

La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores

Carmen de Andrés Vilorio
Universidad Autónoma de Madrid

RESUMEN

Dada la importancia de la inteligencia emocional es el momento de que la escuela se ocupe de su educación. Tras el rápido desarrollo de la tecnología y la informática y la apertura de fronteras e intercambios culturales cada vez mayores, muchos profesionales de la educación se están planteando generar en los niños valores, metas, capacidades que permitan resolver problemas relacionados con las emociones y los sentimientos, tanto con ellos como con los demás.

Con este artículo se pretende en primer lugar clarificar el concepto de inteligencia emocional dentro de un marco histórico, comparando y contrastando las semejanzas y las diferencias presentadas por los distintos autores de la materia.

En un segundo momento hay un revisión sobre los nuevos programas para el tratamiento educativo que conviene dar al desarrollo de este tipo de capacidades.

PALABRAS CLAVE

Emoción, educación, inteligencia.

ABSTRACT

Considering the importance of emotional intelligence, the time has come for schools to focus on its teaching. The quick development of technology and computers and the ever greater opening of frontiers and cultural exchanges has meant many teaching professionals are looking into generating values, goals and capabilities in kids that allow them to solve problems related to emotions and feelings, both for them and for others.

This article aims, firstly, to clarify the concept of emotional intelligence within a historical framework, comparing and contrasting the similarities and differences

presented by various authors on the subject. Secondly, the article shall present a review of the new approaches dealing with the educational treatment that should be given to the development of this type of capabilities.

WORDS FIX

Emotion, education, intelligence

INTRODUCCIÓN

Los sistemas educativos tienen siempre el reto de educar a los miembros más jóvenes de sus sociedades para que puedan dar respuesta a las situaciones que tendrán que afrontar en el futuro próximo. Muchas veces los cambios científicos, tecnológicos y sociales son tan rápidos que la educación no sabe cuáles serán los contenidos educativos relevantes cuando esos niños sean los adultos de su propia sociedad.

Llevamos una década escuchando hablar de Inteligencia Emocional. Pero ¿qué es? ¿para que sirve? Hoy se sabe que la mayoría de las habilidades que nos conducen a una vida plena son emocionales y no intelectuales. Aprender a regular las emociones y las de los que nos rodean forma ya parte de los planes de estudios de algunas escuelas infantiles y colegios.

Lo que sienten los niños sobre sus experiencias de aprendizaje, debe ser tan importante, como lo que aprenden. Por lo tanto las emociones deben ser parte del currículum en la edad temprana.

El mundo emocional de los niños es complejo, debemos ofrecerle herramientas que le ayuden a identificar lo que siente y cómo les afecta. No es lo mismo estar triste que enfadado, sentir vergüenza, antipatía, rechazo, ira, miedo o alegría. Y eso es algo que los niños necesitan aprender a través de la "escucha activa, el diálogo, el desarrollo de la empatía, la comunicación no verbal, sabiendo decir que no, a reaccionar sin violencia.

La tarea de educar emocionalmente urge. El ritmo de vida está provocando que se sustituyan las necesidades emocionales de los niños por videoconsolas. El vacío emocional incapacita a los niños a enfrentarse al mínimo revés. El entorno tampoco facilita las cosas: la tele, internet, los videojuegos...

Shapiro (2001) sostiene que los niños están afectados por dos grandes problemas: menos atención en casa y una creciente influencia de la televisión. Su desarrollo emocional es mucho más vulnerable por las calamidades y privaciones de afecto a que están expuestos. No tienen modelos, para desarrollar competencias que necesitan para la vida presente. Les es difícil manejar la ansiedad y la agresividad, para desarrollar la empatía necesaria para la socialización con los compañeros y adultos.

Todas estas causas y muchas otras que con seguridad han tenido su influencia en el cambio han ido haciendo más sensibles a los educadores, a los padres, a los médicos y a los profesores en general, sobre la importancia que tiene la vida emocional de las personas. Y, sobre todo, de los escolares en las primeras edades.

La escuela también puede ayudar en el aprendizaje emocional, optando por un modelo donde haya cabida para los conocimientos y las emociones y fomentando el aprendizaje de la inteligencia emocional. Si entre todos, familia y escuela, ponen de su parte, el resultado son niños con autoestima, optimistas, que entienden los sentimientos de los demás y superan sin dificultad las frustraciones. Niños en definitiva, saludables y felices.

La educación se ha centrado tradicionalmente en el desarrollo cognitivo, con un olvido generalizado de la dimensión emocional. Sin embargo, hay acuerdo en que la educación debe orientarse al pleno desarrollo de la personalidad del niño. Esto implica que el desarrollo cognitivo debe contemplarse con el desarrollo emocional.

Hay varios motivos que inducen a pensar en la necesidad de programas de educación emocional (Élia, 2003):

- las competencias socio-emocionales son un aspecto básico del desarrollo humano y de la preparación para la vida.
- Hay un interés creciente por parte de los educadores sobre temas de educación emocional
- Los medios de comunicación transmiten contenidos con una elevada carga emocional, que el receptor debe aprender a procesar.
- La necesidad de aprender a regular las emociones negativas para prevenir comportamientos de riesgo
- La necesidad de preparar a los niños en estrategias de afrontamiento para enfrenarse a situaciones adversas con mayores probabilidades de éxito

La educación prepara para la vida y se impone atender al desarrollo emocional, como complemento indispensable al desarrollo cognitivo. La educación emocional se propone el desarrollo de la personalidad integral del individuo. Esto incluye el desarrollo de competencias emocionales: promover actitudes positivas ante la vida, habilidades sociales y empatía, de cara a posibilitar unas mejores relaciones con los demás.

En la escuela infantil, se conocen y se utilizan muchos programas cognitivos, donde se señalan estrategias para mejorar capacidades, habilidades... que permiten que los niños puedan pensar, razonar, hablar, escuchar... A través de estos programas mejoran sus niveles de aprendizaje de forma sistemática y programada pero los niños, también requieren desarrollar un conjunto de competencias no cognitivas que se refiere a los componentes del área de desarrollo socio-emocional que le permitirán potenciar otros aspectos del desarrollo y mejorar su desarrollo social y emocional.

En las primeras etapas de la escolarización, el desarrollo emocional juega un papel esencial para la vida y constituyen la base o condición necesaria para el progreso del niño en la diferentes dimensiones de su desarrollo.

Los profesores contemplan el terreno emocional como la base fundamental a partir de la cual pueden desarrollarse otras capacidades y de forma expresa o tácita señalan la importancia en el desarrollo de la dimensión socio-emocional. Pero el reto consiste en encontrar la manera de traducir estas palabras en acciones concretas que desarrollen estos objetivos y como los profesores se preparan para desarrollar actividades que promuevan el crecimiento emocional de los niños.

Daniel Góleman sostiene que hace falta "escolarizar las emociones" ,y en varios países ya existen programas educativos que tienen como objetivo conseguir un mayor

desarrollo social y emocional de los alumnos e incrementar de este modo su inteligencia emocional.

Numerosos autores señalan que el entrenamiento en educación emocional debe comenzar desde el nacimiento ya que cuanto antes se trabajen determinadas capacidades, más fácil será que lo aprendan y lo generalicen, además de *poder* prevenir posibles emociones perjudiciales que no les permiten disfrutar de sus avances. El desarrollo emocional en los niños no es labor de una sola persona, es una sabiduría compartida donde todos nos podemos ayudar: padres, educadores...

1. DESARROLLO DEL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia emocional es un término relativamente nuevo que introdujeron Peter Salovey y John Mayer en 1990. Ambos psicólogos de Harvard, formaban parte de la corriente crítica contra el concepto tradicional que consideraba la inteligencia sólo desde el punto de vista lógico-matemático o lingüístico. Ellos definieron la Inteligencia social como "aquella que comprende la habilidad de supervisar y entender las emociones propias así como las de los demás, discriminar entre ellas y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones.

Este concepto, complementa el concepto tradicional de inteligencia enfatizando las contribuciones emocionales, personales y sociales a la conducta inteligente.

Sin embargo, ha sido un periodista y divulgador científico, Daniel Goleman el responsable de popularizar este concepto, en la mitad de la década de los noventa, gracias al éxito del libro *Inteligencia emocional*. El entusiasmo al respecto, comienza a partir del reconocimiento que se hace de las consecuencias favorables, que tiene el desarrollo de la Inteligencia Emocional, para la educación de los niños.

Los fundamentos de la educación emocional y el desarrollo de la inteligencia emocional deben buscarse en las grandes aportaciones de la pedagogía y la psicología aunque hace ya 2200 años Platón decía "la disposición emocional del alumno determina su habilidad de aprender".

El concepto de inteligencia emocional. Aunque esté de actualidad, tiene un claro precursor en el concepto de **Inteligencia Social** de Thorndike (1920) quién la definió como "*la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas*". Para Thorndike además de la inteligencia social existen también otros dos tipos de inteligencias: la abstracta- habilidad para manejar ideas- y la mecánica- habilidad para entender y manejar objetos.

Son muchos los factores que propiciaron su eclosión: aportaciones de la psicología humanista (Rogers, Maslow, Fromm), los movimientos de renovación pedagógica que proponían una educación integral donde la afectividad tenía un gran papel, las

aportaciones de Ellis con su psicoterapia racional-emotiva, ciertas terapias cognitivas, investigaciones sobre la emoción y los recientes descubrimientos de la neurociencia que han permitido conocer el funcionamiento cerebral de las emociones.

Aunque el término inteligencia emocional se utiliza a menudo en contraposición al de coeficiente intelectual (CI), está claro que no son conceptos contrapuestos, sino, tan sólo diferentes. Todas las personas tienen su propia combinación entre intelecto y emoción que las distingue a unas de otras y las hace ser únicas y originales.

Las definiciones varían en la revisión de la literatura. Primero, presentaré las dos más clásicas que han dado origen a este constructo y que pertenecen a los pioneros en definirla, como son Mayer y Salovey (1997, 1993, 1990) y Goleman (1996). Y luego la de otros seguidores que presentan algunas semejanzas y diferencias entre ambos. Finalmente reflexionar sobre las controversias señaladas por los críticos actuales que ayudan a clarificar este tópico.

Mayer y Salovey consideran la Inteligencia emocional como un conjunto de competencias, que tienen que ver cómo reconocer las emociones en nosotros mismos y en los demás. Esta definición está fundamentada en una serie de estudios que realizaron, quienes desarrollaron un test de medición denominado: Mayer, Salovey y Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), considerado hasta el momento presente entre los más confiables y válidos a nivel internacional, para medir la inteligencia emocional.

Goleman (1996) nos permite comprender y mejorar, como las dos mentes que forjan nuestro destino: lo racional y la emocional. Su perspectiva es diferente de los anteriores. Su premisa fundamental está en afirmar que la Inteligencia emocional predice mejor el éxito en la vida real y en el plano académico que el cociente intelectual tradicional. El describe las razones, porque algunas personas con un modesto cociente intelectual tiene más éxito en la vida que los que tienen alto cociente intelectual.

Lo que uno concluye al estudiar sus ideas es, que hay otra forma de ser inteligente. Goleman describe a la persona con un alto cociente de inteligencia emocional como un sujeto agradable, amable, cariñoso y muy amigable. Dentro de su teoría hace un marcado énfasis en las características personales, tales como la persistencia, perseverancia, carácter y maduración.

Este autor, considera que tenemos dos mentes, una que piensa y la otra que siente. La mente que siente incluye cinco componentes que pueden categorizarse en cinco procesos:

1. **Concientización:** El conocimiento de las propias emociones. Es decir, el conocimiento de uno mismo, la capacidad de reconocer un mismo sentimiento en el mismo momento en que aparece.
2. **La autorregulación:** se refiere a la capacidad para controlar las emociones en forma apropiada, midiendo las consecuencias que pueden existir sino 10

hacemos antes de actuar. La conciencia de uno mismo es una habilidad básica que nos permite controlar nuestros sentimientos y adecuarlos al momento..

3. Orientación motivacional: La capacidad de motivarse a uno mismo para conseguir unos objetivos o logros. Los buenos resultados en nuestra vida dependen de cualidades como la perseverancia, la confianza en uno mismo y la capacidad de sobreponerse a los malos momentos y derrotas.
4. La empatía o la capacidad de reconocer las emociones ajenas, entender 10 que otras personas sienten, así como comprender pensamientos y sentimientos que no se hayan expresado verbalmente.
5. Socialización: Las habilidades sociales o la capacidad de controlar las relaciones sociales manteniendo nuestra habilidad para crear y mantener relaciones, reconocer conflictos y solucionarlos, encontrar el tono adecuado en cada momento y percibir los estados de ánimo de los demás.

Hay otros investigadores (Freedman, 2004) que define la inteligencia emocional como la habilidad que nos produce las emociones de amar, disfrutar y tener éxito en el vivir diario y la consideran como un potencial innato que se actualiza al seleccionar un estilo personal de pensar, sentir y actuar.

Para Couper y Swaf (1997) es la energía humana que se transforma en poder para conocemos a nosotros mismos, conectar con los demás e influenciar en las relaciones humanas.

Casey y Cobb (2000) presentan un modelo mixto, ya que incluyen los procesos de Goleman y añaden otros, como la percepción emocional que afecta la percepción cognitiva.

Hay quienes como Oriol (2004) la define como el recurso motivacional más importante para sobrevivir.

Hein (2004) cree que la inteligencia emocional es el potencial innato con que nacemos. El potencial de ser inteligente tiene cuatro componentes. La sensibilidad emocional, la de la memoria, la de procesar la información y la de aprender. Este potencial se va desarrollando para bien o para mal, mediante las experiencias que el recién nacido tiene con los padres y luego con los docentes. Sus sugerencias tienen implicaciones de carácter educativo.

Para Hein la inteligencia emocional es la habilidad mental con que todos nacemos, la que nos da una sensibilidad emocional y un potencial para aprender emocionalmente cómo controlar nuestras emociones, con el propósito de maximizar y prolongar nuestra salud, felicidad y supervivencia. Lo más importante es, que nos permite utilizar la emoción en la solución de los problemas, ser creativo y manejar las situaciones sociales en las que nos encontramos.

Como éste es un concepto nuevo, no posee un cuerpo de investigación muy amplio. Principalmente, la investigación desarrollada en tomo a la inteligencia emocional se ha centrado en la conceptualización y factorización del constructo, a través de estudios

empíricos, relacionando la IE con características de personalidad y con otras variables cognitivas.

También ha habido bastante investigación, aunque menos cuantiosa, en el área del trabajo y las organizaciones, debido principalmente a la utilidad práctica que tiene la IE en el desempeño laboral. El conjunto de habilidades, que representa la IE, capacita a la persona para escuchar y comunicarse de forma eficaz, para adaptarse y dar respuestas creativas ante los obstáculos, controlarse a sí mismo, inspirando confianza y motivar a los demás (Candela, Sarrió, Barberá y Ramos, 2000)

Las personas nos movemos entre la emoción y la cognición, entre el sentir y el pensar constantemente. Lázarus(1984) afirma que el pensamiento y la emoción son simultáneos y que se interfieren continuamente. Que la actividad cognitiva y la experiencia emocional van unidas es algo que parece claro. Todos los autores están de acuerdo en pensar que reconocer las emociones, comprenderlas, y actuar sobre ellas, parece una de las bases de la inteligencia emocional.

Gallego (2004), señala, que la clave de la inteligencia emocional es la armonización de ese proceso que configura la inteligencia humana. La verdadera inteligencia emocional es 10 que une 10 emocional y 10 cognitivo, y su armonía es 10 que garantiza su desarrollo eficaz para enfrentamos a cualquier situación de nuestra vida.

Cada persona tiene una forma diferente de armonizar la parte emocional y la parte cognitiva de su inteligencia. A esto hay que unir el cúmulo de experiencias atesoradas a lo largo de nuestra vida, las diferentes actuaciones que realizamos, los resultados que obtenemos de ellas, las valoraciones que hacemos de todo ello, nuestros deseos y motivaciones. Si a esto unimos nuestros rasgos de personalidad y otras formas de reaccionar ante la vida, que son únicos, aparece la gran diversidad que presenta la especie humana

2. PROGRAMAS DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

2.1 Justificación y necesidad de la educación emocional en la escuela

La escuela es uno de los medios más importantes a través del cual el niño aprenderá y se verá influenciado (influyendo en todos los factores que conforman su personalidad). Por tanto, en la escuela se debe plantear enseñar a los alumnos a ser emocionalmente más inteligentes, dotándoles de estrategias y habilidades emocionales básicas que les protejan de los factores de riesgo o, al menos, que palien sus efectos negativos.

En el ámbito escolar, las habilidades de inteligencia emocional no tienen un tratamiento curricular similar al de otras áreas del currículo. Tienen su ubicación en los programas de acción tutorial y de la transversalidad y dichas habilidades deben

enseñarse y aprenderse. Deben conocerse en tanto que contenidos conceptuales, y deben ponerse en práctica en tanto que contenidos procedimentales (comportamientos que deben manifestarse en las relaciones diarias de los alumnos y profesores en la comunidad educativa). Como consecuencia, deben producirse una serie de actitudes positivas de sensibilización ante la necesidad de descubrir las emociones y sentimientos propios y ajenos, y la conveniencia social y personal de mejorar las relaciones interpersonales. (Vallés, 2000)

Entre los diversos argumentos que puedan esgrimirse para justificar la educación emocional, señala (M. Álvarez, 2001):

1. Situaciones vitales:

- En las vivencias personales de nuestra vida experimentamos emociones continuamente. La satisfacción nos anima a actuar con ilusión; en el caso contrario, nos podemos sentir irascibles y molestos por pequeñas cosas.
- Continuamente estamos recibiendo estímulos que nos producen tensión emocional: estresores del trabajo, interrupciones, imprevistos, conflictos, malas noticias, pérdidas, enfermedades, reveses económicos...
- Vivimos continuas contradicciones y conflictos y tenemos conflictos entre lo que deseamos y lo que pensamos que deberíamos hacer.

2. Situaciones educativas:

- La finalidad de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad integral del alumnado. En este desarrollo pueden distinguirse, como mínimo, dos grandes aspectos: el desarrollo cognitivo y el desarrollo emocional.
- El informe Delors señala cuatro pilares de la educación: a) aprender a conocer; b) aprender a hacer; c) aprender a convivir; d) aprender a ser. Estos dos últimos se relacionan con la inteligencia interpersonal e intrapersonal y, por tanto, con la educación emocional.
- El rol tradicional del profesor, centrado en la transmisión de conocimientos, está cambiando. La obsolescencia del conocimiento y las nuevas tecnologías conllevan que la persona adquiera conocimientos en el momento que lo necesite. En este marco, la dimensión de apoyo emocional del profesorado pasa a ser esencial.
- "Conócete a ti mismo" ha sido uno de los objetivos del ser humano y debe estar presente en la educación. Dentro de este autoconocimiento, uno de los aspectos más importantes es la dimensión emocional.
- La educación es un proceso caracterizado por la relación interpersonal. Toda relación interpersonal está impregnada por fenómenos emocionales.

3. Situaciones sociales:

- Es sabido que las relaciones sociales pueden ser una fuente de conflictos., tanto en la profesión, familia, comunidad o tiempo libre como en cualquier

contexto en el que se desarrolle la vida de una persona. Estos conflictos afectan a los sentimientos.

4. Argumentos psicopedagógicos:

Según la teoría de las inteligencias múltiples (Gardner, 1995) cabe distinguir entre otros tipos de inteligencia, una inteligencia interpersonal y otra intrapersonal. Ambas son la base de la inteligencia emocional. Como señala Gardner (1995:47) concentrarse exclusivamente en las capacidades lingüísticas y lógicas durante la escolaridad formal puede suponer una estafa para los individuos que tienen capacidad en otras inteligencias.

Se observan unos índices elevados de fracaso escolar, dificultades de aprendizaje... estos hechos provocan estados emocionales negativos.

Bisquerra (2003) afirma que la justificación acerca de la necesidad de una educación emocional se deduce a partir del análisis del contexto; muchos problemas tienen que ver con el analfabetismo emocional

La importancia de la Educación Emocional, además de numerosos trabajos de investigación, ha provocado un creciente interés por la elaboración de materiales y programas que, de manera sistemática, ayuden al profesor en su tarea de favorecer las relaciones socioafectivas entre sus alumnos.

Estos programas deben siempre tomarse como un material válido y flexible. El profesional deberá saber adaptarlos a las necesidades reales de su aula, una vez haya evaluado y detectado las mismas.

La responsabilidad de los profesionales de la educación, así como la de los padres, está en procurar la adquisición y desarrollo de estas habilidades emocionales cuanto antes en los niños, es por eso que un buen profesional de la educación debe (Gallego, 1999)

- Tener conciencia de sus emociones y de los procesos emocionales que acarrear para poder actuar y reaccionar en consecuencia con ellas ante sus alumnos y ante otras personas del entorno educativo.
- Tener la capacidad de controlar sus emociones para afrontar de modo eficaz los acontecimientos y situaciones, a veces críticas, de la tarea educativa.
- Ser capaz de motivarse a sí mismo y superar los numerosos retos que plantea la profesión de educar a otras personas.
- Tener las habilidades sociales necesarias para crear y mantener relaciones con alumnos, padres, compañeros, reconocer conflictos en el aula y saber solucionarlos, encontrar el tono adecuado para dirigirse a los alumnos...

Es importante hacer una reflexión sobre el rol que debe adoptar el profesor a la hora de aplicar estos programas. Actualmente nadie duda del papel activo que debe asumir el niño en su proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo el profesor un facilitador o mediador de este proceso. En este sentido, el profesor pierde su papel de mero transmisor

de información. Esta afirmación general sobre la nueva concepción de los procesos de enseñanza-aprendizaje no sólo es válida sino imprescindible en la educación emocional.

Para conseguir esto se hace necesaria la figura de un nuevo profesor que aborde el proceso de manera eficaz para sí y para sus alumnos. Este nuevo profesor debe saber transmitir modelos de afrontamiento emocional adecuados a las diferentes interacciones que los alumnos tienen entre sí (siendo fruto de modelos de imitación, por aprendizaje vicario, para los niños), debe ser capaz de transmitir una serie de valores a sus alumnos.

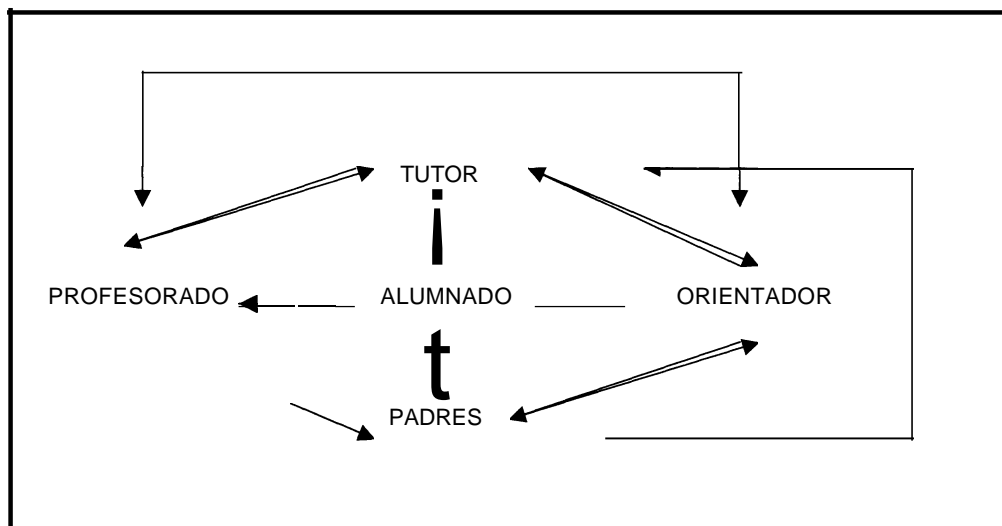
Funciones que tendrá que desarrollar el nuevo profesor (Verónica, G 2004)

- Percepción de necesidades, motivaciones, intereses y objetivos de los alumnos.
- Ayudar a establecer objetivos personales
- Facilitar procesos de toma de decisiones y responsabilidad personal
- Establecimiento de un clima emocional positivo para aumentar

Gallego, D (2004) señala, tres perspectivas desde las que se puede llevar a cabo la educación emocional en el ámbito educativo, que son:

1. La autorreflexión sobre nuestra práctica educativa con respecto al desarrollo emocional. Este aspecto sirve de punto de partida sobre nuestra forma de desarrollar la inteligencia emocional en el aula.
Hay que considerar en la acción educativa el efecto de la propia reflexión sobre nosotros mismos, de tomar conciencia de cómo actuamos, y de cómo, con nuestro hacer cotidiano, estamos educando el desarrollo emocional. Esta autorreflexión es beneficiosa para movemos hacia una actuación sistemática para desarrollar la inteligencia emocional del alumnado, y porque contribuye a mejorar las interacciones que permiten aumentar la inteligencia emocional del sujeto. Es preciso establecer un modelo emocional que empieza por revisar nuestras propias respuestas .
2. Integrar prácticas educativas adecuadas para el desarrollo de las capacidades de armonización cognitivo-emocionales. Eliminando la educación emocional de la lista de efectos no controlados de la educación, para lo que son necesarias unas líneas de actuación educativas claras, que se justifican en nuestro planteamiento teórico.
3. El entrenamiento emocional mediante un programa diseñado al efecto integrado en el currículum ordinario, normalmente a través de algunas sesiones de las distintas áreas o de la acción tutorial, destinando horas de tutoría para trabajar específicamente estos aspectos.

En todo programa se ha de tener en cuenta a los agentes implicados y su interacción. El alumnado es el destinatario principal del programa sobre el que interactúan diferentes agentes (profesorado, tutor y padres); pero resulta imprescindible la interacción del profesorado, con el tutor y con los padres, y la del tutor con los padres. Ha de ser una tarea compartida por todos los miembros de la comunidad y en ella se incluye la familia.



Destinatarios y agentes del programa y su interacción (M. Álvarez, 2001:p55)

Para que estos agentes puedan impartir conocimientos sobre emociones y contribuir al desarrollo emocional, es indispensable que su formación sea la apropiada. De esto se deriva la necesidad de considerar al profesorado como destinatarios de la educación emocional. Sólo así podrán llegar a ser agentes efectivos.

2.2. Programas para edades tempranas

La existencia de programas de educación emocional en edades tempranas pone de manifiesto que hace falta un tipo de intervención sistemática, intencional, colegiada y progresiva sobre el desarrollo emocional de los niños.

Los programas que se presentan a continuación van dirigidos al alumnado del nivel educativo de la población infantil. Deberían comenzar en la Educación Infantil y prolongarse a lo largo de la Educación Primaria y Secundaria. Por otra parte, la educación emocional es una modalidad de formación permanente que se dirige, también, a las personas adultas en general.

Para poner en marcha una intervención por programas se requiere de unos recursos tanto de tipo personal (personal dispuesto a llevar a cabo la intervención con la información y formación adecuada) como de tipo material (materiales e instrumentos suficientes con un adecuado nivel de concreción). Por otra parte, hay que establecer la temporalización del programa y de cada una de sus actividades, no sólo en cuanto al número de horas sino también en cuanto a la franja horaria más adecuada, así como la época del curso más apropiada.

Los programas que señalamos a continuación contribuyen a la formación de capacidades emocionales y sociales.

2.2.1 Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS)

Autora: M'Inés Monjas Casares

Editorial: CEPE. Madrid. 1999 (cuarta edición)

Objetivo general: promover la competencia social en niños en edad escolar a través del desarrollo y fomento de las relaciones interpersonales positivas con iguales y adultos de su entorno social.

Contenidos: 30 habilidades sociales agrupadas en torno a las siguientes áreas: interacción social, hacer amigos/as, habilidades conversacionales, habilidades relacionadas con los sentimientos y opiniones, solución de problemas interpersonales, habilidades para relacionarse con los adultos

Aplicación y aspectos metodológicos: está pensado para su aplicación en aulas ordinarias de Educación Infantil, Primaria y secundaria, pero se puede utilizar en otros entornos educativos (aulas de apoyo, educación compensatoria, talleres, centros de menores...) o ambientes clínicos o de ocio.

Dirigido a: niños/as en situación de riesgo, principalmente rechazados, ignorados y alumnos con necesidades que aparentemente no presenten conductas sociales inapropiadas pero que puedan beneficiarse para un mejor ajuste personal.

2.2.2. Programas de reforzamiento en las habilidades sociales, autoestima y solución de problemas

Autor: Antonio Vallés Arándiga

Editorial: EOS, Madrid 1994

Objetivo general: se pretende que el alumno aprenda a ser persona, a prenda a convivir y que aprenda a pensar resolviendo los problemas que le plantea su propio autoconcepto y las relaciones sociales con los demás.

Contenidos: autoconocimiento de sí mismo, identificación de estados de ánimo en uno mismo y en los demás y su expresión adecuada, dialogar y participar en conversaciones y situaciones de interacción entre iguales, saber escuchar, hacer uso de los gestos como elementos no verbales de la comunicación, trabajar en equipo, cooperar, ser solidario, respetar las reglas del grupo, solucionar eficazmente los problemas de relación social, reforzar socialmente a los demás, comunicar a los demás los propios deseos, hacer peticiones con cortesía y amabilidad, distinguir entre críticas justas e injustas, manejar los pensamientos negativos que deterioran la autoestima y la competencia social, iniciarse en el conocimiento de la relajación muscular a través de sencillos ejercicios de respiración y control muscular.

Aplicación y aspectos metodológicos: debe evitarse que el cuaderno se convierta en un material anexo de papel y lápiz. Es aconsejable el uso de técnicas de dinámica de grupos para escenificar o dramatizar algunas de las escenas-situaciones que se indican.

Dirigido a: todos los alumnos del grupo - clase, a aquellos que manifiestan algunas conductas problemáticas (comportamientos excesivos y comportamientos inhibidos) y también a aquellos que no presentando ningún problema de conducta pueden beneficiarse de un enfoque grupal y preventivo de mejora de la convivencia social.

2.1.3. Educación emocional. Programa para 3-6 años.

Autor :Rafel Bisquerra, Élia López Cassá (GROP)

Editorial: Praxis, Barcelona 2003

Objetivo general: Favorecer el desarrollo de los niños/as contemplando todas las dimensiones de la vida de una persona: cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo-emocional. Cada una de ellas se desarrolla a lo largo de la vida y la base de su crecimiento se encuentra en la infancia.

Contenidos: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales, habilidades de vida

Aplicación y aspectos metodológicos: es una colección de actividades de educación emocional. De forma práctica se presentan diferentes actividades agrupadas en cinco bloques temáticos. Cada bloque temático presenta seis actividades con su respectivo material complementario, necesario para su puesta en práctica. Para que estas actividades sean efectivas, no pueden considerarse como algo aislado y descontextualizado, sino como integrantes de un programa con continuidad en etapas posteriores.

Dirigido a: niños de 3 a 6 años de edad, correspondiente al segundo ciclo de la etapa de educación infantil

2.2.4 Sentir y pensar. Programa de inteligencia emocional para niños y niñas de 3 a 5 años

Autor: Begoña Ybarrola

Editorial: SM, Madrid 2004

Objetivo general: ayudar a los niños a ser personas emocionalmente sanas, personas que tengan una actitud positiva ante la vida, que sepan expresar y controlar sus sentimientos, que conecten con las emociones de otras personas, que tengan autonomía y capacidad para tomar decisiones adecuadas y puedan superar las dificultades y conflictos que inevitablemente surgen en la vida.

Contenidos: conciencia emocional, regulación emocional, autoestima, habilidades socio-emocionales, habilidades de vida.

Aplicación y aspectos metodológicos: es una colección de actividades de educación emocional. De forma práctica se presentan diferentes actividades agrupadas en cinco bloques temáticos. Cada bloque temático presenta seis actividades con su respectivo material complementario, necesario para su puesta en práctica. Para que estas actividades sean efectivas, no pueden considerarse como algo aislado y-descontextualizado, sino como integrantes de un programa con continuidad en etapas posteriores.

Dirigido a: niños de 3 a 6 años de edad, correspondiente al segundo ciclo de la etapa de educación infantil

2.2.5 S.Le.L.E: Siendo inteligentes con las emociones.

Autor : Antonio Vallés Arándiga

Editorial: Promolibro. Valencia, 2000.

Objetivo general: enseñar a los alumnos habilidades emocionales, que le permitan enfrentarse a las dificultades de la vida diaria que se dan en el ámbito escolar. Alcanzar un buen desarrollo de la inteligencia emocional permitirá a los alumnos entender que la vida diaria en el centro escolar no está exenta de dificultades en la convivencia interpersonal, y que hacerles frente de manera segura, socialmente adecuada y personalmente equilibrada es una buena manera de ser feliz a la vez que se aprenden los contenidos curriculares ordinarios.

Contenidos: ¿quién eres? ¿cómo eres?, aprender cosas, sin enfadarse, solucionar los conflictos, ¿por qué estás alegre, triste, enfadado...?, decirte cosas bonitas, respetar a los demás, sin molestarles, estar contento/a, pensar y hablarte ...

Aplicación y aspectos metodológicos: cuadernos donde se presenta cada habilidad para desarrollarse en clase mediante los recursos didácticos disponibles. El cuaderno sirve como un elemento gráfico de apoyo. En estas edades los alumnos no han adquirido las suficientes destrezas para desarrollar todas las tareas gráficas de esta naturaleza que presenta el cuaderno. En estos casos, los alumnos expresarán verbalmente sus respuestas, con la ayuda del profesor y de los propios compañeros. Se pueden verbalizar y representar las situaciones de relación interpersonal que se presentan en el cuaderno (imagina que...) para facilitar a dichos alumnos su comprensión y expresión.

Dirigido a: alumnos y alumnas de segundo ciclo de educación infantil y primero de educación primaria.

BIBLIOGRAFÍA

- Alvarez González, M (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: CISSPRAXIS.
- Bisquerra Alzina, R (2003) *Educación emocional y bienestar*. Bilbao: CISSPRAXIS
- Branden, N (1989). *Cómo mejorar su autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Brockert, S y Braun, G (1996). *Los test de la inteligencia emocional*. Barcelona: Robin Book.
- Busquets, D y otros (1993). *Los temas transversales*. Madrid: Santillana.
- Colás, P y Rebollo, MA (1993). *Evaluación de programas. Una guía práctica*. Sevilla: Kronos.
- Cristóbal, P (1996). *Controlar las emociones*. Madrid: Temas de Hoy.
- Delgado, JMR (1988). *La felicidad*. Madrid: Temas de Hoy
- Dolto, F (1998). *El niño y la familia. Desarrollo emocional y entorno familiar*. Barcelona: Paidós.
- Elías, Tobías y Friedlander (1999). *Educar con inteligencia emocional. Cómo conseguir que nuestros hijos sean sociables, felices y responsables*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Fernández, P y Ramos, N *Corazones inteligentes*. Barcelona: Kairós.
- Gallego Gil, D (1999) *Implicaciones educativas de la inteligencia emocional*. Madrid: UNED
- Gallego Gil, D (2004). *Educar la inteligencia emocional en el aula*. Madrid: PPC
- Gea Rodríguez, V (2004) *La inteligencia emocional en la infancia: educación, familia y escuela*. Granada
- Glennon, W (2002) *La Inteligencia emocional de los niños. Claves para abrir el corazón y la mente de tu hijo*. Barcelona: Paidós.
- Gardner, H (1985) *Inteligencias múltiples. La Teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D (1996) *Inteligencia emocional*. Madrid: Kairós.
- Goleman, D (1999) *La práctica de la inteligencia emocional*. Madrid: Kairós
- Greenspan, S y Thorndike, N (1997) *Las primeras emociones*. Barcelona: Paidós.
- Güell, M y MUÑOZ, J *Desconócete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona: Paidós.
- Harris, PL (1992) *Los niños y las emociones*: Madrid: Alianza
- Ibarrola, B y E, Delfo (2005) *Sentir y pensar. programa de inteligencia emocional para niños de 3-5 años*. Madrid: SM
- López Cassá, E (2003) *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Barcelona: Praxis
- Pascual, V y Cuadrado, M (2003) *Educación emocional: programa de actividades para E.S.O.* Barcelona: Praxis
- Pérsico, L (2003) *Inteligencia emocional*. Madrid: Libsa

- Salmurri, F (2003) *Libertad emocional. Estrategias para educar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Segura, M y Arcas, M *Educación emocional y los sentimientos*. Madrid: Narcea
- Shapiro, L (1997) *La inteligencia emocional de los niños. Una guía para padres y maestros*. Bilbao: Grupo Zeta.
- Soler, J y Conangla, M. M. (2004) *La ecología emocional. Más allá de la inteligencia emocional*. Barcelona: Amat
- Sroufe, A (2000) *Desarrollo emocional. La organización de la vida emocional en los primeros años*. Oxford.
- Steiner, C (1998) *La educación emocional*. Buenos Aires: Avon Books
- Torrabadella, P (1997) *Como desarrollar la inteligencia emocional*. Barcelona: Liberduplex
- Vallés Arándiga, A (2000) *S.I. C.L.E: Siendo inteligentes con las emociones*. Valencia: Promolibro
- Vallés, A y Vallés, C (2000) *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid: EOS