



Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

Curso 2014/2015

Convocatoria Septiembre

Modalidad: Diseño de una propuesta de intervención.

Título: Desarrollo de la inteligencia emocional infantil: propuesta de intervención.

Autor: María José Rodríguez Picazo

Tutor: Cordelia Estevez Casellas

Elche a 8 de septiembre de 2015

Índice:

1. Resumen.....	3
1. Introducción.....	4
2. Método.....	9
3. Discusión.....	15
4. Referencias bibliográficas.....	16
5. Anexos.....	18



Tabla 1.....	14
Anexo 1.....	18
Anexo 2.....	20
Anexo 3.....	21

Resumen

Resumen: Se ha demostrado que la inteligencia emocional conforma un ámbito que conviene ser desarrollado y potenciado debido a la gran influencia que ejerce en la vida de las personas, y es por este motivo que conviene educar a los niños procurando que adquieran un coeficiente emocional adecuado y así puedan hacer frente a los problemas que plantea nuestra sociedad y poder desenvolverse de una forma positiva en ésta. En el presente estudio se ha desarrollado una propuesta de intervención centrada en el desarrollo de una de las áreas que constituyen el concepto de inteligencia emocional: el reconocimiento y expresión de emociones en niños de tres a cinco años de edad a través de una serie de actividades lúdicas que permitan a los niños aprender mientras se divierten. Este programa aportará beneficios para el desarrollo emocional de los niños, un área que ha demostrado ser esencial en el desarrollo integral de la persona y que le aportará numerosos beneficios tanto en la actualidad como en su futuro.

Palabras clave: emociones, inteligencia, niños, estimulación, reconocimiento.

Abstract: It has been shown that emotional intelligence is an area which is advisable to be developed and enhanced due to the great influence that this performs in the lives of the people, and that's why the children should be educated a proper emotional coefficient and thus, they can confront the problems developed by our society and be able to get on it as a positive way. An intervention's proposal has been developed in this study and it has been focused on the development of one of the areas that constitutes the concept of emotional intelligence: the recognition and the expression of emotions in children from three to five years by a kind of fun activities which allow the children to learn while they have a great time. This program will provide benefits for children's emotional development, an area that has proved to be essential in the integral development of the person and will bring numerous benefits today and in the future.

Keyword: emotions, intelligence, children, stimulation, recognition.

Introducción

«La inteligencia emocional relaciona la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones, relaciona también la habilidad para acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan el pensamiento, también la habilidad para entender emoción y conocimiento emocional y la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento emocional e intelectual» (Mayer y Salovey, 1997).

Este concepto de inteligencia emocional engloba cuatro grandes dimensiones que la constituyen y que explicaremos a continuación.

Los sentimientos constituyen una fuente de información fundamental acerca de cómo nos encontramos, qué nos gusta o qué cosas funcionan mal en nuestro entorno con el fin de poder realizar cambios y mejorar este funcionamiento. De esta forma, una buena percepción de los mismos implica saber reconocer de manera consciente nuestros sentimientos y emociones, identificar qué sentimos y otorgarles una etiqueta verbal. Las personas que alcanzan un buen dominio en esta habilidad son capaces de establecer una base para posteriormente aprender a controlarlos, moderar las reacciones que éstos provocan y no dejarse llevar por los impulsos. Por tanto, la primera de estas grandes dimensiones es la percepción y expresión emocional.

Por otro lado, los pensamientos y las emociones se encuentran sólidamente relacionados y las personas que consiguen poner las emociones al servicio de los pensamientos es más probable que razonen de manera más acertada y tomen las mejores decisiones. Así, podemos afirmar que dominar nuestras emociones y hacerlas partícipes de nuestros pensamientos favorece una correcta adaptación de la persona al ambiente. Por tanto, esta capacidad para generar sentimientos que faciliten el pensamiento constituye la segunda de estas grandes dimensiones y se denomina facilitación emocional, la cual nos permite guiar nuestra atención hacia los problemas más importantes, nos facilita el recuerdo de eventos emotivos, permite la formación de juicios acorde con nuestro estado de ánimo y así tener diferentes perspectivas ante un mismo problema dependiendo de nuestros sentimientos.

Por otra parte, encontramos la comprensión emocional, la cual se compone de la habilidad de integrar lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales, además también incluye la habilidad de identificar las emociones de otras personas, lo cual hace referencia al concepto de empatía.

Por último, aparece el término de regulación emocional, que consiste en la capacidad para moderar o manejar nuestras reacciones emocionales ante situaciones intensas, ya sean positivas o negativas. Esta dimensión es considerada como la más complicada de desplegar

y dominar con maestría por el hecho de que supone percibir, sentir y vivenciar nuestro estado de ánimo, sin dejarnos llevar por él, de forma que no llegue a afectar a nuestro razonamiento. (Mayer y Salovey, 1990).

De esta forma podemos entender el papel y la influencia que ejercen las emociones sobre el ser humano, lo cual es extraordinario y puede verse reflejado en el hecho de que nuestros sentimientos, nuestras aspiraciones y los deseos más profundos que existen en el interior de nuestros pensamientos constituyen un punto de referencia inevitable y que gran parte de la existencia del ser humano se debe a esta interferencia de las emociones en las cuestiones humanas. (Goleman, 1995).

Es posible observar como nuestra sociedad ha dotado de mucho valor a la posesión de una elevada inteligencia en las personas en los últimos años, algo que podemos ver reflejado en la construcción y utilización de los “tests de inteligencia” en las escuelas como un referente que indica una relación existente entre la obtención de una elevada puntuación de coeficiente intelectual (CI) y un buen rendimiento académico, así como la consecución del éxito profesional en un futuro. (Fernández-Berrocal, 2002).

Sin embargo, esta visión ha entrado en crisis ya que una elevada puntuación en el CI no es suficiente para alcanzar el éxito profesional. De esta forma podemos afirmar que las personas más brillantes en su trabajo no son necesariamente las que obtuvieron unas notas excelentes, sino aquellas que supusieron reconocer sus emociones, controlarlas y compaginarlas con su inteligencia académica. Así mismo, un elevado CI no garantiza el éxito en nuestra vida cotidiana ya que esta variable no está relacionada con la felicidad, con nuestro éxito en las relaciones de pareja o con nuestros hijos ni con nuestro equilibrio emocional o salud mental y es por ello que ha sido necesario introducir el término “inteligencia emocional” (IE) en nuestra sociedad. (Fernández-Berrocal, 2002).

Por todo ello, debemos hacer hincapié en la importancia que deriva de educar a los niños procurando que adquieran un coeficiente emocional adecuado para poder hacer frente a una serie de necesidades que se presentan en la sociedad como son la ansiedad, la depresión, los problemas de disciplina, la violencia, drogadicción o los trastornos de alimentación entre otros. (Álvarez et al., 2000).

Además diversas investigaciones han demostrado que la falta de estas habilidades emocionales tiene consecuencias muy negativas en las personas y en la sociedad en conjunto. (Goleman, 1995).

También se observa la importancia del control y la regulación de las emociones ya que si el ser humano se dejara llevar por sus impulsos emocionales, esto le acarrearía

consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como a nivel social. Además, cada individuo necesita tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional y todos estos factores emocionales son considerados como elementos muy importantes en la prevención y/o el desarrollo de algunas enfermedades, es decir, la experimentación de emociones negativas como la ira, el miedo o el estrés tiene un efecto directo sobre la salud del individuo. (Perea, 2002).

Muchos científicos coinciden en la idea de que nuestras emociones han evolucionado fundamentalmente como un mecanismo de supervivencia. Esta idea podemos verla reflejada en que el miedo nos ayuda a protegernos del daño, la ira puede ayudarnos a superar barreras para conseguir aquello que necesitamos o la alegría que sentimos cuando tenemos la compañía de otras personas; sin embargo, la vida industrial moderna nos ha enfrentado a desafíos emocionales que la naturaleza no ha anticipado. Y es por todo ello que debemos educar a los niños para que sean capaces de manejar el estrés emocional de los tiempos modernos. (Shapiro, 1997).

Los progresos en el ámbito de la inteligencia emocional comienzan en la infancia con un proceso continuo y gradual de aprendizaje que va desde las emociones simples hasta las más complejas de forma que los niños van modificando sus estrategias para poder hacer frente a las distintas situaciones que se presentan a través del control de las emociones ya que el niño se enfrenta mejor a sus emociones a medida que va comprendiendo sus causas. (Shapiro, 1997).

En este proceso de aprendizaje, los niños desarrollan paulatinamente una serie de habilidades que se sitúan en el interior de esta teoría de la inteligencia emocional y son las habilidades emocionales, tales como reconocer nuestros propios sentimientos, así como controlarlos y evaluar su intensidad, la consciencia que posee el individuo acerca de si las decisiones están determinadas por los pensamientos o los sentimientos y aprender distintas formas para controlar nuestros sentimientos. (Gallego, 1999).

Por otro lado, encontramos las habilidades cognitivas, que se refieren a comprender los sentimientos de los demás y respetar las diferencias individuales, saber leer e interpretar los indicadores sociales, asumir la responsabilidad que acarrear nuestras acciones y decisiones, considerar las consecuencias de las distintas alternativas posibles, dividir en fases el proceso de toma de decisiones y la resolución de problemas, reconocer nuestras debilidades y fortalezas, mantener una actitud positiva ante la vida, desarrollar expectativas realistas acerca de uno mismo, aprender a reconocer cuando una persona es realmente hostil y cuando sea hostilidad proviene de nuestro interior y saber actuar en una situación

conflicto de manera que la persona analice la situación, las posibles soluciones y sus consecuencias para elegir una de ellas y llevarla a cabo. (Gallego, 1999).

Por último, los niños también desarrollan una serie de habilidades sociales, las cuales les facilitan su socialización y esto es un proceso fundamental. Entre estas habilidades destacamos la resistencia a las influencias negativas, escuchar a los demás, participar en grupos positivos de compañeros, responder eficazmente a posibles críticas y saber comunicarse con los demás a través de canales no verbales como son los gestos, el tono de voz o la expresión facial y que tanta información ofrecen de los integrantes de una conversación. (Gallego, 1999).

De esta forma, los niños poco a poco desarrollan estas habilidades, las cuales dan lugar al crecimiento simultáneo de su autoconciencia, una función que nos permite ser conscientes de los que les está pasando y qué están sintiendo, también se desarrolla la autoconciencia, es decir, la combinación del pensamiento y las emociones, la cual comienza en edades muy tempranas gracias a la imaginación ya que mediante el juego pueden experimentar estados emocionales ficticios o convertirse en personajes inventados, de forma que reúnen gran cantidad de experiencia sobre lo emocional. (Harris, 1992).

Y por supuesto la autoestima, concepto que contiene aspectos reflexivos, valorativos, sociales y evolutivos que construyen el “yo”. Si nos centramos en este último campo, existen numerosas investigaciones que ponen de manifiesto la relación negativa existente entre las variables ansiedad y autoestima y afirman que ésta es aún más fuerte durante la infancia. (Leitemberg et al., 1986).

Se considera con bastante generalidad que las personas con un autoconcepto ajustado y positivo son más capaces de actuar de forma independiente, elegir y tomar decisiones, interactuar con los demás, afrontar nuevos retos, asumir responsabilidades, contradicciones o fracasos; en definitiva, están mejor preparadas para participar de manera responsable en las distintas actividades sociales. Parece indudable, pues, la incidencia que tiene al autoconcepto en la organización mental de los individuos y en el control y dirección de sus conductas y realizaciones (Tranche, 1995).

Otra variable que se encuentra muy ligada a la inteligencia emocional es el autocontrol, o control de sí mismo, el cual se define como una capacidad básica para enfocar nuestras vidas y las relaciones con los demás, y requiere la formación del sentido de lo que se hace, donde la persona, de acuerdo con su racionalidad y sensibilidad, planifica su comportamiento y persiste en él. El sujeto que adquiere esta habilidad logra dominar la

impulsividad y consigue la máxima independencia de lo que le rodea, manifestando un equilibrio y ajuste emocional a las distintas situaciones (Escamez, 2002).

Por otro lado, debemos hacer mención que a pesar de las diferencias que exponen diferentes autores a la hora de tratar este tema, existe cierta unanimidad acerca de los factores que se relacionan con inteligencia emocional, los cuales deben ser fomentados y desarrollados lo más intensamente posible y desde la edad más temprana. A este grupo pertenecen la conciencia emocional, el autocontrol o regulación de las emociones, la motivación, empatía y la habilidad social. (Goleman 1995).

El mundo emocional de los niños es complejo, debemos ofrecerles herramientas que les ayuden a identificar lo que siente y cómo les afecta ya que 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 y a reaccionar sin violencia".

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. (De Andrés, 2005).

Dado que la escuela es una de las fuentes más importantes de aprendizaje para los niños, podemos hacer deferencia a una serie de programas que han sido puestos en marcha en los colegios de Educación Infantil y los cuales contribuyen a la formación de capacidades emocionales y sociales:

1. Programa de Enseñanza de Habilidades de Interacción Social (PEHIS), cuyo objetivo general es el de 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. (Monjas, 1999).
2. Programa de Reforzamiento de Habilidades Sociales, Autoestima y Solución de Problemas, cuyo objetivo general es que los niños aprendan a conocerse a sí mismos, a convivir con sus compañeros y a pensar para resolver los problemas que plantea su propio autoconcepto y las relaciones sociales con los demás. (Vallés, 1994).
3. Programa de Educación emocional para niños de entre 3 y 6 años, cuyo objetivo principal es el de favorecer el desarrollo de los niños contemplando todas las dimensiones de la vida,

es decir, cognitiva, físico-motora, psicológica, social y afectivo emocional ya que cada una de éstas se desarrolla a lo largo de la vida pero es en la infancia donde se encuentra la base de su crecimiento. (Bisquerra, 2003).

4. Programa “Sentir y Pensar”, destinado al desarrollo de la inteligencia emocional en niños de 3 a 5 años y cuyo objetivo principal es ayudar a los niños a ser personas emocionalmente sanas, 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. (Ybarrola, 2004).

5. Programa “Siendo inteligentes con las emociones”, cuyo objetivo general es enseñar a los niños habilidades emocionales, que le permitan enfrentarse a las dificultades de la vida diaria que se dan en el ámbito escolar. (Vallés, 2000).

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. (De Andrés, 2005) Es por ello que queremos dedicar este proyecto al estudio de la inteligencia emocional infantil ya que como hemos argumentado anteriormente es un elemento clave en la vida de las personas.

El objetivo con el cual ha sido desarrollado el presente proyecto ha sido definir la eficacia de un plan de intervención en el ámbito de la inteligencia emocional en niños con edades comprendidas entre los tres y los cinco años, de forma que a través de una serie de técnicas podamos identificar cuál es el nivel de reconocimiento y expresión de emociones en estas edades y si es posible entrenar y mejorar esta habilidad, por tanto, la dimensión perteneciente a la inteligencia emocional seleccionada para el estudio ha sido la percepción y la expresión emocional.

Método

El objetivo del presente proyecto es entrenar y mejorar la capacidad de reconocer y expresar emociones en niños de tres a cinco años y para ello se han desarrollado una serie de ejercicios que permiten a los niños poder en práctica sus conocimientos acerca de las emociones y poder así profundizar en cada una de ellas así como las situaciones que las provocan.

Además, con el propósito de comprobar si este programa ha sido efectivo se ha desarrollado una sesión de evaluación inicial que tiene lugar antes de comenzar con las sesiones de entrenamiento y una evaluación final, que se realiza una vez terminadas todas las sesiones de ejercicios programadas.

Este programa ha sido puesto en marcha en un aula de la Escuela de Verano de la Universidad Miguel Hernández, concretamente en una clase compuesta por once niños con edades comprendidas entre los tres y los cinco años. A continuación detallaremos este proyecto.

Evaluación inicial:

Para la realización de esta evaluación inicial se emplea un ejercicio observacional en el cual se le presenta a cada niño de forma individual una serie de pictogramas que representan cada una de las emociones que queremos evaluar, y éstas son la alegría, la tristeza, el enfado, la sorpresa, el miedo y la vergüenza, ya que están catalogadas como emociones básicas.

A continuación, se pide al niño que identifique qué pictograma corresponde con cada emoción y se apunta el número de emociones que ha logrado identificar.

Para la realización de este ejercicio empleamos seis minutos aproximadamente para cada niño, de forma que tendrá un minuto para averiguar de qué emoción se trata en el caso de que tenga dificultad de identificación de las emociones. Esta actividad se llevará a cabo en el aula donde los niños se encuentran habitualmente con el objetivo de que estén familiarizados con el ambiente y así evitar distracciones o interferencias que debiliten la concentración de los niños. (ANEXO 1)

Primera sesión:

Esta sesión tiene una duración aproximada de 40 minutos y se realiza en el aula de los niños para minimizar las distracciones y potenciar al máximo el aprendizaje y la asimilación de conocimientos.

- Actividad: utilizando como material globos y rotuladores, se exponen diferentes caras cada una con una emoción distinta y se explica a los niños qué emoción se ve reflejada para que posteriormente sean ellos mismos los que dibujen esas emociones en los globos. Las

emociones que se trabajan son la alegría, la tristeza, el enfado, la sorpresa, el miedo y la vergüenza. El evaluador deberá llevar al aula imágenes impresas de cada una de las caras que corresponden con estas emociones para exponerlas en un lugar visible para los niños. (ANEXO 3)

- Objetivo: que los niños sean capaces de dibujar la cara que corresponde con cada emoción en un globo y lograr que éstos piensen en el significado de las distintas emociones y cuál es su expresión en los rostros de las personas. Así mismo, se comentan las situaciones que desencadenan cada una de las emociones con ejemplos prácticos y sencillos.

Segunda sesión:

Esta sesión tiene una duración aproximada de 40 minutos y se realiza en el aula de los niños para minimizar las distracciones y potenciar al máximo el aprendizaje y la asimilación de conocimientos.

- Actividad: se lleva a cabo un juego de mímica a través del cual los niños deberán imitar cada emoción ante sus compañeros para que éstos puedan adivinar de qué emoción se trata en cada ocasión. Para la realización de esta actividad no es necesario material. El evaluador deberá indicar a cada niño la emoción que debe emitir evitando que el resto de compañeros sepa de cuál se trata y así fomentar la motivación y la imaginación de los niños. Al igual que en la actividad anterior, las emociones puestas en práctica son la alegría, la tristeza, el enfado, la sorpresa, el miedo y la vergüenza.

- Objetivo: que los niños sean capaces de imitar cada emoción en sus propios rostros y así ser más conscientes de qué manifestaciones tienen lugar en nosotros mismos cuando sentimos cada una de las emociones. Así mismo, se comentan las situaciones en las que aparece cada emoción en el rostro de las personas para favorecer la reflexión y la comprensión de los niños.

Tercera sesión:

Esta sesión tiene una duración aproximada de 40 minutos y se realiza en el aula de los niños para minimizar las distracciones y potenciar al máximo el aprendizaje y la asimilación de conocimientos.

- Actividad: se utilizarán cajas pequeñas en las que se escribirán adjetivos como por ejemplo, aburrido, divertido o vergonzoso y unas tiras de cartulina en las que se escribirán diferentes situaciones como ir al dentista, ir al parque o que se rían de mí otros niños.

Los niños deberán introducir cada tira de papel en la caja que se corresponda con la emoción que sentimos en cada una de las situaciones propuestas.

- Objetivo: que los niños utilicen su imaginación para reflexionar acerca de qué emociones nos produce cada situación para aumentar su grado de concienciación y crear un pequeño debate entre los participantes cuando no coincidan en la emoción que les produce una determinada situación y así fomentar la idea de que no todas las personas sentimos lo mismo en una misma situación. En este ejercicio podemos aumentar el número de emociones y sentimientos además de transmitir los seis fundamentales que están presentes en el resto de actividades y así enriquecer el conocimiento de los niños. Así mismo, los niños pueden indicar que una misma situación les produce varias emociones y gracias a ello podrán aprender que es posible sentir más de una emoción en una misma situación.

Cuarta sesión:

Esta sesión tiene una duración aproximada de 40 minutos y se realiza en el aula de los niños para minimizar las distracciones y potenciar al máximo el aprendizaje y la asimilación de conocimientos.

- Actividad: se utiliza como material unas cartulinas con la silueta de una cara vacía, y por otro lado, se necesitan trozos de cartulina con formas de ojos, boca, nariz y cejas distintas dependiendo de la emoción a la que correspondan.

Los niños deberán formar distintas caras dependiendo de la emoción que se indique.

Utilizaremos imágenes de caras completas para facilitar el trabajo de los niños y fomentar su comprensión y asimilación de los conocimientos y las expondremos en un lugar que sea visible para los niños. (ANEXO 3)

- Objetivo: que los niños sean capaces de plasmar en la cartulina de la cara vacía cada una de las emociones para contribuir a la asimilación de los conocimientos sobre la expresión que las emociones tienen sobre nuestros rostros. Las emociones puestas en práctica son la alegría, la tristeza, el enfado, la sorpresa, el miedo y la vergüenza. (ANEXO 2)

Quinta sesión:

Esta sesión tiene una duración aproximada de 40 minutos y se realiza en el aula de los niños para minimizar las distracciones y potenciar al máximo el aprendizaje y la asimilación de conocimientos.

- Actividad: se proyectarán una serie de escenas de películas infantiles para que los niños averigüen qué emociones están sintiendo sus protagonistas debido a la situación en la que se encuentran en ese momento. Además, al finalizar, se proyecta una canción que trata sobre las emociones para favorecer el aprendizaje.

-Objetivo: que los niños sean capaces de reconocer cada una de las emociones en sus películas infantiles favoritas para contribuir a la creación de una conciencia acerca de que dependiendo de la situación las personas sentimos una emoción u otra y esto se ve reflejado en nuestra expresión emocional y por consiguiente en nuestras acciones.

Evaluación final:

Una vez hayan sido llevadas a cabo las cinco sesiones propuestas, se realizará la misma actividad que tuvo lugar en la evaluación inicial.

De esta forma, se volverá a presentar de manera individual las diferentes emociones plasmadas en pictogramas y se pedirá al niño que averigüe qué imagen corresponde a cada emoción.

Se hará un ejercicio observacional en el que se anota el número de aciertos que ha tenido cada niño para posteriormente compararlos con los obtenidos en la evaluación inicial y así comprobar si se ha producido o no una mejora en cada niño en el reconocimiento de emociones.

Para la realización de este ejercicio empleamos seis minutos aproximadamente para cada niño, de forma que tendrá un minuto para averiguar de qué emoción se trata en el caso de que tenga dificultad de identificación de las emociones. Al igual que el resto de actividades, se realiza en el aula de los niños. (ANEXO 1)

Resultados

Tras haber realizado todas las actividades propuestas en el programa y las correspondientes evaluaciones los resultados obtenidos muestran que la mayoría de los niños que participaron en el proyecto reflejaron mejoras en cuanto al reconocimiento de emociones. Se trabaja dentro de un rango que oscila entre las 0 y las 6 emociones reconocidas y se corresponden con las seis emociones básicas que este proyecto propone fomentar: la alegría, la tristeza, el enfado, la sorpresa, el miedo y la vergüenza. (TABLA 1)

Tabla 1. Resultados obtenidos en la evaluación inicial y en la evaluación final.

NIÑOS EVALUADOS	EMOCIONES RECONOCIDAS	
	EVALUACIÓN INICIAL	EVALUACIÓN FINAL
Sujeto 1	4	5
Sujeto 2	3	4
Sujeto 3	1	4
Sujeto 4	2	4
Sujeto 5	4	4
Sujeto 6	2	2
Sujeto 7	4	5
Sujeto 8	0	2
Sujeto 9	2	3
Sujeto 10	3	4
Sujeto 11	3	4

Discusión/conclusiones

Gracias a los numerosos proyectos sobre desarrollo de la inteligencia emocional que hemos mencionado anteriormente podemos afirmar que es posible desarrollar programas dedicados al aumento del coeficiente emocional de los niños y que éstos se muestren eficaces.

De este modo, podemos afirmar que nuestra hipótesis inicial se cumple ya que la mayoría de los niños que han participado en nuestro programa han aumentado su capacidad para reconocer emociones, algo que podemos ver reflejado en los resultados.

Debemos añadir que este tipo de programas engloban una serie de limitaciones que es necesario tener en cuenta.

En primer lugar, debemos atender al tiempo en que los niños son capaces de mantener su atención fijada en las actividades que están realizando ya que debido a que el presente proyecto se ha desarrollado con niños de tres a cinco años de edad, se ha trabajado con sujetos que son muy susceptibles a las distracciones de cualquier interferencia que aparezca en el aula.

También es necesario mencionar la limitación del tiempo por sesión con la cual nos hemos encontrado ya que al desarrollarse en un grupo de niños que realizan gran cantidad de actividades resulta difícil completar las sesiones con el tiempo suficiente para que los niños hayan asimilado los conocimientos ya que debido a la corta edad de los mismos necesitan un número variable de tiempo para la realización de las actividades propuestas.

A pesar de todo ello, podemos afirmar que es posible realizar un entrenamiento en el reconocimiento de emociones en niños de estas edades gracias a los resultados obtenidos. Sin embargo, no todos los niños han mejorado ya que una minoría ha mantenido su nivel de reconocimiento de emociones y esto nos lleva a pensar que es posible que el programa no fuera efectivo para ellos y no se ajustara a sus necesidades o por otro lado, que en el momento de la evaluación no estaban lo suficientemente concentrados y atentos en la tarea que debían realizar.

Para futuros proyectos destinados al desarrollo de la inteligencia emocional sería deseable contar con un tamaño muestral mayor para poder afirmar con rotundidad su eficacia ya que debido a que este proyecto sólo ha contado con la participación de once niños también debemos mencionar que la muestra no es representativa aunque podemos afirmar que aporta beneficios a los participantes en su desarrollo emocional, tal y como se ve reflejado en los resultados obtenidos.

Asimismo, se anima a la elaboración de otros programas de intervención que permitan mejorar los ya existentes y que trabajen todas las dimensiones que engloba la inteligencia emocional así como el deseo de que continúe la investigación acerca de los beneficios que genera este concepto en los niños y las formas más adecuadas de educar a los niños para que los desarrollen de forma positiva.

Para concluir, podemos afirmar que el programa propuesto ha sido útil y sería muy positivo ponerlo en práctica en escuelas ya que como hemos descrito anteriormente son enormes los beneficios del desarrollo de la inteligencia emocional para las personas y que es muy importante fomentar este ámbito desde los primeros años de vida ya que son los más importantes para el desarrollo del futuro adulto y donde se sientan las bases de las habilidades que el niño irá desarrollando progresivamente.

Resulta muy positivo estimular el desarrollo del reconocimiento de emociones ya que un buen dominio de esta habilidad nos permitirá identificar y poner una etiqueta verbal a lo que estamos sintiendo y esto será la base para aprender a controlar nuestros impulsos en un futuro, poder moderar nuestras reacciones y así no permitir que los impulsos nos dominen y es por ello que es esencial la puesta en práctica de este programa de intervención. Esta habilidad y el resto que componen el concepto de inteligencia emocional son constructos que se encuentran muy relacionados con el éxito que la persona alcanzará en un futuro.

“Cualquiera puede ponerme furioso...eso es fácil. Pero estar furioso con la persona correcta, en la intensidad correcta, en el momento correcto, por el motivo correcto, y de la forma correcta...eso no es fácil.” (Aristóteles)

Referencias Bibliográficas

González-Pianda, J.A., Núñez, J.C., Gonzalez-Pumariega, S., y García, M. (1997). Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar. *Psicothema*, 9 (2), pp 271-289.

Celdrán, J. y Ferrándiz, C. (2012). Reconocimiento de emociones en niños de Educación Primaria: Eficacia de un programa educativo para reconocer emociones. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10 (3), pp 1321-1342.

González Arias, M. (2006). Aspectos Psicológicos y Neurales en el Aprendizaje del Reconocimiento de Emociones. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 1 (1), pp 21-28.

Del Barrio, V., Frías, D. y Mestre V. (1994). Autoestima y depresión en niños. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 47 (4), pp 471-476.

De Andrés Vilorio, C. (2005). 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. *IOS-Tendencias Pedagógica*, 10.

Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), pp 63-93.

Fernández, A. M., Dufey, M., y Mourges, C. (2007). Expresión y reconocimiento de emociones: un punto de encuentro entre evolución, psicofisiología y neurociencias. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 2, pp 8-20.

Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. (67ª ed.) Barcelona: Kairos.

Shapiro, L. E., (1997). *La inteligencia emocional de los niños*. México: Vergara Editor, S.A.

Bisquerra, R. (s.f.). Educación emocional: propuestas para educadores y familias.

Dueñas Buey, M.L. (s.f.). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. Universidad Nacional de Educación a Distancia, Madrid.

Loeches, A., Carvajal, F., Serrano, J.M. y Fernández, S. (2004). Neuropsicología de la percepción y la expresión facial de emociones: Estudios con niños y primates no humanos. *Anuales de psicología*, 20 (2), pp 241-259.

Ruiz Vázquez, B. (2009). Programa de inteligencia emocional. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*. Recuperado de www.eumed.net/rev/cccss/05/brv.htm

Dris Ahmed, M. (2010). "Actividades para desarrollar la inteligencia emocional en educación infantil". *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*.

Cuadrado Gamarra, M. (1998, diciembre). *Los programas de desarrollo de la inteligencia emocional*. Ponencia presentada en el Congreso de Madrid, Madrid, España.

Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (s.f.). La inteligencia emocional como habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*.

Fernández-Berrocal, P. y Ramos, N. (1999). Investigaciones empíricas en el ámbito de la inteligencia emocional. *Ansiedad y estrés*, 5 (2-3), pp 247-260.

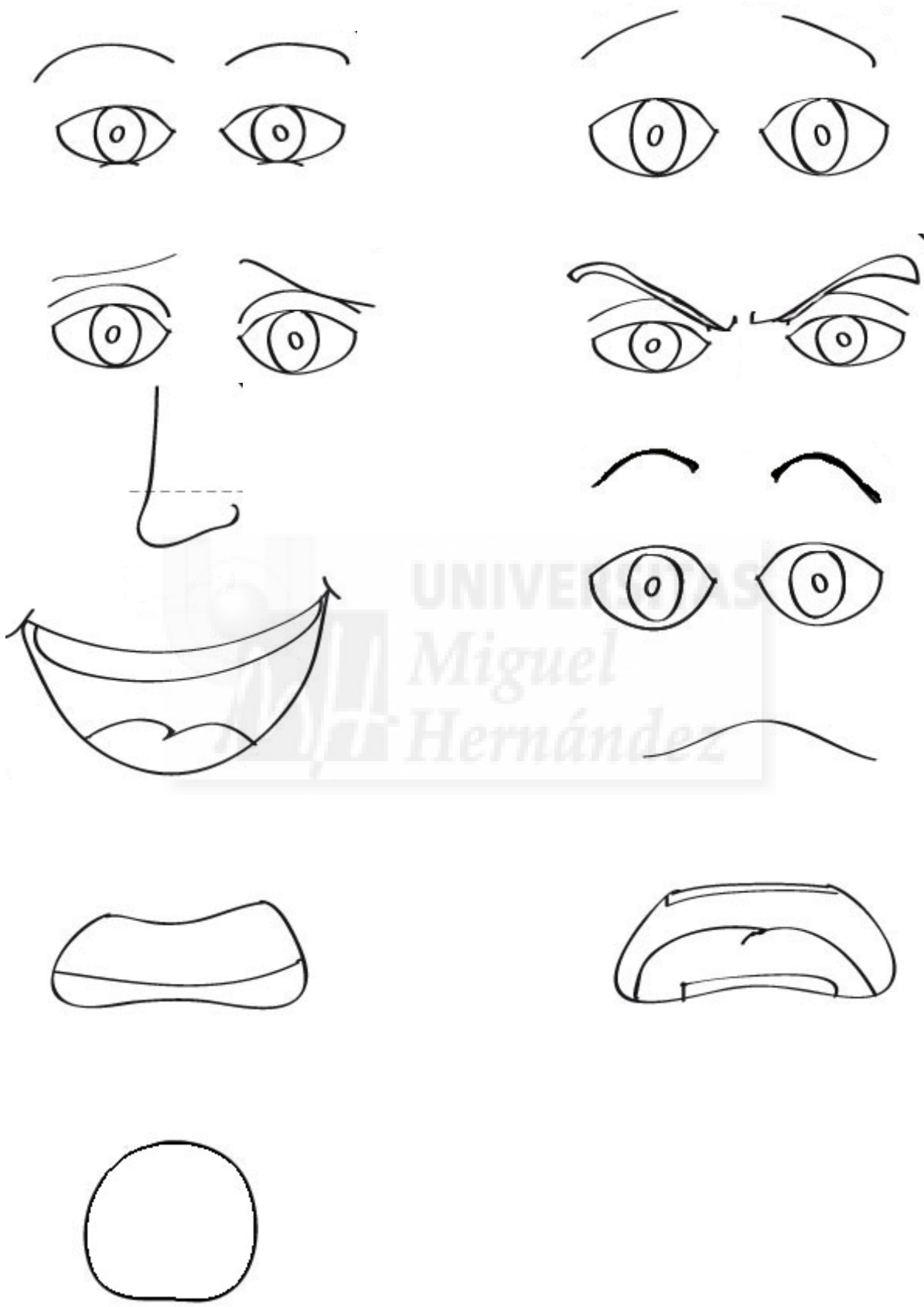
ANEXO 1



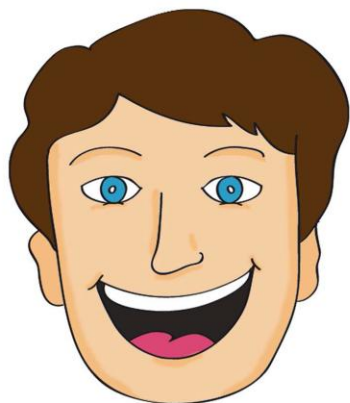
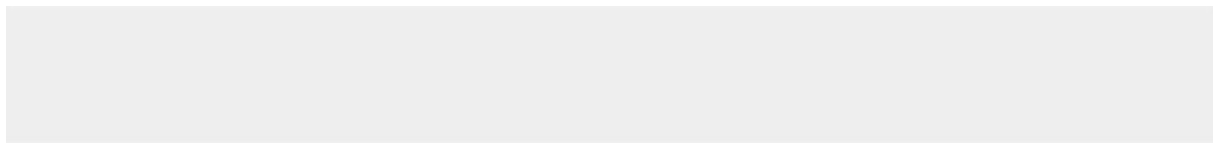


UNIVERSITY
Miguel
Hernández

ANEXO 2



ANEXO 3



UNIVERSIDAD
Miguel
Hernández

