debe olvidar que también es necesario educar las emociones” López (2005: 3).

En cuanto a la parte emocional, se sabe que en el contexto educativo existen problemáticas que en muchos de los casos afectan a los alumnos y repercuten en la conducta de éstos, como lo señala Horcas (2008: 1), “...estamos cada vez más habituados a la violencia en las aulas, al fracaso escolar o a tener adolescentes embarazadas en nuestras aulas, estos hechos puede, como digo, convertirse en costumbre pero no dejan de ser problemas...”, es decir las problemáticas educativas como lo puede ser el bullying o fracaso escolar, etc., atentan contra la calidad del sistema educativo pero la importancia que se le da en muchos de los casos no ha sido la adecuada, quizá porque se conoce poco acerca de una educación que se encuentre centrada en la parte emocional de los individuos. Argumenta el mismo autor que ante estos casos, el profesor de alguna manera se encuentra poco preparado para poder realizar alguna acción, sin embargo afirma que “los alumnos que asisten a nuestras clases no son entes aislados, sin familia, sin emociones y sin sociedad, al contrario nuestros alumnos son seres de carne y hueso que tienen problemas familiares, están insertos en una compleja sociedad y en los que las emociones están a flor de piel” (ídem).

Mientras tanto, los intentos en la educación han procurado poner en práctica cuestiones actitudinales que ayuden a contrarrestar estos problemas, sin embargo se ha visto que es muy difícil que los docentes tomen un papel que se vea reflejado en la práctica de valores, cuestiones conductuales y sobre todo emocionales. Es por ello que retomaremos el tema de inteligencia emocional dentro del contexto educativo en el nivel básico, como una perspectiva que oriente a la mejorar del rendimiento escolar, centrado en la infancia donde el individuo tiene la capacidad de poder retener y aprender sobre distintas cuestiones, que le servirán para el desarrollo de su vida.

Además en la actualidad la educación demanda una pedagogía basada en competencias, ya sean cognitivas, sociales o afectivas pero en muchos de los casos los maestros son quienes limitan esta transmisión para el desarrollo de la mismas, donde la parte humanista tiene poca relevancia y por lo tanto se resta importancia a las problemas que tienen que ver con la naturaleza afectiva del individuo.

Por consiguiente, existe una necesidad de educación de los aspectos emocionales y sociales, reforzados por la familia, pero también por la escuela y la sociedad. De ahí que, el ajuste emocional y el bienestar personal demanda una revisión crítica-reflexiva sobre las investigaciones del desarrollo de la inteligencia emocional (IE) en el contexto escolar asentando ¿cómo se puede desarrollar una IE en los individuos?, ¿cómo su valor puede convertirse (en el presente y en el futuro) en una perspectiva para el Sistema Educativo y cuáles serían las implicaciones en su desarrollo?, ¿De qué manera puede ser trabajada una educación emocional?, ¿Qué impacto provoca sobre el Rendimiento Escolar? Y ¿Cuál es el rol que los maestros desempeñan?

## **B. Objetivo General**

Analizar y reflexionar sobre la inteligencia emocional y su influencia en el rendimiento escolar, como un concepto relevante del bienestar personal y como perspectiva de formación, a través de un estudio bibliográfico sobre las investigaciones de IE en educación.

## C. Justificación

Durante muchos años, en el campo de la educación, se ha considerado a la inteligencia como un aspecto medible o mejor conocido como coeficiente intelectual (CI). Al respecto, Daniel Goleman (2008) señala que esta visión de la inteligencia humana se ha visto limitada, olvidando aspectos importantes, considerando que el CI no garantiza el éxito; las capacidades de las personas para hacer frente a las distintas situaciones de la vida disminuyen cuando se limitan al simple conocimiento. El mismo Goleman menciona que existe una llamada 'inteligencia emocional', la cual implica no solo actuar con inteligencia desde un punto de vista racional, sino saber relacionarnos con el mundo por medio de nuestros sentimientos y emociones; manejar nuestros impulsos, y otros factores como la empatía y la motivación, sobre todo teniendo en cuenta lo que señala López (2005: 1)

Las emociones, están presentes en nuestra vida desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad e interacción social. Vivimos las emociones en cualquier espacio y tiempo, con la familia, con los amigos, con nuestro entorno, con nuestros iguales, con nuestra escuela, con nuestros educadores, etc...

Así mismo, Howard Gardner (2001: 5) en su Teoría de las Inteligencias Múltiples, hace alusión a lo que es una inteligencia, la cual es definida como: "...una habilidad necesaria para resolver problemas, o de crear productos, que sean valiosos en uno o más ambientes culturales", por lo que menciona que existen siete tipos de inteligencia; lingüística, lógico-matemática, musical, espacial, cinestésico-corporal y las llamadas intrapersonal e interpersonal; que son las que se retomarán en relación con la inteligencia emocional, que han hecho aportaciones importantes al contexto educativo.

Por otro lado, los cambios continuos y las exigencias de la vida en la escuela están gestando problemáticas emocionales en los alumnos, entre otras aquellas que tienen que ver con la conducta y el comportamiento, que se desencadenan a partir de un desequilibrio en la estabilidad emocional de los alumnos. Por ello, es importante que en las escuelas se reconozca que la inteligencia emocional está relacionada con todas las situaciones de la vida diaria y de la vida en la escuela;

desde los problemas económicos, familiares hasta los sociales. Por lo que desarrollar esta característica permitirá a los alumnos alcanzar aptitudes personales como autoconocimiento, autodominio, autocontrol, empatía y comunicación, etc. lo que puede ayudar a que en muchos de los casos se evite el fracaso escolar, las frustraciones y otras problemáticas. De ahí, que la inteligencia emocional es un rasgo imprescindible en la vida de cualquier persona.

Además, menciona Jiménez y López (2009: 4) que a partir de las investigaciones realizadas por algunos psicólogos, “La inteligencia emocional implica la habilidad de percibir, valorar y expresar emociones con precisión; la habilidad de acceder y generar sentimientos para facilitar el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y conocimiento emocional; la habilidad para regular emociones que promuevan el conocimiento intelectual y emocional”, por lo que el interés de trabajarse en la educación está basado en que actualmente la misión de la escuela no sólo está enfocada en promover conocimientos académicos en los alumnos, sino también en apoyar una educación emocional que forme a los alumnos, a hacer frente a los cambios y a las nuevas experiencias de aprendizaje en los diferentes contextos.

Por ello se piensa que en el contexto educativo:

La Inteligencia Emocional parte de la convicción de que la escuela debería promover situaciones que posibiliten el desarrollo de la sensibilidad y el carácter de los alumnos, sobre la base de que el quehacer educativo involucra tanto el ser físico como el mental, el afectivo y el social Cámara de Representantes la Provincia de Misiones (2014: 2)

Un claro ejemplo de ello en la educación se encuentra reflejado en la propuesta realizada por Jacques Delors (1996: 2-47) quien en el proyecto para la UNESCO ‘Los Cuatro Pilares de la Educación’, menciona cuatro características fundamentales con miras a desarrollar en los alumnos; aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser. Este último resulta importante para poder desarrollar la capacidad emocional del sujeto, ya que el objetivo es que el individuo ponga en práctica toda una serie de conocimientos que le ayuden a su formación integral y sobre todo a hacer uso de estos en la vida diaria.

De ahí, la importancia de abordar la inteligencia emocional como potenciadora de los procesos educativos y del rendimiento escolar en el ámbito de la educación, además del papel que juegan los profesores en la enseñanza logrando cambios significativos en el equilibrio personal, analizando la relación entre emociones e inteligencia y como desarrollar la llamada inteligencia emocional en la educación.

#### **D. Tipo de Estudio y Diseño**

La siguiente tesina se encuentra respaldada bajo el método argumentativo de Toulmin que según Rodríguez (2004: 1-18), orienta a la realización de textos educativos, de naturaleza teórica y documental, y cuyo principal recurso está encaminado a la argumentación, permitiendo la formulación de ideas a partir de ciertas premisas recabadas de distintas fuentes de información, es decir, podemos hacer inferencias de ciertas afirmaciones de los autores sobre la teoría de la inteligencia emocional, creando ciertas reflexiones para dar fundamento teórico. Por lo que la argumentación implica realizar un razonamiento sobre la teoría que está siendo abordada, estar en contacto con el texto formulando una atmósfera de debate, en la que el lector discute sobre el tema realizando afirmaciones y complementando con sus propias ideas.

Las principales partes que conforman el modelo argumentativo de Toulmin menciona (ibíd: 7-13), son: aserción, evidencia, garantía, respaldo, reserva y cualificador modal. La utilización de éste se basa en encontrar ciertas evidencias, es decir teoría con la cual se de fundamento a las distintas premisas o aserciones que se formulen acerca del tema abordado. Para poder verificar, que en efecto las diversas aserciones han resultado de acuerdo a la evidencia, el estudio debe encontrar un respaldo, este es derivado de la teoría que muestre algunos estudios realizados anteriormente, el cual nos debe trasladar de inmediato al cualificador modal, es decir la forma en la que calificamos la probabilidad de la aserción, ya sea para aceptar o rechazar las premisas abordadas. Finalmente, la reserva permite dar pauta a las respuestas que se obtengan sobre las reflexiones de las premisas que se han formulado, para poder hacer frente a las debilidades que se encuentren en el contenido argumentando a favor de lo planteado en la investigación.

## II

### ORIGEN Y DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

#### A. Acerca de la Inteligencia Emocional

Antes de abordar el concepto de 'inteligencia emocional' centrémonos en definir qué es la inteligencia. En el ámbito de la educación este término ha sido siempre un tema de debate; buscar un concepto para describirla, implica un análisis de acuerdo a distintas capacidades o habilidades del ser humano, según el Dr. González-Urbaneja el concepto fue introducido por Cicerón para designarlo como una capacidad intelectual; por lo que el autor lo define de la siguiente manera:

La inteligencia es el término global mediante el cual se describe una propiedad de la mente en la que se relacionan habilidades tales como las capacidades del pensamiento abstracto, el entendimiento, la comunicación, el raciocinio, el aprendizaje, la planificación y la solución de problemas González-Urbaneja (2011: 2).

Ante esta definición se puede mencionar que en efecto, hablar de inteligencia es referirse a las capacidades y habilidades, destrezas y esfuerzos que realiza el ser humano mediante sus conocimientos, pero sobre todo de sus experiencias y problemáticas con las que se enfrenta cotidianamente, por lo que se puede decir que la inteligencia es aquel elemento en el ser humano que permite realizar varias acciones ya sean de carácter cognitivo u otras acciones mentales en las que caracterizan a cada ser humano como diferente de los demás. Además "los individuos difieren los unos de los otros en habilidad de comprender ideas complejas, de adaptarse eficazmente al entorno, así como el de aprender de la experiencia, en encontrar varias formas de razonar, de superar obstáculos mediante la reflexión" (ídem).

Así mismo, menciona el autor, "la inteligencia no es un mero aprendizaje de los libros, ni una habilidad estrictamente académica, ni un talento para superar pruebas. Más bien, el concepto se refiere a la capacidad de comprender nuestro entorno" (ibíd: 3); por lo tanto, se puede considerar que en ella intervienen distintas

características ya sean de comunicación, conocimiento, interacción y desde luego de tipo emocional.

Por otro lado, Ponce y Sanmartín (2010: 12) comentan; en Psicología “la inteligencia se define como la capacidad de adquirir pensamiento y entendimiento y de utilizarlo en situaciones novedosas”. Así mismo, el autor plantea que la inteligencia se encuentra definida como un “proceso complejo y evolutivo de adaptación al medio, determinado por estructuras psicológicas que se desarrollan en el intercambio entre el niño y su ambiente” Piaget, 2003 en Ponce y sanmartín (2010:12), es decir la inteligencia es un proceso que nunca termina, estamos en constante aprendizaje, y el medio en el que nos encontremos determina desde luego el potencial de desarrollo de la capacidad intelectual, en donde influye el contexto y sobre todo de los estímulos que éste le genere para desarrollar su inteligencia.

Howard Gardner (2011: 4) menciona, tras sus estudios realizados sobre la teoría de las inteligencias múltiples en 1987: desde una perspectiva tradicional la inteligencia siempre es vista como aquella capacidad que es calificada a través de tests, sin embargo estas pruebas se basan en estándares estadísticos en los que los resultados de diferentes individuos son comparados, lo cual favorece a confirmar la idea de que la facultad general de inteligencia no se modifica con la edad o con la experiencia, es decir, solo es vista como una cualidad natural del ser humano. Por lo que en su teoría de las inteligencias múltiples aborda este término y menciona lo siguiente:

Una inteligencia implica la habilidad necesaria para resolver problemas o para elaborar productos que son de importancia en un contexto cultural o en una comunidad determinada. La capacidad para resolver problemas permite abordar una situación en la cual se persigue un objetivo, así como determinar el camino adecuado que conduce a dicho objetivo Gardner (2011: 4).

Más que el empleo de un simple conocimiento, el autor nos refiere a la idea de que ser inteligente implica capacidades que nos permitan el logro de objetivos, de alcanzar nuestras metas en las que desde luego el contexto es de suma importancia, puesto que brinda las posibilidades de entrar en acción con éste para resolver las problemáticas a las que nos enfrentemos, dando paso a poder desarrollar y desde



luego, a ampliar nuestro conocimiento. Las creaciones que se realizan, comenta Gardner (2011), van desde la comprensión, el análisis, el razonamiento, pero además permite expresar pensamiento e ideas, sentimientos y emociones. Ante esto Gardner propone en su libro 'Estructuras de la Mente' siete tipos de inteligencias, que son: la musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal y la intrapersonal. Con ello podemos dar cuenta de que la inteligencia equivale a varias aptitudes humanas para distintas situaciones, pero centremos la atención en las últimas para adentrarnos al término de inteligencia emocional. La inteligencia interpersonal según Gardner (2011: 8) consiste en lo siguiente: "La inteligencia interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones". Es decir, este tipo de inteligencia se centra principalmente en reconocer estados de ánimo de las personas que están a nuestro alrededor, conocer sus sentimientos y emociones y profundizar para ver hacia dónde se dirigen; es una cualidad humana que podría ser un tipo de empatía. Pero hay un segundo complemento: la inteligencia intrapersonal que el autor define en estas palabras:

Inteligencia intrapersonal como el conocimiento de los aspectos internos de una persona, el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre estas emociones y finalmente ponerles un nombre y recurrir a ellas como medio de interpretar y orientar la propia conducta (ibíd: 9).

Este tipo de inteligencia tiene que ver precisamente con el reconocimiento de nuestras emociones, de saber qué es lo que provoca nuestras conductas y sobre todo saber cómo manejarlas en distintas situaciones; por lo tanto, la inteligencia más que una habilidad asociada a la parte cognitiva, está estrechamente ligada a distintos aspectos del ser humano. Como Gardner lo describe en la cita anterior, también forma parte de las emociones ya sean propias o ajenas.

El interés por las emociones según Fernández y Extremera (2005: 6) tiene peso desde la introducción del término 'inteligencia emocional' por John Mayer y Peter Salovey en la década de los 90's, la cual era descrita como "...una habilidad

centrada en el procesamiento de la información emocional que unifica las emociones y el razonamiento permitiendo utilizar nuestras emociones para facilitar un razonamiento más efectivo y pensar de forma más inteligente sobre nuestra vida emocional”, es decir estos autores afirman que el uso de nuestras emociones también pueden determinar el éxito del sujeto y no como antes se creía, que sólo los conocimientos eran los que nos llevaban a alcanzar el éxito, además potenciando ambas, se mejora la capacidad de poner en práctica nuestros conocimiento, sabiendo lo que queremos y cómo se puede obtener y ante qué situación para poder propiciar una satisfacción personal e intelectual.

La teoría de la inteligencia emocional (IE) que expone (ibíd: 7-9) basada en el modelo de Salovey y Mayer (1990) señala que esta habilidad del ser humano se encuentra estructurada por cuatro características fundamentales:

1. La **percepción emocional**,... implica la habilidad para identificar y reconocer tanto los propios sentimientos como los de aquellos que rodean al sujeto. Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz...
2. La **facilitación o asimilación emocional**, implica la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando razonamos o solucionamos problemas...
3. La **compresión emocional**, implica la habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan los sentimientos...
4. La **regulación emocional**, 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...

Entonces, podemos decir que el término IE es fundamentalmente una habilidad del ser humano, en la que se combinan ambas cualidades: cognición y emoción , pero además en ésta el individuo es capaz de poder reconocer los estados emocionales por los cuales atraviesa y no sólo los suyos, sino también el de aquellos individuos que se encuentran en interacción con él, fijándose en los gestos que hace, los movimientos corporales y en la manera de comunicarse, además estas características de IE, mejoran la calidad de vida del sujeto para reaccionar ante circunstancias problemáticas, es por ello que se cree esencial que el individuo desarrolle la capacidad de poder reconocer y sobre todo de interpretar la manera de

actuar en base a distintas reacciones que pongan de manifiesto sus emociones, ya sean positivas o negativas, buscar formas que le permitan poder regularlas y guiar la toma de decisiones y/o formulación de objetivos en las distintas situaciones que se presenten de cualquier problemática de la vida cotidiana.

Por otro lado, Fernández y Extremera (2005: 7-9) mencionan que estas cuatro características en relación a la parte cognitiva tienen una estrecha relación. Analizaremos las cuatro características en correspondencia a esto.

Primero, la **percepción emocional**. Como se mencionó, permite a los individuos identificar de manera oportuna las propias emociones, es decir estados de ánimo, efectos fisiológicos y cognitivos que nos llevan a actuar con impulso o de manera reflexiva. El ser humano es ante todo capaz de percibir circunstancias que desaten alteraciones significativas en sus emociones, por lo que debe encontrar una manera adecuada de manifestarse.

Segundo, para poder controlar la percepción de las emociones, necesitamos la **asimilación emocional**, donde el individuo pone de manifiesto su sistema cognitivo para actuar de forma inteligente en la resolución de problemas de acuerdo a sus estados emocionales y con ello poder dirigir la toma de decisiones. La práctica de esta característica de la IE entonces permite centrar la atención en los aspectos de una determinada situación que resultan verdaderamente importantes, puesto que (ibíd: 7) señalan que "...en función de los estados emocionales, los puntos de vista de los problemas cambian, incluso mejorando nuestro pensamiento creativo", es decir el desarrollo de esta habilidad permite que nuestras emociones sean dirigidas en base a nuestro razonamiento y a la manera en que se digiera la información.

Tercero, la **compresión emocional** mencionan (ibíd: 8), implica "...una actividad tanto anticipadora como retrospectiva...", donde el sujeto es capaz de identificar la causa de sus estados emocionales y de las consecuencias que conlleven sus acciones, ya que esta capacidad tiene que ver con la interpretación del significado de las emociones y la transición de un estado emocional a otro. En pocas labras,

conocer la respuesta de nuestras reacciones a cada situación y los efectos que causan en la vida afectiva.

Por último, cuarta característica, la **regulación emocional**; por su parte abarca las cuestiones interpersonales e intrapersonales que bien Gardner señalaba, la cuestión mayor de esta característica tiene que ver con el empleo de distintas estrategias que permitan la regulación de los estados emocionales tanto nuestras como las de otros sujetos, que según (ibíd: 9) “esta habilidad alcanzaría los procesos emocionales de mayor complejidad, es decir, la regulación consciente de las emociones para lograr un crecimiento emocional e intelectual”. Por lo que el sujeto es capaz de percibir, interpretar y buscar soluciones a sus estados emocionales adecuadas a cada situación o problemática por la que atraviese y no solo para el sino para aquellas personas con las que se relacione o del medio en el que se encuentre.

Las emociones, entonces al emplearse en conjunto con la parte intelectual del ser humano, producen nuevas formas de interactuar con el mundo y con las problemáticas que lo rodean, a veces se cree que incluso el hombre manifiesta estas formas de reaccionar a través de las emociones que las distintas situaciones provocan, y se piensa que la clave para desarrollar una mejor IE está en las experiencias emocionales que aprendimos ya sea en casa y desde luego en la escuela, ya que aquí donde se pasa la mayor parte del tiempo durante la niñez. Por lo que menciona Goleman (2008: 8), estos circuitos emocionales van tomando forma de modo que nos vuelven más competentes o incompetentes en el manejo de los elementos que caracterizan a la inteligencia emocional. Por lo tanto es importante valorar las cuestiones de la IE en la formación de los individuos sobre todo en la infancia ya que menciona el autor, “En este sentido, la infancia y la adolescencia constituyen una autentica oportunidad para asimilar los hábitos emocionales fundamentales que gobernarán el resto de nuestras vidas” (ídem). En este caso, se puede decir que en efecto, la infancia es la etapa en la que el individuo desarrolla y adquiere distinta información ya sea en conocimiento y como Goleman lo señala, en la formación de las emociones.

Según Goleman (2008: 12) “Todas las emociones son, en esencia, impulsos que nos llevan a actuar, programas de reacción automática con los que nos ha dotado la evolución”. De acuerdo a esto, se puede mencionar que en gran medida, las emociones se encuentran inmersas en la vida de todos los individuos, que de alguna u otra forma están en constante desarrollo, donde (ídem) comenta que en toda emoción existe implícitamente una acción, así con el paso de los años, con la experiencia y el contexto cultural de desarrollo, el ser humano aprende a moldear estas predisposiciones que originalmente son, de carácter biológico. Entonces señala el mismo autor, se cree que el ser humano está interactuando con el mundo a través de dos mentes, a las cuales debemos prestar mucha atención, por un lado, está la mente que piensa y por el otro la mente que siente, además, estas dos mentes interactúan entre sí para dar origen a nuestra vida mental en palabras de Goleman se describe de la siguiente manera:

...Es la mente racional, la modalidad de comprensión de la que solemos ser conscientes, mas despierta, más pensativa, más capaz de ponderar y de reflexionar. El otro tipo de conocimiento, más impulsivo y más poderoso –aunque a veces ilógico-, es la mente emocional (ibíd: 13).

A partir de esto, podemos notar la distinción que siempre se ha tenido sobre una inteligencia apartada de la parte racional y la emocional, aunque en muchas de las ocasiones como comenta Goleman, la mente emocional, es decir, nuestros sentimientos, suelen actuar sobre nuestras acciones, de modo que lleva al individuo a realizar las acciones de tipo impulsivo, sin razonar ni analizar la situación, por lo que se puede decir que a veces utilizamos más los sentimientos que la razón. Aunque no siempre estas dos mentes que señala Goleman actúan de forma independiente, ya que comenta el autor, “...la mente racional y la mente emocional operan en estrecha colaboración, entrelazando sus distintas formas de conocimiento para guiarnos adecuadamente a través del mundo” (ibíd:13), veamos el siguiente apartado.

## 1. Relación Entre la Emoción y el Pensamiento

A lo largo de varios años, se ha pensado que el coeficiente intelectual (CI), era la clave del éxito en la vida de las personas, sin embargo Goleman (2008) comenta que existen varias pruebas realizadas por investigadores a alumnos de escuelas primarias, quienes determinaron que a pesar de tener un CI por encima del nivel promedio, habían mostrado un rendimiento académico muy decadente, los casos fueron analizados entonces por pruebas neuropsicológicas, las cuales determinaban un desequilibrio en el funcionamiento de la corteza frontal, según (ibíd: 24) “se trataba de niños impulsivos y ansiosos, a menudo desorganizados y problemáticos, que parecían tener un escaso control prefrontal de sus impulsos límbicos”, es decir, estos niños presentan problemas de fracaso escolar, que con el tiempo pueden llegar a convertirse en problemas sociales, ya sea de alcoholismo o delincuencia, ya que el problema, como lo comenta Goleman, no radica principalmente como una consecuencia del déficit intelectual, más bien se refiere al poco control emocional que se encuentra restringido, pero este déficit se encuentra en nuestra infancia, a causa de una falta de estimulación emocional de acuerdo a las distintas experiencias por las que hemos atravesado. Es por ello que es importante idear estrategias que compensen la parte emocional del individuo durante su infancia.

Por otro lado, se dice que la mayoría de las decisiones, se encuentran determinadas por nuestras emociones, inclusive en las decisiones más racionales. Nuestras emociones constantemente están llevando a cabo su papel, ya sea para buscar la felicidad, por no provocar el enojo de los padres al obtener malas notas, al buscar una amistad con otras personas. Si algo hay que se debe tener presente, es entonces rescatar el aprendizaje emocional que la vida, a través de las distintas situaciones a las que nos enfrenta, nos ha proporcionado, reflexionando sobre las decisiones que debemos tomar y las que debemos dejar, tanto que, “el cerebro emocional se halla tan implicado en el razonamiento como lo está el cerebro pensante” (ídem).

Es decir, la emoción, es tan importante como lo es la cognición, ya que ambos aspectos en el individuo implican el uso de la razón, pero además ambos se conjugan, de modo que las emociones son las que guían nuestras decisiones, trabajando con la mente racional limitando o capacitando el mismo pensamiento. Al mismo tiempo, la cognición actúa sobre nuestras emociones, a excepción de aquellos casos en los que las emociones desbordan la razón y estas toman por completo las decisiones ante las situaciones.

Aunado a lo anterior, se dice que "...tenemos dos cerebros y dos clases diferentes de inteligencia: la inteligencia racional y la inteligencia emocional y nuestro funcionamiento en la vida está determinado por ambos" (ídem). Entonces, se puede decir que el CI no es sólo lo único que debemos considerar en los alumnos, sino también considera la IE, así podemos referirnos a un equilibrio entre la inteligencia emocional y la capacidad intelectual, o mejor dicho la manera inteligente de utilizar las emociones.

Por otro lado, (ibíd: 27) comenta que el CI no lo es todo para poder alcanzar el éxito, señala además que sólo en un 20% el CI aporta los aspectos para poder ser exitosos en la vida, lo que supone que en un 80% los aspectos que determinan este éxito se debe a otros factores, en la que se incluye la posición social, el manejo de las emociones, incluso hasta se atribuye a la suerte. Estos aspectos en los cuales resalta la llamada 'inteligencia emocional', tiene que ver principalmente con la capacidad para poder motivarnos a nosotros mismos, de desarrollar la capacidad para enfrentarse a cosas nuevas y mantenerse firmes a pesar de las distintas consecuencias que conlleve una toma de decisiones respecto a los objetivos que se han planteado, de no verse frenados por las frustraciones que se encuentren en el camino, de aprender a controlar los impulsos, de poder regular los estados de ánimo y sobre todo de controlar estos estados anímicos para que nuestra capacidad racional no se vea afectada por los mismos y sobre todo de aprender a empatizar y trabajar con los demás individuos a pesar de las diferencias que puedan existir.

Además, comenta (ibíd: 29) que aunque un elevado CI no garantice el éxito, prosperidad y felicidad, las escuelas y nuestro referente cultural, siguen insistiendo en el desarrollo de habilidades académicas, prestando poco interés al desarrollo de la inteligencia emocional, puesto que de la misma manera las emociones también necesitan de un conjunto de habilidades, que dependiendo de cada sujeto pueden manejarse con más o menos destreza, así mismo el uso o buen manejo de estas habilidades ayudará en gran medida a determinar el motivo por el cual se llega a obtener éxito en la vida, mientras que aquellos que estén preocupados en mejorar el desarrollo intelectual, alcanzarán el éxito pero bajo más límites de frustración, ya que “la competencia emocional constituye, en suma, una meta-habilidad que determina el grado de destreza que alcanzaremos en el dominio de todas nuestras otras facultades (entre las cuales se incluye el intelecto puro)” (ibíd: 29).

De acuerdo con Goleman, las personas que se encuentran emocionalmente preparadas, o sea aquellas que tienen buen manejo de sus estados emocionales y situaciones sentimentales, y que además saben reconocer y relacionarse con las emociones de las demás personas, tienden a disfrutar más la vida, mejorando su situación laboral, incluso relaciones interpersonales de familia, noviazgo y de amigos, además existe satisfacción, por lo que son más eficaces de dominar distintas cuestiones mentales de productividad; sin embargo, aquellos que no han aprendido a dominar estas habilidades emocionales, tienden a debatir con situaciones internas basadas en conflictos familiares y sociales que al mismo tiempo quebrantan el desempeño laboral, escolar y personal de los individuos.

Los distintos tipos de habilidades a las que nos refiere Goleman, no se encuentran alejadas a las que ya se manejaban anteriormente, al igual que Gardner, Fernández y Extremera, nos refiere a una llamada ‘habilidad personal’ que desde luego va de la mano con la inteligencia Interpersonal e intrapersonal, donde los individuos son capaces de reconocer distintos roles que los sujetos que están a nuestro alrededor llevan a cabo a través del manifiesto de sus estados emocionales.



Respecto a lo anterior, Goleman (2008: 29) comenta que se llevó a cabo un Proyecto llamado Spectrum, el cual tenía como objetivo principal desarrollar distintos tipos de inteligencia y desde luego a identificarlos, puesto que este proyecto reconoce que las habilidades del individuo abarcan más allá de las tres erres, es decir, “expresión que se refiere a la triple habilidad de lectura –read- , escritura –write- y calculo, -(a)rithmetic- que constituye el fundamento tradicional de la educación primaria” (idem), las cuales delimitan a la educación actual, además el proyecto Spectrum reconoce distintas habilidades que la escuela debería promover y que muchas veces tiende a hacer a un lado o a ignorarlo, puesto que la educación siempre se ha centrado en promover conocimiento y a orientar a sus alumnos en la obtención de buenas notas, mejorando la calidad de la misma a través del rendimiento académico de sus alumnos, por lo que cualquier otra habilidad que posee el alumno se encuentra limitada, ya que no se cuentan con las estrategias adecuadas para poder potenciarlas o incluso el maestro no tiene el tiempo suficiente para poder diseñar estrategias y llevarlas a la práctica.

## **2. ¿Cómo Desarrollar la Inteligencia Emocional?**

Como ya se ha venido mencionando, las emociones determinan en gran medida varias de las acciones que el individuo realiza pero ¿cómo lograr el desarrollo de una buena IE en la infancia?, desde la perspectiva de Shapiro (1997: 3), los niños de hoy se han visto favorecidos con lo que algunos han llamado ‘Revolución en la Psicología Infantil’, que se enfatiza principalmente en el desarrollo de capacidades emocionales y sociales, puesto que actualmente se pone en práctica la capacitación en la mediación de pares, el uso de técnicas para evitar el estrés y los juegos cooperativos.

En sus estudios, Shapiro aborda principalmente ciertas estrategias basadas en actividades y juegos, que permiten la mejora de las capacidades emocionales y sociales en los niños, o lo que los autores antes mencionados llaman ‘inteligencia emocional’, por lo que el autor comenta:

“Hemos llegado a la conclusión de que tener un IE elevado es por lo menos tan importante como tener un CI elevado. Un estudio tras otro demuestra que los niños con capacidades en el campo de la inteligencia emocional, son más felices, son más confiados y tienen más éxito en la escuela” (ídem).

Por ello se considera importante poder encontrar estrategias que permitan el desarrollo de esta habilidad en los niños y así mismo mejorar el desempeño de estos en distintos ámbitos, ya sea en la familia, en la escuela o en la sociedad, incluso siendo ya adultos, permitiendo junto con esto formar a personas más responsables, productivos y con una estabilidad personal saludable.

Las capacidades emocionales según (ibíd: 4) deben ser enseñadas. Anteriormente se creía que estaban en los individuos de manera innata, pero actualmente “muchos científicos creen que nuestras emociones humanas han evolucionado fundamentalmente como un mecanismo de supervivencia”, puesto que la experiencia a distintas situaciones nos hace actuar, por ejemplo; el miedo tiende a buscar protección, seguridad, a alejarnos del peligro, la alegría y la felicidad se desprende de la compañía, del logro de metas, la tristeza se hace presente ante el fracaso, la desesperación, etc.

Nuestros ancestros primitivos comenta (ibíd: 4), adaptaban sus emociones a las circunstancias, en pocas palabras, las emociones pasaban desapercibidas. Los individuos del pasado actuaban conforme a las necesidades que se presentaban, sin embargo actualmente la vida industrial de la época actual nos orienta a hacer frente a diferentes problemáticas emocionales que el entorno no ha previsto. Un ejemplo de esto menciona el autor, es la ira, una emoción que es desbordada por situaciones de impotencia, aunque con los cambios del mundo moderno este sentimiento muy fácilmente suele ser provocado por un partido de fútbol.

Por ello, se considera necesario enseñar a los niños a controlar su estrés emocional provocado en los tiempos modernos, ya sea a causa de una ruptura familiar, la pérdida de un ser querido, el enfrentamiento a nuevas situaciones o incluso tareas escolares, mediante una serie de capacidades específicas del IE para ayudarlo a enfrentar y solucionar diferentes problemas, ya que “las emociones no son ideas

abstractas que los psicólogos nos ayudan a nombrar, sino que son muy reales. Adquieren la forma de elementos bioquímicos específicos producidos por el cerebro y ante los cuales el cuerpo reacciona” (ibíd: 5). Estos elementos bioquímicos son mejor conocidos como neurotransmisores, lo cierto es que no se puede cambiar la estructura cerebral de los niños, sin embargo si es posible cambiar la bioquímica de sus emociones, ayudándolos adaptarse y a tener control sobre las mismas.

Shapiro propone una serie de capacidades que ha denominado ‘Trucos, Capacidades, Hábitos y Juegos: La Receta Para una IE Elevada’, donde el autor propone una serie de actividades que consisten en enseñar capacidades emocionales y sociales a los niños.

Las capacidades necesitan mayor tiempo de aprendizaje y comprenden cierto grado de práctica, pero una vez adquiridas, se vuelven una segunda naturaleza. Por ejemplo, la interpretación de las señales no verbales – como las expresiones faciales, los gestos y las posturas, es una capacidad que los niños pueden adquirir con facilidad. Dado que los estudios indican que casi el 90 por ciento de la comunicación emocional se transmite en forma no verbal... (ibíd: 6).

Ante esta razón que propone Shapiro, es importante entonces incidir en el desarrollo de capacidades emocionales en los niños, aunque es posible que no todos los niños aprendan a adquirirlas, puesto que el contexto familiar en el que se desenvuelven es para todos diferente, así como la manera de relacionarse, las condiciones de vida, etc. El desarrollo de esta capacidad, comienza principalmente con el interés para la crianza y la educación de los hijos, donde los padres deben llevar a cabo un papel esencial para poder controlar las conductas emocionales de los hijos. Sin embargo, pueden ser tomadas en consideración dentro de un contexto escolar, donde varios niños conviven y se rigen bajo una determinada cultura escolar, además como lo expresa Shapiro es importante reconocer ciertas expresiones no verbales que varias veces nos transmiten mensajes sobre los estados emocionales, ya se para enseñarlos o incluso para detectarlos en los alumnos en etapa infantil, que se les dificulte la comunicación sobre distintas situaciones que afecten el desarrollo emocional.

El poder enseñar capacidades emocionales, recae en poder comprender las emociones y sentimientos de los demás y sobre todo para poder actuar de forma apropiada ante estos, inculcar hábitos de desarrollo de las emociones. Entre estas actividades Shapiro (1997: 6) menciona que las técnicas de relajación y lenguaje figurado, como una forma de manejar el dolor y el estrés, puede producir efectos positivos en la vida de las personas y sobre todo si se practican desde edades tempranas, se deben utilizar juegos y actividades que al mismo tiempo despierten el interés de los niños para trabajarlas. “Los juegos son una forma particularmente buena de enseñar capacidades relacionadas con el IE, porque a los niños les gusta jugarlos una y otra vez” (ibíd: 7), además de que implican una relación con los participantes y la puesta en práctica de reglas del juego, que permiten observar las conductas vicerales que están generando.

En relación a lo anterior, (ibíd: 7) menciona que los juegos son una forma muy buena de enseñar capacidades de carácter emocional, puesto que a través de ellos, “se le brinda la oportunidad a los niños de aprender y practicar nuevas formas de pensar, sentir y actuar, y al participar en estos juegos, podemos convertirnos en parte integral del proceso del aprendizaje emocional”.

Por otra parte, (ibíd: 12) argumenta que muchas de las problemáticas que actualmente afectan a los niños son derivadas de las causas sociales, desde los problemas de divorcio, la influencia de los medios de comunicación como la televisión, la falta de interés que se le ha dado a la educación y sobre todo, al poco tiempo que los padres le están dedicando a sus hijos.

En efecto menciona (ibíd: 16), muchas veces se cree que los niños han nacido con alguna predisposición en su estructura emocional, pero la diferencia radica principalmente en los estímulos que los padres brindan desde una edad temprana a sus hijos para poder actuar frente a sus estados anímicos, como el poder controlar la timidez, el miedo de enfrentarse a nuevos retos, con ello se da paso a una modificación en el desarrollo de sus cerebros.

En relación a esto, se puede decir que en gran medida los padres a veces tienden a sobreproteger a los hijos, limitarlos en su desarrollo siendo estos los interventores de las acciones que realizan. Pasa lo mismo cuando se trata de los estados emocionales y el control de estos; el papel que sugiere (ibíd: 16) ante estas acciones de los padres es dejar que los hijos puedan enfrentar aquellas situaciones que los perturban para poder mejorar en gran medida el control de las emociones, lo cierto es que "...aunque nuestros hijos nacen con predisposiciones emocionales específicas, su sistema de circuitos cerebrales retiene cierto grado de plasticidad" (ibíd: 17), pero no en base al cambio de su estructura cerebral, más bien sobre los estímulos que se les brinda en el desarrollo de los infantes.

Veamos un estudio comparativo que realizó (ibíd: 16) acerca de dos estudiantes que mostraban conductas de tipo introvertido, que los hacían transmitir emociones como el miedo o la inseguridad:

Para comprender exactamente lo que implica todo esto respecto de la forma en que actuamos como padres, observamos a dos compañeros de clases, Matthew y Micky, ambos de seis años. Matthew es tímido y reservado. Casi todos los días regresa de la escuela llorando. Su madre lo describe como alguien "temeroso de su propia sombra" y afirma que ha sido así desde su nacimiento. Micky, por otra parte es conservador y simpático. Aunque sus maestros lo describen como líder nato, sus padres afirman que de ninguna manera nació así. Según ellos, cuando era un bebé y hasta dar sus primeros pasos en realidad se parecía más a Matthew. Lloraba cada vez que lo dejaban con una niñera, no le gustaba la gente o los lugares nuevos, y se sentaba a observar mientras que los otros niños retozaban en el patio de recreo.

Como bien lo describe Shapiro, estos niños eran considerados como Inhibidos en su conducta, siendo un comportamiento nato del ser humano, pero la divergencia entre estos casos, se encuentra estrechamente ligado en la forma en que los padres reaccionan a las conductas, desde que sus hijos se encuentran en la infancia, por lo que los padres que tienden a adoptar un papel protector muy difícilmente logran que su hijo pueda mejorar su conducta, mientras que los padres que dejaron que sus hijos enfrente sus retos ayuda a mejorar esta clase de conductas y que se ven reflejadas en la manifestación de sus emociones.

De esta misma manera, Ferreyra (2008: 8) comenta "la expresión de las emociones cobran sentido y significación en un medio social, determinando modos de expresión,

comunicación y de relacionarse y que se resignifican en el resto de toda la vida”, tanto que a través de las emociones los individuos aprenden a transmitir e identificar diferentes conductas, que en muchos de los casos son conductas que se han desarrollado por distintos motivos, ya sea por los hábitos generados dentro del ámbito familiar, en la calle o dentro de un contexto educativo.

Así mismo señala Corona (1983: 1) desde la perspectiva de Henry Wallon, el individuo atraviesa estadios de desarrollo emocional y social, es decir una evolución paulatina en relación a la parte emocional; ésta se origina a partir de la interacción que el individuo obtenga con el medio que lo rodea, tal como Piaget describe el desarrollo del individuo en el proceso cognitivo. Wallon se centra principalmente en el desarrollo de la personalidad y ha propuesto un análisis a cada rasgo que se presente en una determinada etapa. “Para H. Wallon la emoción es el intermedio genético entre el nivel fisiológico con solo respuestas reflejas y, el nivel psicológico que permite al hombre adaptarse progresivamente al mundo exterior que va descubriendo” (ibíd: 3).

En relación a lo que plantea Corona, el primer mundo en el que se desarrolla el individuo es el mundo humano, por medio del cual las necesidades del niño son cubiertas, donde el individuo manifiesta desde el principio emociones llamadas ‘primitivas’ que son de malestar y bienestar por lo tanto “el niño que siente va camino del niño que piensa” (ibíd: 4), por ello este autor basado en el esquema de Henry Wallon, hace referencia a los estadios de desarrollo emocional que el sujeto atraviesa, iniciando con la primera etapa llamada ‘estadio impulsivo puro’, referente a una acción motora frente a diferentes estímulos, ya sean interoceptivos, propioceptivos y exteroceptivos, en donde el niño en pleno desarrollo actúa conforme a estos estímulos que el medio le genera y se adapta frente a los impulsos sin poner resistencia, puesto que aún no conoce las respuestas emocionales con las que puede actuar.

Un segundo estadio, se refiere al ‘estadio emocional (simbiosis afectiva)’ abarcando los seis meses del bebé, en donde las conductas del individuo responden a sus

principales necesidades de alimento, abrigo, etc. Estos cambios son tan importantes para el desarrollo afectivo del individuo “En este estadio, tanto como los cuidados materiales, el niño necesita muestras de afecto por parte de quienes le rodean. Le son necesarias las muestras de ternura (caricias, palabras, risas, besos y abrazos), manifestaciones espontaneas del amor materno” (ibíd: 9), ya que según el autor, las muestras de cariño en esta etapa determinan la relación con el medio y al mismo tiempo reacciona a los estímulos que el contexto le genera, por ello se habla de una simbiosis afectiva.

El tercer estadio según (ibíd: 9), es llamado ‘estadio sensitivomotor o sensoriomotor’, se presenta al término del primer año y al comienzo del segundo, en este el autor señala que aparece una llamada “sociabilidad incontinente”, en esta etapa el niño comienza una interacción directa con el medio, se caracteriza por el desarrollo de la palabra y de andar.

Del mismo modo, (ibíd: 10) menciona una cuarta etapa el ‘estadio proyectivo’, en el que se considera que el único medio para que el individuo conozca el contexto en el que se encuentra es la acción con el fin de generar pensamiento, de ahí surge el quinto estadio llamado ‘estadio del personalismo’, en el que el individuo reconoce las acciones que realiza y en las cuales se verá implicado, permitiendo con ello el reconocimiento de su propia conciencia, aquí se detectan principalmente emociones en el sujeto, como estar feliz, disgustado, estar motivado, etc.

Por ello, debemos reconocer que el desarrollo de las emociones es primordial desde las primeras etapas por las cuales el sujeto atraviesa, de manera que éstas se deben fortalecer desde la infancia, ya sean mediante palabras o muestras de afecto, para que se logre un impacto significativo a lo largo de toda la vida del individuo.

Algo importante que comenta Shapiro (1997: 21) respecto al desarrollo de una inteligencia emocional, es brindar a los hijos una atención positiva que se vea reflejada ante todo en un apoyo emocional al menos 20 min. diarios, poner en práctica actividades lúdicas, sobre todo participar en actividades que generaren una buena convivencia entre padre e hijos en casa o en la escuela. Otro aspecto que

resulta importante señalar, es tener una relación abierta con los niños, sobre todo en los vínculos de padre y madre que se generan con los hijos, eliminando prejuicios, permitiendo con ellos una buena salud mental. Además (ibíd: 22) menciona que para brindar una atención positiva se deben considerar los siguientes aspectos:

1. Elogie a su hijo por las conductas adecuadas (por ejemplo, “¡que torre enorme estás construyendo!” pero sea preciso, sincero y evite la adulación excesiva).
2. Demuestre interés por lo que su hijo está haciendo, participando en la actividad, describiendo lo que ve y reflejando sus sentimientos cuando sea posible (por ejemplo, “parece que realmente te gusta que esos dos tipos peleen entre sí. Pero no pareces enojado, por lo que supongo que te diviertes luchando”).
3. No haga preguntas ni dé órdenes. Su trabajo es observar y reflejar lo que usted ve, no controlar o guiar.

Con respecto a esto, se puede decir que en efecto, dejar que el niño se desarrolle conforme a su ritmo es importante y tomar en cuenta lo expuesto por Shapiro, ayudará a los padres a evitar la sobreprotección, por lo que el autor llama una ‘atención positiva’, además menciona que se deben organizar actividades con juegos en casa para niños que tengan una edad de 9 años o menos, pero al mismo tiempo señala que las actividades pueden ser variadas de acuerdo a la edad y a los intereses de los niños.

Así mismo, este tipo de cuestiones pueden ser practicadas dentro de la escuela, donde el maestro empiece a conocer los principales intereses de los alumnos y sobre todo alentarlos a la práctica de sus actividades mediante la motivación y reconocimiento de su esfuerzo en el salón de clases y aunque posiblemente no se conoce del todo a los alumnos, se sabe que a cualquier niño en la etapa infantil práctica el juego y desde luego que puede ser utilizado como un medio para poder desarrollar su ‘inteligencia emocional’.

Por otro lado, (ibíd: 23) menciona que la disciplina tiene una estrecha relación con el desarrollo afectivo del individuo, pero una disciplina efectiva consta de pocos principios que pueden tener una buena proyección en la formación de las emociones, por lo que los educadores y padres pueden guiarse bajo las siguientes estrategias:



1. Establezca reglas y límites claros y atégase a ellos. Si puede, escríbalos y fíjelos sobre la pared.
2. Dele a su hijo advertencias y señales cuando comienza a comportarse mal. Es la mejor manera de enseñarle el autocontrol.
3. Defina el comportamiento positivo reforzando la buena conducta por elogios y afecto e ignorando la conducta que sólo apunta a llamar la atención.
4. Eduque a su hijo conforme a sus expectativas. En general, los padres no emplean el tiempo suficiente para hablar con sus hijos acerca de los valores y las normas, y por qué estos son importantes.
5. Prevenga los problemas antes de que se produzcan. Según la psicología de la conducta, la mayoría de los problemas se producen como resultado de un estímulo o una señal específica. La comprensión y eliminación de dichas señales lo ayudarán a evitar situaciones que dan lugar a una mala conducta.
6. Cuando se viola una norma o un límite claramente establecido, en forma intencional o de otro modo, aplique de inmediato un castigo adecuado. Sea coherente y haga exactamente lo que dijo que haría.
7. Cuando un castigo es necesario, asegúrese de que guarde la relación con la infracción a la regla o mala conducta (que el castigo se ajuste al delito)... (ibíd: 24).

Como se puede notar, establecer ciertas normas ayuda a poner ciertos límites que puedan ser aplicados, además comenta (ibíd: 24-25) que tener técnicas disciplinarias contribuye a formar a niños con una buena inteligencia emocional. Entre las técnicas se abarca desde el uso de las reprimendas, consecuencias naturales, entendiendo con ellos dejar que los hijos experimenten por si solos, el rincón, quitar un privilegio, la sobrecorrección y utilizar un sistema de puntaje, principalmente para motivar las buenas conductas en los niños "...surge claramente de las investigaciones que si usted quiere educar a un niño con un IE elevado, es mejor que sea excesivamente estricto y no excesivamente indulgente" (ibíd: 25).

Quizá establecer reglas en casa resulta un tanto complicado, ya que no se está acostumbrado a vivir de esta manera, sin embargo en el contexto educativo se han implementado éstas y pueden ser consideradas como buenos métodos, pero la clave está en que todos participen y respeten los parámetros establecidos, ya sea en casa o en la escuela, por lo que todos resultan beneficiados para aprender buenas conductas.

## **B. Hacia una Educación Emocional**

La inteligencia emocional según Fernández y Ruiz (2008: 2), ha resultado en los últimos 25 años ser un concepto que promueve el ajuste emocional, el bienestar personal, el éxito en la vida y las relaciones interpersonales en diferentes contextos de la vida cotidiana, por lo que la escuela se incluye dentro de estos contextos, ya que es aquí donde el individuo en etapa infantil pasa la mayor parte de su tiempo. De este mismo modo Bisquerra (2003: 1) comenta:

La educación emocional es una innovación educativa que responde a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias. La fundamentación está en el concepto de emoción, teorías de la emoción...la teoría de las inteligencias múltiples, la inteligencia emocional, el flujo, los movimientos de renovación pedagógica, la educación psicológica, la educación para la salud, las habilidades sociales, las investigaciones sobre el bienestar subjetivo ,etc.

Además, en el artículo 3° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos en la fracción II inciso C, se expone que el Estado:

Contribuirá a la mejor convivencia humana tanto por los elementos que aporte a fin de robustecer en el educando, junto por el aprecio para la dignidad de la persona y la integridad de la familia, la convicción del interés general de la sociedad, tanto por el cuidado que ponga en sustentar los ideales de fraternidad e igualdad de derechos de todos los hombres, evitando los privilegios de razas, de religión, de grupos, de sexos o de individuos Hernández (2008: 6-7).

Pero para lograr cumplir lo estipulado en la Constitución, desde luego que puede ser mediante la educación emocional con el objetivo de atender y reforzar la parte afectiva dentro de un contexto educativo que abarque más allá de las expectativas del plan de estudios y teniendo mayor impacto para la vida en sociedad, así mismo Shapiro (1997: 10) comenta que "...podemos recurrir a las escuelas para obtener información práctica acerca de la efectividad de la enseñanza relacionada con temas de inteligencia social y emocional", puesto que son un puente para adaptar distintas estrategias para el trabajo emocional en los alumnos.

En relación a lo anterior, Bisquerra (2003: 1) menciona que entonces se deben desarrollar competencias emocionales y desde luego que para poder desarrollarlas dentro del ámbito de la educación debe existir un programa de intervención.

Al mismo tiempo, “Hay que definir objetivos, asignar contenidos, planificar actividades, estrategias de intervención, etc.” (ibíd: 2) Que permitan una experimentación del desarrollo de las competencias emocionales y que sean evaluados, puesto que, “La educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación formal” (ibíd: 3). Poniendo en práctica esta visión de la inteligencia, se dice que se pueden contrarrestar en gran medida problemas sociales como lo son la violencia, la depresión, el suicidio, anorexia, etc. Que afectan a la sociedad, además dentro de las aulas se puede disminuir el bullying, el acoso escolar, el bajo rendimiento, las malas conductas, etc.

Aunque para poder hablar de una educación emocional es importante entender que es una emoción, por ello Bisquerra (ibíd: 6) hace una definición de la misma y las implicaciones que podría generar si ésta se lleva a la práctica, veamos la interpretación biológica que maneja el autor: “Una emoción se produce de la siguiente forma: 1) unas informaciones llegan a los centros emocionales del cerebro. 2) como consecuencia se produce una respuesta neurofisiológica. 3) El neocortex interpreta la información”. En términos comunes menciona: “...una emoción es 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” (ibíd: 6).

Entonces, se puede decir que la emoción, lejos de ser una simple conducta, encuentra respuesta dentro de nuestro organismo y reacciona a los diferentes estímulos que están en el medio que rodea al individuo, por lo que aprender a controlar las emociones mejora el bienestar personal y las relaciones sociales, evitando las conductas problemáticas en gran medida.

Tanto que, (ibíd: 4-5) comenta que las conductas problemáticas surgen a causa de una desestabilidad en las emociones, aunque pueden deberse a 5 factores entre los cuales se tiene: el individuo, la familia, los grupos de iguales, la escuela y la comunidad.

Los principales factores del individuo, residen en problemas de desarrollo, conflictos emocionales. Los factores emocionales se deben a causa de conflictos maritales, desintegración familiar, problemas familiares, carencias económicas, vínculos poco estables, falta de atención, etc. Mientras que en un grupo de iguales existe el rechazo, la burla, actitudes negativas, entre otras. En la escuela, existen problemáticas sobre la falta de preparación, el fracaso escolar y más. Por último, en la comunidad hay un mayor riesgo a caer en la delincuencia, el consumo de drogas, las malas amistades, todo esto siendo factores que en muchos de los casos determinan la estabilidad emocional en los sujetos.

Por ello, (ibíd: 5) saca a flote dos elementos que sirven como medio para poder contrarrestar los factores que influyen en las conductas emocionales de los sujetos: las personales y las ambientales. Dentro de los factores personales influye el desarrollo de competencias emocionales y sociales como son una buena autoestima, la autosuficiencia, el enfrentamiento a nuevos retos, una buena disposición, habilidades comunicativas y aspiraciones a futuro. Por otro lado, los factores ambientales según Bisquerra, aportan el apoyo para poder desarrollar las características personales, entre las cuales pueden destacar una sana convivencia de los padres, buenas relaciones con amistades, ir a una escuela que sea de agrado, realizar actividades sociales, etc.

Aunque en muchos de los casos es difícil para los padres mandar a los hijos a escuelas que sean de su agrado y ante esta situación las posibilidades del individuo se ven reducidas, esto no implica un obstáculo para trabajar las cuestiones emocionales de alumnos en las diferentes instituciones, ya que los problemas sociales están a la orden del día afectando a los individuos y sobre todo, su desempeño en las escuelas, por ellos es importante involucrar a todos los agentes que intervienen en el proceso educativo de los alumnos, es decir; maestros, alumnos, padres, directivos entre otros. Aunque muchas veces los resultados obtenidos por los alumnos queden a cargo de los profesores.

## 1. Los cuatro Pilares de la Educación.

Desde luego que la educación ha puesto atención a este concepto de inteligencia emocional para poder ser trabajado dentro del contexto educativo, aunque quizá de una forma indirecta, un ejemplo de ello es el proyecto desarrollado por Jaques Delors “Los Cuatro Pilares de la Educación” que se encuentran publicados en el informe “La Educación Encierra un Tesoro” con la visión de Delors (1996: 35) donde postula lo siguiente: “La educación a lo largo de la vida se basa en cuatro pilares: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser”. El autor de acuerdo a estos, se ha centrado en una nueva visión para la educación que contemple el todo en general, que atienda otras necesidades como menciona a continuación:

...Los sistemas educativos formales propenden a dar prioridad a la adquisición de conocimientos, en detrimento de otras formas de aprendizaje, importa concebir la educación como un todo. En esa concepción pueden buscar inspiración y orientación las reformas educativas, tanto en la elaboración de los programas como en la definición de las nuevas políticas pedagógicas (ídem).

Como menciona Delors, los programas pueden estar enfocados hacia otras formas de aprendizaje, en este caso hacia las emociones, sobre todo porque son concebidas como un componente del todo que rodea al individuo, por ello resulta importante poder influir en la formación de estas como lo comenta el autor basándonos en programas y sobre las reformas educativas que se encuentren en el momento, para poder adecuar distintos programas de intervención y mejorar la capacidad de la estabilidad emocional pese a las problemáticas familiares o sociales de los alumnos, ya que se pretende que los saberes obtenidos durante el proceso de formación educativa sean de manera significativa y que impacten en la vida del alumno, como se plantea en los cuatro pilares que señala Delors Veamos:

- **Aprender a conocer**, combinando una cultura general suficientemente amplia con la posibilidad de profundizar los conocimientos en un pequeño número de materias. Lo que supone además: aprender a aprender para aprovechar las posibilidades que ofrece la educación a lo largo de la vida.
- **Aprender a hacer**, a fin de adquirir no sólo una calificación profesional sino, más generalmente, una competencia que capacite al individuo para hacer frente a gran

número de situaciones y a trabajar en equipo. Pero, también aprender a hacer en el marco de distintas experiencias sociales....

- **Aprender a vivir juntos** desarrollando la comprensión del otro y las percepciones de las formas de interdependencia –realizar proyectos comunes y prepararse para tratar los conflictos- respetando los valores de pluralismo, comprensión mutua y paz.
- **Aprender a ser** para que florezca mejor la propia personalidad y se esté en condiciones de obrar con creciente capacidad de autonomía, de juicio y de responsabilidad personal. Con tal fin, no menospreciar en la educación ninguna de las posibilidades de cada individuo: memoria, razonamiento, sentido estético, capacidades físicas, aptitud para comunicar... (ídem).

Como podemos notar, este proyecto de los 4 pilares de la educación de Delors hace hincapié a la parte que manejan Fernández y Extremera (2005), para referirse a las características que conforman la IE, puesto que habla de hacer frente a distintas situaciones de la vida, la comprensión, autonomía, etc. Así que es conveniente retomar estas expectativas dentro de una programa de educación emocional que al mismo tiempo refuerce la propuesta de Delors, combinando estrategias y evaluando los resultados de las mismas para poder intervenir en lo que será el refuerzo de las capacidades emocionales de los alumnos, sobre todo de educación primaria.

Además como comenta (ibíd: 36) “El concepto de educación a lo largo de la vida es la llave para entrar en el siglo XXI”, ya que se cree que la sociedad educativa tiene la oportunidad de brindar situaciones para potenciar el aprendizaje y sobre todo desarrollar las capacidades del individuo, donde se aproveche todo lo que es brindado por la sociedad para aprender a conocer.

A pesar de todo, menciona Bisquerra (2003: 20) que pese a los cuatro pilares de la educación “Queda claro que hasta ahora la práctica educativa se ha centrado en el primero, y en menor medida en el segundo. Los dos últimos han estado prácticamente ausentes; los cuales tienen mucho en común con la educación emocional”. Sin embargo, intervenir con una educación emocional refuerza las expectativas de los programas educativos, ya que sirve como un elemento que complementa los objetivos formulados de los cuatro pilares de la educación, sobre los que se debe guiar para una educación permanente, de este modo la sociedad educativa atiende los aspectos basados en conocimientos y sobre todo los emocionales que perturban a los alumnos.

### III

## IMPLICACIONES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN

### A. El Impacto de la Inteligencia Emocional en el Rendimiento Escolar

El rendimiento escolar según Edel (2003: 1), no es un sinónimo de esfuerzo, ya que el esfuerzo no garantiza el éxito en los alumnos, a pesar de esto, algunos profesores se enfocan más en valorar el esfuerzo que desempeñan los alumnos, sin embargo la visión está en fijar el rendimiento escolar basado en habilidades y competencias que los alumnos adquieran, desarrollen y pongan en práctica. El 'Rendimiento Escolar' según el autor es definido como: "...un nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad o nivel académico" (ibíd: 2), pero para poder conocer este rendimiento, es necesario aplicar distintos procesos de evaluación; sin embargo, en muchos de los casos la evaluación del rendimiento que han obtenido los alumnos, no brinda todas las respuestas a las necesidades que se detectan, puesto que los profesores se han centrado en evaluar conocimiento y no cuestiones emocionales, por lo tanto la intervención de tipo afectiva para poder mejorar la calidad de la educación, se encuentra un tanto restringida.

En cierto modo, la evaluación no determina el rendimiento del alumno, ya que no se puede evaluar de una forma tan determinante las cualidades y habilidades adquiridas por el sujeto. Además para poder evaluar el desempeño del sujeto comenta (ibíd: 7), es necesario considerar no sólo los aspectos individuales, sino más bien debemos tomar en cuenta la influencia del grupo, las relaciones al interior del salón, el contexto educativo, etc. Y tomar en cuenta estos elementos dentro de los procesos educativos de los alumnos habla de una convivencia social o interpersonal cómo se maneja en la IE, incluso menciona el autor:

"Las expectativas de familia, docentes y los mismos alumnos con relación a los logros en el aprendizaje reviste especial interés porque pone al descubierto el efecto de un conjunto de prejuicios, actitudes y conductas que pueden resultar beneficiosos o desventajosos en la tarea escolar y sus resultados", asimismo que: "el rendimiento de los alumnos es mejor, cuando los maestros manifiestan que el nivel de desempeño y de comportamientos escolares del grupo es adecuado" (ibíd: 3).

Por ello, es conveniente basarnos en la educación emocional como un elemento que refuerce el desempeño escolar en el contexto educativo, principalmente tenemos que dejar de ver a la inteligencia como un aspecto medible en la vida de los alumnos, aunque de cierto modo resulta inevitable seguir con un sistema de calificaciones para evaluar el desempeño de los estudiantes, pero si a este proceso se le agregan los elementos de la educación emocional evidentemente se puede lograr que el desempeño alcanzado mejore.

Se dice, que existen factores que repercuten en el desempeño de los alumnos. Uno de ellos, según (ibíd: 5), se refiere al aspecto de la motivación, este es un punto importante dentro de la teoría de la inteligencia emocional, puesto que implica desarrollar emociones que proyecten de manera positiva los logros que hemos de alcanzar y la motivación puede surgir desde dos perspectivas, las que brinda el contexto y las que el individuo genera para poder hacer las cosas. “La motivación escolar es un proceso por el cual se inicia y dirige una conducta hacia el logro de una meta” (ibíd: 5), así que en el ámbito de la educación resulta importante reforzar las conductas motivacionales para orientar a los alumnos a alcanzar sus metas.

Además, (ibíd: 5) menciona que la motivación escolar se enfoca en lo siguiente: “Este proceso involucra variables tanto cognitivas como afectivas: cognitivas en cuanto a habilidades de pensamiento y conductas instrumentales para alcanzar las metas propuestas; afectivas en tanto comprende elementos como la autovaloración, autoconcepto, etc.”. Por ello es importante, como menciona el autor complementar estas dos variables para poder motivar a los alumnos y de este modo se generen los resultados esperados, pero no sólo para mejorar el aprendizaje, más bien para atender a estas dos necesidades que presentan los alumnos, ya que no son ajenos a situaciones como problemas familiares que de alguna forma afecte la capacidad afectiva e irrumpa dentro del desempeño de éste.

Teniendo en cuenta que el rendimiento escolar es una de las problemáticas educativas que mayor interés han provocado entre los investigadores, señala al respecto González (2003: 2) que existen factores que pueden condicionar el éxito o



fracaso del rendimiento de los alumnos; entre estos menciona dos factores principales: personales y contextuales.

Primero, variables personales. (ídem), identifica a aquellas que tienen que ver con el alumno, la inteligencia, aptitud, los estilos de aprendizaje, conocimientos previos y en lo que respecta a inteligencia emocional las variables motivacionales como el autoconcepto, metas de aprendizaje, etc. Segundo, las variables ambientales o como las llama el autor socioambientales, están más ligadas al estatus social, la relación con la familia, los ingresos económicos, el contexto escolar, clima de trabajo, profesores, organización y desde luego contenidos, métodos de enseñanza, tareas escolares, etc.

Como se puede notar, son varios los factores que se plantean en relación al desempeño académico de los estudiantes, sin embargo nos hemos concentrado en atender las demandas más de tipo académico que de tipo afectivo, por ello la importancia de reforzar la educación bajo el desarrollo de habilidades de inteligencia emocional, la cual permite atender los ámbitos afectivos como ya se ha explicado anteriormente. Con ello se le pueden brindar las herramientas al sujeto de enfrentar las diversas problemáticas que se generan ya sea en el contexto educativo, familiar y social donde su estabilidad emocional le permita hacer frente a situaciones que afecten el desempeño académico.

Del mismo modo, García y Doménech (2002: 5) han señalado que “la inteligencia emocional está relacionada con la motivación, ya que una persona es inteligente emocionalmente en la medida que puede mejorar su propia motivación.” Aunque existan pocas investigaciones que expliquen la influencia de las emociones sobre el aprendizaje de los alumnos, se tiene la creencia de que las emociones asumen un papel importante de la vida psicológica escolar y que permite un alto impacto en la motivación académica y en las estrategias cognitivas para el rendimiento escolar.

Con todo esto, Fernández y Extremera (2003: 11) señalan que el término de inteligencia emocional ha mostrado gran impacto en lo que se refiere al rendimiento escolar. Veamos a continuación:

Constatada su capacidad como predictor del equilibrio emocional, nuestro equipo de investigación ha examinado posteriormente la viabilidad del constructo como factor explicativo del rendimiento escolar...no como una relación directa entre IE y el logro académico, sino analizando el efecto mediador que una buena salud mental ejerce sobre el rendimiento....

Entonces, el objetivo de implementar una educación emocional recae principalmente en tener alumnos con una buena salud mental y que al mismo tiempo los efectos positivos de las estrategias que sean implementadas tengan un impacto en el desempeño de actividades educativas y que éstas se reflejen en el rendimiento académico, la sana convivencia y autonomía de los alumnos, además (ídem) tras sus investigaciones realizadas sobre la relación entre IE y rendimiento escolar mencionan:

Concretamente, la inteligencia emocional intrapersonal, es decir, el metaconocimiento para atender a nuestros estados afectivos, experimentar con claridad los sentimientos propios y poder reparar los estados emocionales negativos, inflúa decisivamente sobre la salud mental de los estudiantes y este desequilibrio psicológico, a su vez, está relacionado y afecta al rendimiento académico final....

Desde luego que el desequilibrio en las emociones de los alumnos, produce distracción, no se está concentrado para trabajar los distintos contenidos y los resultados no siempre son los esperados, por ello se considera que debemos tener como base fundamental el manejo de la estabilidad emocional a través del conocimiento de nosotros mismos.

Sin embargo, “Una cuestión inicial suscitada por la expectación del concepto y sus posibles aplicaciones en el sistema educativo es si tiene sentido crear en las instituciones una política centrada en mejorar la IE” (ibíd: 13), aunque se sabe que cada vez los docentes tienden a hacer frente a mas situaciones de violencia, fracaso escolar, maltrato físico, etc. Y en la mayoría de los casos estos alumnos, son quienes más problemas de aprendizaje presentan. Y aunque se sabe que “...el sistema educativo está centrado en crear estudiantes académicamente preparados y, en el caso de que se observe un déficit en ciertas asignaturas...recurre a estrategias de reestructuración curriculares...”(ibíd: 13), estas estrategias se centran principalmente en aumentar horas extras, cambiar el material, cambiar el modo de evaluación e inclusive reasignar un nuevo profesor.

Aunque en muchos de los casos mencionan (ibíd: 13) “Estas respuestas si bien necesarias, son insuficientes para atajar unas carencias escolares causadas por problemas que nada tienen que ver con la claridad del contenido de la asignatura y sí con los problemas familiares, emocionales y sociales subyacentes”. Es decir, no podemos atender problemáticas que afectan a los individuos cuando se tratan de cuestiones socioafectivas y no de tipo cognitivo, sin embargo (ibíd: 13) señalan que existe carencia de estos programas de intervención destinados a reforzar las habilidades afectivas y de tipo emocional.

Pero no sólo es la carencia de programas de intervención, sino existen otros factores como lo son la falta de material didáctico para trabajar en el aula, la falta de preparación en el profesorado, las adecuaciones a los programas no cumplen todas las necesidades, repercutiendo de igual modo en el rendimiento escolar de los alumnos. Esto implica entonces un mayor esfuerzo por parte de los profesores, utilizando estrategias que vayan de acuerdo a su grupo de trabajo y de este modo ayudar a potenciar las habilidades emocionales de los alumnos, además Goleman (2008: 56) ya contemplaba que:

Los maestros saben perfectamente que los problemas emocionales de sus discípulos entorpecen el funcionamiento de la mente. En este sentido los estudiantes que se hallan atrapados por el enojo, la ansiedad o la depresión tienen dificultades para aprender por que no perciben adecuadamente la información y en consecuencia, no pueden procesarla correctamente.

Por lo tanto, llevar a cabo un programa de intervención basado en una educación emocional puede ayudar a mejorar el trabajo de los profesores, teniendo a alumnos más estables emocionalmente y a facilitar la adquisición de conocimientos de los mismos, mejorando principalmente el desempeño académico de los alumnos y aunado a ello las relaciones sociales, la comunicación, la resolución de problema, etc. Teniendo alumnos preparados para hacer frente a los cambios sociales y sobre todo personales.

A pesar de todo, Fernández y Extremera (2003: 14) comentan “La mayoría de los problemas socio-emocionales están originados por una serie de factores de riesgo, y la obligación de padres y profesorado es conferir a los alumnos habilidades y

estrategias emocionales que funcionen como elementos protectores”, lo ideal entonces debe centrarse en programas de intervención que mejoren las capacidades afectivas de los alumnos y de este modo se conlleven los cambios con efecto positivos sobre las actividades dentro del aula con los alumnos y fuera de la misma también, ya que “los factores de riesgo son muy variados y gran cantidad de ellos se encuentran fuera de las aulas...” (idem).

## **B. Implicaciones de una Educación Emocional**

¿Cómo saber que en realidad podemos enseñar la Inteligencia Emocional?, según Fernández y Extremera (2003: 14) enseñar una inteligencia no tiene una lógica en sí misma, ya que una inteligencia implica un aprendizaje, sin embargo los seres humanos tienen la capacidad de aprender muchos conocimientos sobre distintas áreas como lo es el conocimiento emocional y en donde los autores acentúan lo siguiente:

...Algunos autores afirman que su potenciación debería inculcarse desde los inicios en la educación primaria, estimuladas desde el Diseño Curricular Básico ya que es el nivel educativo en el que más se puede influir en el desarrollo de capacidades afectivas, motivaciones y sociales del niño (idem).

Desde luego que esto implica un proceso de concientización tanto para padres como para profesores, ya que para cumplir con expectativas que generen un buen impacto en la sociedad como lo mencionan (ibíd: 15) se tienen que atender el desarrollo intelectual y al mismo tiempo un desarrollo emocional, afectivo y social que brinda la IE, esto puede ser trabajado bajo un currículo realista e integrador que contemple los cambios actuales del mundo moderno en todos los ámbitos, sociales, familiares, escolares, etc.

Además, hablar de educación emocional implica la formulación de objetivos por ello Bisquerra (2003: 23) señala que algunos de estos pueden resumirse en los siguientes:

Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar

emociones positivas; desarrollar la habilidad para automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida; aprender a fluir, etc.

Como podemos notar, los objetivos no están alejados de lo que plantean Salovey y Mayer en su teoría de inteligencia emocional, así que la adaptación de estos van en función de las situaciones que se trabaje en el ámbito educativo. Otra de las perspectivas que no debemos pasar por alto según López (2005: 4) es tener presente que:

Educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, aceptarse y querer a uno mismo respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas.

También, para poder realizar un programa de intervención desde la perspectiva de Bisquerra (2003: 29) podemos basarnos en las siguientes cláusulas:

1. Elaborar un marco teórico, en revisión permanente, para la educación emocional.
2. Identificar las competencias emocionales básicas para la vida en la sociedad actual.
3. Secuenciar la adquisición de competencias emocionales a lo largo del currículum.
4. Formar al profesorado en educación emocional, a fin de posibilitar el diseño, aplicación y evaluación de programas contextualizados en centros educativos.
5. Crear materiales curriculares para apoyar la práctica de la educación emocional por parte del profesorado.
6. Crear instrumentos de evaluación y diagnóstico para la educación emocional.
7. Diseñar, aplicar y evaluar programas, de educación emocional para el ciclo vital.
8. Perfilar las estrategias más idóneas para la implementación de programas de educación emocional en los diversos niveles educativos y contextos de intervención (educación formal y no formal, medios comunitarios y organizaciones)...
9. Fomentar la cristalización del cambio con objeto de garantizar la continuidad de los programas y hacer posible su institucionalización...
10. Fomentar la optimización permanente de los programas a través de comunidades de aprendizaje.

Seguir este plan, para diseñar programas de educación emocional, facilita en gran medida a los profesores implementar estrategias de intervención sin olvidar las características del contexto de desarrollo y las condiciones sociales de los alumnos. Además, "Las características de la intervención por programas de educación emocional, deberían incluir como mínimo, objetivos, contenidos, metodología, actividades y evaluación" López (2005: 6).

Respecto a los objetivos, en educación infantil se pueden contemplar los que a continuación se presentan:

- Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas.
- Proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias emocionales para el equilibrio y la potenciación de la autoestima.
- Potenciar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad.
- Potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Favorecer el autoconocimiento y el conocimiento de los demás.
- Desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria para uno mismo y para los demás.
- Desarrollar el control de la impulsividad.
- Favorecer la cantidad y la calidad de las interacciones del grupo para la mejora del clima relacional desde clase y cohesión grupal (ibíd: 5).

En relación a los contenidos que pueden abordarse dentro de la educación, desde la perspectiva de (ibíd: 5-6) son los siguientes: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales y habilidades de vida, del mismo modo que Bisquerra, sin embargo para este autor los contenidos son denominados competencias emocionales, haciendo una descripción más a fondo de éstas, por ello las describiremos en el siguiente apartado, en este al igual que López (2005), aborda la conciencia emocional, regulación de las emociones, autonomía personal, añadiendo la inteligencia interpersonal y las competencias de vida.

## **1. Competencias Emocionales**

Entendiendo que la educación emocional desde el punto de vista de Bisquerra (2003: 21) se refiere a un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida...”, las competencias deben estar presentes a lo largo de la puesta en práctica del currículo académico y desde luego en la formación constante de la vida de los individuos, por lo cual el autor propone las competencias de tipo personal y social.

Así, mediante el desarrollo de competencias se pretende favorecer el desarrollo humano, pero ¿qué implicaciones tiene una competencia?, antes de adentrarnos en

ello (ibíd: 15) menciona: “la competencia es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” y dentro de este constructo se integra “el saber, saber hacer y saber ser”. Entonces “Se puede entender la competencia emocional como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (ibíd: 15).

Entre las distintas competencias emocionales (ibíd: 16) menciona dos grupos identificados derivados de estas; veamos:

a) Capacidades de autorreflexión (inteligencia intrapersonal): identificar las propias emociones y regularlas de forma apropiada;

b) habilidad de reconocer lo que los demás están pensando y sintiendo (inteligencia interpersonal): habilidades sociales, empatía, captar la comunicación no verbal, etc..

Sin embargo, (ibíd: 16) comenta que algunos autores han reconocido cinco dimensiones derivadas de una competencia emocional, entre las cuales tenemos:

- **cooperación,**
- **asertividad,**
- **responsabilidad,**
- **empatía,**
- **autocontrol.**

Por lo tanto, “este marco es coherente con el concepto de inteligencia emocional: autoconciencia emocional, manejo de las emociones, automotivación, empatía, habilidades sociales” (ibíd: 16). Por consiguiente, las competencias emocionales que (ibíd: 17-20) retoma son las siguientes:

- La primera competencia, **conciencia emocional**: dentro de esta se contempla la conciencia de las propias emociones, dar nombre a las emociones y así como se desarrolle la capacidad para poder identificar nuestras emociones, también se tenga la capacidad para identificar las emociones de los demás.

- La segunda competencia, **regulación emocional**: incluye la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada “Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento, tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas” (ibíd: 17), es decir aprender a expresar las emociones, teniendo en cuenta que la sensación interna no siempre corresponde a una expresión externa de nuestro comportamiento y autogenerar estados emocionales para un bienestar personal, como un pensamiento positivos, entre otras cosas.
  
- Tercera competencia, **autonomía personal** (sugestión): esta competencia abarca cuestiones como el autoestima, actitud positiva, capacidad crítica, automotivación, responsabilidad, la capacidad de buscar ayuda cuando se requiere, es decir, debemos comprender que tener un autoestima positivo logra cambios emocionales positivos en nuestro comportamiento y este cambio a su vez se refleja en la manera en que se enfrentan las situaciones, desde la automotivación que se genera, la manera crítica de ver la situación y aceptar cuando se necesita ayuda para poder hacer frente a las situaciones. Además (ibíd: 18) menciona que se debe desarrollara una ‘auto-eficacia emocional’, la cual permite una actitud realista frente a la situación que se enfrente, donde la principal característica se ve reflejada en que el individuo se siente como se quiere sentir.
  
- Cuarta competencia, **inteligencia interpersonal**: permite habilidades básicas sociales como por ejemplo; saludar, escuchar, despedirse, dar las gracias, pedir un favor, aceptar los errores, disculparse, etc. efectuar una buena comunicación, aprender a relacionarse con los demás e intercambiar experiencias emocionales, poner en práctica valores, respetar normas sociales o de convivencia al interior del salón o en casa, ser asertivo y defender nuestro punto de vista, sentimientos y reconocer nuestros derechos.



- Quinta competencia, **habilidades de vida y bienestar**: en base a esta competencia (ibíd: 19) comenta que el individuo debe tener la capacidad de poner en práctica comportamientos apropiados para actuar y resolver problemáticas personales, familiares o sociales, con el fin de potenciar el bienestar personal y su impacto en la sociedad.

Aplicar estas competencias en el contexto de la educación primaria no implica una reformulación de los planes y programas que se manejan en la educación de la misma, más bien implica trabajar una complementación de los mismo donde se atiende y sobre todo refuerce esta visión de la educación emocional, tal y como se manejan las competencias para la vida.

## **2. Metodología de una Educación Emocional**

La educación emocional, como es bien sabido pretende potenciar el desarrollo de competencias emocionales. Por lo tanto López (2005: 11), menciona que para poder hacer una intervención de este tipo es necesario emplear estrategias de tipo vivencial y emocional, por ejemplo; cuentos, juegos, canciones, técnicas de trabajo, etc.

Aquí señala (ídem) el papel del educador resulta primordial ya que este es el mediador del aprendizaje “Como tal, constantemente proporciona modelos de actuación que los niños imitan e interiorizan en sus conductas habituales”. El educador debe brindar confianza y sobre todo seguridad al niño, mediante contextos que involucren la comunicación.

Por otro lado, un ejemplo de actividad que puede ser trabajado es el que se presenta (ibíd: 8) a continuación:

Actividad: El globo mensajero

A primera hora de la mañana o cuando se crea necesario, a medida que realizan el saludo de forma individual a los niños y niñas, se anima al alumnado para que se sienten formando un círculo con la intención de que se vean las caras. Se presentan un globo en el que hay una expresión de alegría. Este circula de mano en mano a la vez que pregunta: ¿Cómo te sientes? Se realiza la pregunta a la vez que va pasando en globo, acompañando la pregunta con una expresión facial.

Objetivos: adquirir vocabulario emocional, expresar los propios sentimientos y emociones a través del lenguaje verbal y no verbal, reconocer los sentimientos y emociones de los demás.

Contenidos: conciencia emocional/vocabulario emocional, lenguaje verbal y no verbal, expresión de sentimiento y emociones.

Materiales: un globo pintado con una expresión de alegría /títere.

Orientaciones: puede sustituirse, en lugar de un globo que sea como un títere. Es posible que durante las primeras sesiones sean los educadores los que realicen esta pregunta a los niños y niñas: ¿Cómo te sientes?, pero poco a poco se ve como los niños y las niñas asimilan el vocabulario emocional como forma de expresión y comunicación: ¿cómo me siento?, ¿cómo te sientes?.

Entre estas y otras actividades son las que se pueden llevar a la práctica, desde luego que están dependerán de la edad e intereses de los alumnos.

### **3. Evaluación de la Educación Emocional**

La evaluación de todo programa de intervención es importante para poder obtener respuestas acerca del impacto que está teniendo la implementación del mismo. López (2005: 11) menciona “la evaluación es una actividad valorativa que nos permite determinar en qué medida se han logrado los objetivos”, el principio que maneja la autora respecto a esto es “evaluar para mejorar”.

Además, (ídem) menciona que la evaluación debe ser llevada a cabo por el educador, en esta contemplará principalmente cómo han evolucionado y mejorado las relaciones al interior del salón, el interés de los alumnos para practicar las actividades, cómo se ponen en práctica estas actividades y algo importante, realizar entrevistas y cuestionarios a los padres de familia para estimar las opiniones que tienen sobre sus hijos al practicar estas actividades.

De igual modo, para López la observación en educación infantil dentro del proceso de evaluación es un elemento indispensable, sobre todo la observación directa y sistemática como técnica de evaluación más indicada para la educación infantil. Para ello, (ibíd: 12) señala que el educador puede llevar a cabo observaciones en situaciones no previstas, a través de la interacción que realice con los alumnos. Las observaciones, también pueden ser planeadas respecto a las inquietudes del

profesor “estas observaciones pueden recogerse en forma de diario, en escalas de observación o bien en registros anecdóticos” (ibíd: 12).

Estas formas de recogida de datos permiten abarcar aspectos que en ocasiones pasamos desapercibidos por ello explicaremos en que puede ayudarnos cada uno veamos:

El **diario de clase** consiste en registrar situaciones, experiencias y aspectos, diversos que ocurren en la vida del grupo, con especial referencia al proceso de la aplicación de la educación emocional.

En las **escalas de observación** se registra la opinión o estimación general del alumno respecto a los objetivos logrados en cada una de las actividades desarrolladas a lo largo del programa.

Los **registros anecdóticos** sirven para consignar situaciones de especial trascendencia, que resulten significativas para el observador, tales como conflictos e incidentes de un alumnos, reflexiones sobre comportamientos y convivencia, etc. (ibíd: 12).

La importancia de llevar a cabo estas formas de evaluación permite que además de que sean evaluados los cambios en los alumnos, también se valore en impacto del programa de intervención, para que la aplicación de éste, pueda ser modificado cuando lo requieran las necesidades de los alumnos, el contexto y la sociedad, etc.

### **C. El Papel del Profesor en el Desarrollo de la Educación Emocional**

La práctica de la educación emocional menciona López (2005: 6), desde luego que puede ser iniciada en la educación infantil, por lo tanto la puesta en práctica de programas en educación emocional requiere una formación previa del profesorado, sin embargo “Por los datos de que disponemos, se puede afirmar que el desarrollo de competencias de forma intencional y sistemática esta, en general, bastante ausente en los programas de formación de maestros” (ídem).

Por lo tanto, llevar a la práctica un programa de educación emocional se centra principalmente en que los profesores deberían basarse en materia de emociones y competencias emocionales, ya que no sólo se trata de llevar a cabo una serie de actividades, más bien se trata de reforzar y desarrollar habilidades y actitudes, maneras de expresarse en las cuales el profesor ponga en marcha las pautas estructuradas en el modelo que se esté implementado.

Así mismo, Bisquerra (2003: 20) menciona “La finalidad de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad integral del individuo. En este desarrollo pueden distinguirse como mínimo dos grandes aspectos: el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional.” Como podemos ver, cada vez son más los autores que apoyan la visión de establecer una educación que refuerce las emociones y el papel del profesor se vuelve esencial en el apoyo de estas habilidades afectivas, el rol del profesor debe cambiar la visión tradicional de transmisión de conocimientos.

Sin duda, la puesta en práctica de la educación emocional como comenta López (2005: 11) en países como España, no solo han beneficiado a los alumnos sino también a los profesores en cuanto a su preparación profesional y personal.

Sin embargo, aún se sigue poniendo en juicio el desempeño de los maestros, pero bien se sabe que aunque sean los titulares frente al grupo, no son los únicos encargados de llevar a cabo estas estrategias para mejorar la capacidad emocional en los alumnos, se deben involucrar a todos en la educación emocional de los estudiantes, para poder contrarrestar esa serie de problemáticas educativas que en muchos de los casos se derivan de una desestabilidad emocional del individuo.

Respecto a esto, algunos autores comentan:

Los pesimistas pueden ser buenos domadores pero no buenos maestros [...] La profesión del maestro- en el más amplio sentido del más noble término, en el más humilde también- es la tarea más sujeta a quiebras psicológicas, a depresiones, a desalentada fatiga acompañada por la sensación de sufrir abandono en una sociedad exigente pero desorientada Medrano, Medrano, & Arreaza (2008: 13).

Si bien, esta expresión ‘tiene razón ser maestro’ implica a atender a varios alumnos diferentes, con necesidades emocionales y problemáticas diferentes, donde la sociedad además demanda que el profesor sea competente en el más amplio sentido, sin embargo la educación emocional también debe ser efectuada desde casa, donde los padres brinden estimulación a sus hijos desde pequeños y en la escuela se refuercen, ya que los educadores solo son mediadores de los contenidos ya sea emocionales o intelectuales que se transmiten en el aula. El quehacer es de todos.

Según Medrano et al (2008: 15), las familias de los alumnos esperan que el profesor sea competente en distintas disciplinas, desde una formación en contenidos académicos hasta una formación en valores, sobre todo se espera que los educadores presenten una serie de habilidades y conocimientos como los siguientes: pensamiento positivo, hacer frente a las situaciones de error o fracaso, creer en que las cosas siempre pueden ser mejores, enfrentarse a nuevos desafíos y sobre todo transmitir motivación, alegría y felicidad, que desde luego requieren una formación para poder ser transmitidas. Por consiguiente se dice “No basta con ser competente emocionalmente para educar las emociones ni se trata de “entrenar de manera específica y puntual” aquellas técnicas más útiles para prevenir los problemas más llamativos” (ibíd: 17).

Más bien se tiene que pensar que, “los profesores deben ser conscientes de que la “competencia emocional” repercute en el clima del aula, en la motivación y en el interés de los alumnos hacia el trabajo” (ibíd: 17), por lo tanto se trata de un efecto sobre los alumnos en donde los educadores proyecten las conductas de una emoción positiva.

El desarrollo emocional entonces, resulta primordial para el desempeño profesional de los educadores y del impacto que produce en el alumnado, ya que además de traer beneficios impacta de forma positiva en sus relaciones interpersonales, puesto que la práctica educativa se desarrolla en contextos interactivos. Por ello, no debemos olvidar que “El papel del profesor es fundamental en la formación y cambio del autoconcepto académico y social de los estudiantes...es la persona más influyente dentro del aula por tanto el alumno sus opiniones y el trato que recibe de él” García & Doménech (2002: 9). Debemos hacer frente a las nuevas demandas emocionales que el mundo actual genera y de este modo forjar expectativas en nuestros alumnos para poder lograr una educación de calidad.

## A. CONCLUSIONES

A lo largo de esta tesina se ha llevado a cabo un abordaje teórico con referente a la inteligencia emocional, como un tema de interés social que ha surgido a partir de la década de los 90's, con el objetivo principal de poder retomar esta temática en el área de educación donde al igual que los conocimientos la cuestión de las emociones sea atendida y estimulada para poder incidir en que los alumnos desarrollen competencias y habilidades, ya que la educación tradicional se ha enfocado en la parte cognitiva olvidando el aspecto de las emociones, sin embargo hay que tener presente que las emociones son parte del individuo y vive con ellas día a día enfrentando distintas situaciones en donde las pone de manifiesto.

Entender la parte emocional de los sujetos y potenciarlas, sirve para conocernos y como lo señalan los autores, aprender a controlarlas e identificar nuestras reacciones emocionales, pero sobre todo a brindar una estabilidad emocional que garantice a los sujetos poder actuar de forma inteligente en cualquier situación, por lo que muchas veces la inteligencia no sirve de nada si emocionalmente no tenemos un autoestima alta o un buen autoconcepto, e incluso no satisfacemos la parte afectiva en nuestro ser.

Así mismo, se considera que la estimulación temprana de las emociones mejora en gran medida la vida de las personas, así que la perspectiva de educar emocionalmente a lo largo de todo el desarrollo, desde luego que trae consigo un impacto positivo en la estabilidad emocional del niño. Resulta importante entonces conocer que el papel de los padres a temprana edad en el refuerzo de las emociones es esencial para los niños, puesto que si el padre enseña a su hijo cuestiones emocionalmente positivas y sí éste posee una buena inteligencia emocional resulta como un proceso de causa y efecto.

Educar a los hijos como lo señala Shapiro es una cuestión de disciplina, donde se establecen reglas para convivir en casa, pero no sólo en casa, sino en los centros educativos también existen reglamentos de convivencia o normas dentro del salón que deben ser respetadas, por lo que se puede decir que la inteligencia emocional se

ha estado trabajando aunque no de forma directa como debería ser. Además de reglas, es importante que los hijos reciban cariño por parte de sus padres, que sean elogiados y premiados cuando estén realizando acciones o conductas positivas que favorezcan su estabilidad emocional. Por el contrario, cuando existan conductas negativas, éstas deben ser tomadas en consideración para ayudar a procesar las respuestas negativas que puedan resultar. Lo mismo en la escuela, se pueden implementar estímulos que inciten a la participación, la sana convivencia, el altruismo y que esto ayude al desempeño de los alumnos, por lo que en muchos de los casos los alumnos se ven afectados por situaciones que tienen que ver con problemas familiares, acoso escolar, entre otros que afectan sus emociones y por consiguiente suelen afectar el desempeño académico de los alumnos y que de alguna manera tiene que ver con las emociones que manifiesta el individuo.

Las reglas o normas que se establezcan van en relación a la edad de los alumnos, pero aparte de reglas o normas, elogios o estímulos, es importante que se pongan en práctica distintas técnicas y estrategias con contenidos que refuercen la cuestión socio-afectiva de los alumnos; de vez en cuando es importante practicar algún juego, escuchar a los hijos y realizar otras actividades con los padres. Lo mismo que en el ámbito educativo, es importante intervenir con técnicas sobre todo para poder reconocer que a veces no siempre lo que se expresa con palabras es lo que se demuestra con actos y gestos. Existe un lenguaje verbal y otro no verbal que tenemos que aprender a interpretar.

Es importante entonces que los hijos desarrollen la cuestión emocional desde temprana edad e intervenir durante la infancia, ya que es en esta etapa en la que el individuo retiene más información y aprende distintas cosas. Por ello el interés de trabajar una educación emocional en el contexto de la Educación Básica, como el lugar en donde el individuo pasa mayor parte de su infancia. Por qué así como existe un desarrollo cognitivo, también existe un desarrollo emocional, que está en constante crecimiento donde el contexto familiar, educativo y social brindan estímulos para potenciarlo, como por ejemplo; las nuevas experiencias, las rupturas familiares, los cambios sociales y ésto hace aún más necesario el fortalecimiento de

las emociones como parte del desarrollo integral del sujeto, donde la educación ha intentado intervenir para tener un buen impacto social.

Dentro de los intentos educativos se han puesto en práctica están “los cuatro pilares de la educación”, sin embargo como se mencionaba, se siguen enfocando en la cuestión cognitiva y no han hecho conciencia de que ambos factores son esenciales para la formación del sujeto, de nada serviría estar formando a individuos que conozcan mucho y que emocionalmente se sientan impotentes para responder a los cambios tecnológicos y sociales que demanda la sociedad.

Pero la educación emocional, no sólo puede trabajarse durante la infancia: Goleman mencionaba que nunca es tarde para aprender nuevas cosas, aunque de pequeños podemos reforzar más las conductas emocionales. La educación emocional por su parte, implica un conocimiento que obliga a los profesores prepararse más profesionalmente, puesto que las expectativas que demandan los padres es que estén preparados en muchas áreas.

Es aquí donde los psicólogos educativos pueden participar con la creación de programas de intervención emocional que contemple las necesidades de los alumnos, que se valore el contexto, recursos, contenidos para la realización de estos programas. Bisquerra mencionaba que las implicaciones de una educación emocional tiene que ser un proceso continuo, que contemple objetivos, competencias, una metodología, actividades y evaluación, al igual que López, por ello es importante adecuar ciertas actividades que vayan de acuerdo al contexto, edad y necesidad de los alumnos de educación básica. Ya que como todo programa educativo, la cuestión pedagógica exige contenidos que puedan ser valorados para tener resultados de los programas que se estén trabajando, donde el método dependerá de la práctica del profesor y de lo que éste puede transmitir a los alumnos. Por su parte la evaluación como mencionaban los investigadores puede ser en base a diarios de campo, recursos anecdóticos y escalas valorativas donde se tenga registro de los cambios más significativos de los alumnos y con ello poder hacer una evaluación del programa.



Algo que resulta importante, es el desarrollo y adquisición de competencias emocionales, como parte esencial de la inteligencia emocional, que contempla conductas que ayudarán a regular las emociones identificando la causa de las mismas, mantener buenas relaciones interpersonales, formar un autoconcepto y autoestima estable, además de habilidades que ayuden a enfrentar problemáticas familiares o de otro tipo de una mejor manera.

Estas cuestiones que implica la inteligencia emocional desde luego que favorecen el desempeño de los alumnos en la escuela, reforzando la atención afectiva que se recibe en casa, pero que al mismo tiempo pueden recibir en la escuela, sobre todo porque es bien sabido que las cuestiones afectivas impactan en el rendimiento de los alumnos.

Entonces siendo la IE un elemento que impacta de manera esencial la estabilidad de los alumnos de Educación Básica, la importancia del desarrollo de los aspectos afectivos recaé en hacer conciencia en todos los agentes que se ven implicados en el proceso educativo como; los padres de familia, los profesores y sobre todo el alumno, donde la inteligencia sea vista como una capacidad que determina a cada sujeto, pero no solo en el aspecto cognitivo.

La manera de llevar a cabo este cambio de conciencia, como ya se mencionó, se ve centrado en la creación de programas de intervención emocional, que abarquen aspectos de tipo social, afectivo y emocional que los profesores son encargados de llevar a la práctica educativa, lo que implica mayor preparación profesional, programas de actualización para ellos, recursos para poder trabajar; no se trata de hacer una reestructuración de los planes y programas, más bien se trata de cambiar la visión tradicional de la educación, complementando la práctica educativa que ya se tiene con programas de intervención emocional.

## **B. APORTES**

Trabajar la Inteligencia emocional, puede ser a través de talleres, en este caso se propone trabajar un taller Motivacional, para contribuir al desarrollo de la estructura emocional de un sujeto, puesto que cambiarla resulta bastante complejo, sin embargo podemos utilizar estrategias que refuercen los estímulos obtenidos en casa. Para esto, se puede utilizar el programa de Educación emocional de López (2005), que lo contextualiza en la educación infantil.

En cuanto a la formación profesional, es importante analizar de cerca las características que contempla la elaboración de programas de intervención y sobre todo prepararnos más en el tema (ver anexo 1) y practicar las competencias del desarrollo emocional en nuestro campo de trabajo para atender situaciones de tipo afectivo. Así, basados en lo estipulado en el artículo 3 ° de nuestra constitución, los cuatro pilares de la educación y las competencias propuestas por Bisquerra, se pueden elaborar actividades como las que propone López (ver anexo 2), realizando como mínimo 2 actividades semanales para reforzar las emociones, evaluando los resultados mediante anécdotas que sean de mayor impacto en la práctica.

## **C. LIMITACIONES**

En cuanto a las limitaciones del trabajo, se considera que al proponer programas de intervención emocional se tienen ciertas restricciones, estas deben ser evaluadas y revisadas por autoridades educativas para poder ser aceptadas.

Además los maestros disponen de poco tiempo para trabajar actividades adicionales a las establecidas en sus planeaciones y el material educativo en las escuelas suele ser muy escaso, por lo tanto limitaría ciertas actividades que requieran algún uso de material con el que no se cuente.

Así mismo, evaluar los programas de intervención requiere de expertos en el tema y en cuestión de metodología de investigación para brindar resultados certeros.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y Competencias Básicas para la Vida. *Revista de Investigación Educativa*, 7-43. Barcelona.
2. Cámara de Representantes la Provincia de Misiones. (2014). *Proyecto de Ley*. Misiones, Argentina: Cámara de Representantes la Provincia de Misiones.
3. Corona, A. (1983). *El Desarrollo Infantil según la psicología Génetica*. México: FESI-UNAM.
4. Delors, J. (1996). *La Educación Encierra un Tesoro*. París, Francia: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.
5. Extremera, N., & Fernández, P. (10 de Abril de 2003). La Inteligencia Emocional en el Contexto Educativo: Hallazgos Científicos de sus Efectos en el Aula. *Revista de Educación*, 97-116. Málaga.
6. Fernández, P., & Extremera, N. (25 de Noviembre de 2005). La inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Salovey y Mayer. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. Zaragoza, España.
7. Fernández Berrocal, Pablo; Ruiz Aranda, Desiree; (23 de Mayo de 2008). La inteligencia Emocional en la educación. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 6, 421-436. España.
8. Ferreyra Monge, E. (2008). *Henri Wallon Análisis y Conclusiones de su Método Dialéctico*. Madrid, España.
9. García, F. J., & Doménech, F. (Mayo de 2002). Motivación, Aprendizaje y rendimiento Escolar. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*. Castellón.
10. Gardner, H. (2001). *Estructuras de la Mente*. Santafé de Bogotá, Colombia: Fondo de Cultura Económica.
11. Gardner, H. (2011). *Inteligencias Múltiples: La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós Iberica.
12. Goleman, D. (2008). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
13. González Pienda, J. A. (2003). El Rendimiento Escolar. Un Análisis de las Variables que lo Condicionan. *Revista Galego-Portuguesa de Psicología e Educación Oviedo*.
14. González-Urbaneja, I. (2011). *La Inteligencia*. Caracas, Venezuela: Norka Salas.
15. Hernández, M. d. (2008). *Constitución Política de los estados Unidos Mexicanos*. Puebla, México: Fernandez S.A de C.V.

16. Jiménez , M. I., & López , E. (Febreo de 2009). Inteligencia Emocional y Rendimiento Ecolar: Estado Actual de la cuestión. *Redalyc*, 71. Colombia.
17. López, É. (25 de Noviembre de 2005). La educación Emocional en Educación Infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 155. Sta. Mará de Palautordera, Barcelona.
18. Medrano, G., Medrano, R., & Arreaza, F. (2008). *La Competencia Emocional*. Castilla-La mancha.
19. Ponce , V. J., & Sanmartín , E. E. (2010). *Las Inteligencias Múltiples*. Cuenca, Ecuador.
20. Rodríguez Bello , L. I. (2004). *El Modelo argumentativo de Toulmin en la Escritura de Artículos de Investigación Educativa*. Caracas, Venezuela: DGSCA-UNAM.
21. Shapiro, E. (1997). *La Inteligencia Emocional de los Niños*. México: Vergara Editor, S. A.

## **FUENTES ELECTRÓNICAS**

22. Edel, R. (2003). *El Rendimiento Académico: Concepto, Investigación y Desarrollo*. Recuperado el 20 de Julio de 2015, de ice.deusto.es: <http://www.ice.deusto.es/rinace/reice/vol1n2/Edel.pdf>
23. Horcas Villareal , M. (Septiembre de 2008). *La Inteligencia Emocional en los Centros Educativos*. Recuperado el 16 de Julio de 2015, de EUMED.NET: [www.eumed.net/rev/cccss/02/mhv2.htm](http://www.eumed.net/rev/cccss/02/mhv2.htm)

## ANEXOS

### ANEXO 1

(Información esencial del tema IE recabado del abordaje teórico de la tesina)

<b>Inteligencia Emocional</b>	<b>Artículo 3°</b>	<b>Los Cuatro pilares de la Educación</b>	<b>Educación emocional.</b>
<p>La inteligencia emocional, es concebida como Habilidad de percibir, valorar y expresar emociones con precisión; la habilidad de acceder y generar sentimientos para facilitar el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y conocimiento emocional; la habilidad para regular emociones que promuevan el conocimiento intelectual y emocional (Jiménez &amp; López , 2009)</p>	<p>Por lo tanto el artículo 3° constitucional de los Estados Unidos Mexicanos, debe garantizar que: Contribuirá a la mejor convivencia humana tanto por los elementos que aporte a fin de robustecer en el educando, junto por el aprecio para la dignidad de la persona y la integridad de la familia, la convicción del interés general de la sociedad, tanto por el cuidado que ponga en sustentar los ideales de fraternidad e igualdad de derechos de todos los hombres, evitando los privilegios de razas, de religión, de grupos, de sexos o de individuos (Hernández , 2008)</p>	<p>Así mismo, los cuatro pilares de la educación, aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser, como base fundamental del desarrollo integral del individuo y para la educación a lo largo de la vida.</p>	<p>Entendiendo que la educación emocional consiste en: Una innovación educativa que responde a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias. La fundamentación está en el concepto de emoción, teorías de la emoción...la teoría de las inteligencias múltiples, la inteligencia emocional, el fluir, los movimientos de renovación pedagógica, la educación psicológica, la educación para la salud, las habilidades sociales, las investigaciones sobre el bienestar subjetivo ,etc. (Bisquerra, 2003) Puede resultar a los largo de la vida, con un buen impacto en la sociedad, sin olvidar que se caracteriza por: Competencias, contenidos, objetivos, actividades o metodología y evaluación de los programas.</p>



ANEXO 2

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
SUBSECRETARIA DE EDUCACIÓN BÁSICA



Escuela: \_\_\_\_\_ lugar: \_\_\_\_\_ fecha: \_\_\_\_\_

Profesor: \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_ Grupo: \_\_\_\_\_

Objetivo	Contenido	
Expresar mediante el lenguaje no verbal diferentes estados de ánimo. Imitar y reproducir diferentes emociones a través del cuerpo.	Conciencia emocional/ reconocimiento de las emociones y sentimientos de los demás.	
Actividad: La varita mágica	Material	Orientaciones (Evaluaciones)
En un sala o espacio sin mobiliario los niños y niñas dejarán que su cuerpo exprese libremente algunas emociones, según la consigna del educador “nos convertimos en personas muy (alegres, enfadadas, tristes, etc.)”. Para ello, el educador utilizará una varita que será la que dinamizará la actividad. Alguno de los niños o niñas pasará a ocupar el lugar del educador y dará la consigna para el resto.	La varita mágica, fotografías de diferentes expresiones emocionales (sí que quiere).	Las expresiones que se realicen serán fotografiadas, y se dispondrá de un material para el alumnado para que puedan explicar sus vivencias y sus adquisiciones en cuánto a la utilización de vocabulario y reconocimiento de emociones y sentimientos.

(Diseño de planeación propio, contenido: López Cassá , É. (2005). La educación Emocional en Educación Infantil. *Redalyc*, 155, el empleo de etas actividades, esta orientado a intervenir en el reforzamiento de las conductas emocionales de los sujetos, ayudando a orientarlas, intervenir en problemáticas, mejorar las relaciones personales y proyectar un impacto positivo en los alumnos.)