

Sistema de actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en educandos del nivel preescolar

System of activities for the development of emotional intelligence at the primary educational level

Melissa Maura Mendoza Yañez. Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, Facultad de Ciencias de la Educación: Carrera Pedagogía – Psicología

mendezamelissamaura@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2870-7177>

Recibido: marzo 2022

Aprobado: abril 2022

RESUMEN

El desarrollo de esta temática alcanza una innegable fuerza en nuestra actualidad, pues a raíz de la pandemia vivida mundialmente, se reflejaron muchos efectos socioemocionales en las personas, y en especial en los infantes, como consecuencia del confinamiento de la covid-19. A lo largo de este trabajo se realizará una investigación sobre “la inteligencia emocional”, pues la autora con dicha investigación se propone como objetivo principal modelar un sistema de actividades que estimulen el desarrollo de este tema, pero en este caso en la etapa preescolar de la escuela primaria “Frank País García”, donde los niños comienzan adquirir conocimientos, hábitos y habilidades que le servirán de base para todo su vida. El trabajo abarca desde los orígenes y desarrollo de este concepto, sus componentes y los diferentes autores que constituyen unos grandes referentes sobre este tema, tanto a nivel nacional como internacional, así como también la

ABSTRACT

The development of this theme reaches an undeniable strength in our current times, because as a result of the pandemic experienced worldwide, many socio-emotional effects were reflected in people, and especially in infants, as a consequence of the confinement of covid-19. Throughout this work, an investigation will be carried out on "emotional intelligence", since the author with this investigation proposes as a main objective to model a system of activities that stimulate the development of this topic, but in this case in the preschool stage of the “Frank País García” primary school, where children begin to acquire knowledge, habits and skills that will serve as the basis for their entire lives. The work covers from the origins and development of this concept, its components and the different authors who constitute great references on this subject, both nationally and internationally, as well as the conceptualization of the main categories: basic emotions, socio-

conceptualización de las principales categorías: emociones básicas, habilidades socioemocionales, características de los preescolares como etapa de desarrollo y el vínculo escuela-familia. Sobre la base de los principales resultados obtenidos se elaboran un sistema de actividades, el cual se espera que contribuya positivamente a la educación socioemocional de nuestros educandos.

Palabras clave: Inteligencia emocional, habilidades socioemocionales, preescolares.

emotional skills, characteristics of preschoolers as a stage of development and the school-family bond. Based on the main results obtained, a system of activities is developed, which is expected to contribute positively to the socio-emotional education of our students.

Keywords: Emotional intelligence, socioemotional skills, preschoolers.

INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional es un término relativamente nuevo, utilizado por primera vez en el año 1990, por los autores Peter Salovey y John Mayer, ambos psicólogos de Harvard, quienes promovieron este concepto tradicional enfatizando las contribuciones emocionales, personales y sociales a la conducta inteligente. Pero cabe destacar que quién realmente hizo popularizarse este concepto fue el periodista y divulgador científico, Daniel Goleman, en la mitad de la década de los noventa, todo esto gracias al éxito de su libro *Inteligencia Emocional*.

En la actualidad educar la inteligencia emocional en los estudiantes se ha convertido en un gran desafío y una tarea necesaria en el ámbito educativo, pues es primordial el dominio de estas habilidades para el desarrollo evolutivo y socioemocional del sujeto. Según estudios de la Unesco desarrollar en nuestros estudiantes habilidades socioemocionales es de suma importancia, pues afirma que "... estas competencias permiten fortalecer el pensamiento crítico para tomar decisiones mejor informadas en la vida" (Unesco, 2020, p.58), de no ser así, expresa que la falta de esto puede producir grandes pérdidas en la productividad de nuestra educación, destacando la necesidad de desarrollar dichas habilidades en las áreas de Educación Primaria y Secundaria.

Por lo tanto, la escuela de esta época no solo debe promover el estudio del aspecto cognitivo-instrumental, que, si bien es necesario el desarrollo de los conocimientos, habilidades y hábitos en los estudiantes, también debe estar de la mano del desarrollo de la esfera afectivo-motivacional, donde el sujeto sea capaz de desarrollarse a toda plenitud. El presente trabajo de investigación se realizará a partir de la necesidad de favorecer el desarrollo de la inteligencia emocional de los preescolares, pues juega un papel relevante en la formación de la personalidad e interacción social del individuo.

Con lo expresado anteriormente por la autora se determina como objetivo fundamental en esta investigación proponer un sistema de actividades para estimular el desarrollo de la inteligencia emocional en preescolares de la escuela primaria “Frank País García”.

DESARROLLO

Durante este proceso de investigación se consultaron diversas fuentes de información en las que se encuentran, algunos clásicos de estos estudios a nivel internacional, por ejemplo, el autor Goleman D. de 1996, permitiendo comprender con sus investigaciones que la Inteligencia emocional predice mejor el éxito en la vida real y en el plano académico que el cociente intelectual racional. De igual manera, a nivel nacional la autora del presente estudio tuvo en cuenta la investigación realizada por la autora Bello, Z. de 2009, la cual obtuvo un gran reconocimiento en nuestro país sobre el desarrollo de la Inteligencia Emocional en escolares.

En estos trabajos científicos se pudieron reflejar algunas semejanzas, las cuales pudieran serle de gran utilidad para la autora, pues la mayoría de estos coinciden que la inteligencia emocional son las habilidades o competencias emocionales que presenta un sujeto para enfrentar la realidad, y que son importantísimas para alcanzar un bienestar emocional, reforzando la seguridad y confianza respecto a sí mismos. También resaltan que la relación familia- escuela sentará bases para la educación emocional del niño, encaminada a fortalecer el máximo potencial de un individuo, incluyendo cada uno de los factores que intervienen en esta.

La Inteligencia emocional es uno de los conceptos claves que ayuda comprender qué rumbo ha tomado la Psicología en estas últimas décadas. Por lo que es imprescindible

comenzar desde sus orígenes, para así entender la trayectoria que ha tenido a lo largo de los años.

De esta forma, la inteligencia emocional es una herramienta muy poderosa pues nos ayuda a entender la manera que podemos influir de un modo adaptativo e inteligente sobre nuestras emociones como en nuestra interpretación de los estados de las demás personas. Por tanto, esta adquiere un papel fundamental en el proceso de socialización como en las estrategias de adaptación al medio que nos rodea.

Prueba de lo planteado anteriormente son los primeros estudios realizados a esta problemática por Howard Gardner, el cual expresa que la inteligencia académica, o sea la obtención de títulos, reconocimientos educativos, expediente académico, no constituyen un papel decisivo para conocer este tipo de inteligencia en una persona. Un buen ejemplo de esta idea, es que a pesar de todos estos méritos y buenas calificaciones el individuo presenta problemas para relacionarse con otras personas y para resolver determinadas situaciones conflictivas en su vida.

Daniel Goleman, tras su prestigiosa publicación de su best seller “Inteligencia emocional” en el año 1995, profundizó en este distinguido concepto. En dicho libro Goleman refleja el gran valor de las emociones para comprender las relaciones humanas y el éxito de las personas para relacionarse, pues en él se evidencian situaciones y conflictos que pueden servir de gran ayuda para cualquier lector, pues contiene ejemplos y explicaciones que pueden constituir una herramienta para afrontarlas de manera diferente y conveniente.

Según Bisquerra, R.A (2000) los autores Salovey, P. y Mayer, J. (1990), fueron los primeros en definir la inteligencia emocional como “(...) un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios, así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar la información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones (...)”. (p.76)

Goleman define la inteligencia emocional como “(...) la capacidad de reconocer nuestros sentimientos y de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones (...)”. (Goleman, D. 1995, p.56). De manera que la inteligencia emocional es saber reconocer, no solo nuestros propios sentimientos, sino de las personas que se

encuentran en constante interacción en nuestro entorno y diversas situaciones de la vida cotidiana, de una forma apropiada y siendo consciente de ello. Por lo que entonces debe existir una capacidad para la autoreflexión, que nos permita identificar aquellas emociones que vamos experimentamos y aprender a regularlas de manera correcta, de igual forma la habilidad para reconocer y entender lo que están sintiendo y pensando las demás personas.

La autora coincide con las definiciones reflejadas anteriormente de inteligencia emocional por varios autores, pero es relevante destacar la significación práctica de dichas habilidades emocionales en la educación, especialmente en nuestras aulas, donde los niños, adolescentes y jóvenes, necesitan de muchas herramientas emocionales para su día a día. Por lo tanto, es importante que estos sean capaces de conocer e identificar las habilidades emocionales, las principales fortalezas con las que cuentan y sus obstáculos a enfrentar, para así convertirse en personas más fuertes emocionalmente.

Es importante desarrollar en los niños desde temprana edad capacidades emocionales y sociales, las cuales les brinden herramientas muy valiosas que puedan ser utilizarlas en situaciones que lo necesiten, por esto es esencial que aprendan a autorregular sus emociones y sentimientos más básicos, ya sea en momentos de ira, de estrés emocional, de vergüenza, así como poder conservar sus relaciones más íntimas y sus círculos de amigos. Otros estudios demuestran que al desarrollar este tipo de capacidades en ellos tendrían más posibilidades de ser más felices, más confiados y lograrán un mejor desempeño escolar.

Esto quiere decir que, en los primeros años de vida, los pequeños poseen una gran plasticidad cerebral, por tanto, el proceso de enseñanza-aprendizaje va a ocupar un lugar muy especial para el adecuado desarrollo tanto en la esfera cognitiva como afectiva. La manera más dinámica y divertida de educar emociones a los niños, es a través del juego, ya que este puede convertirse en una herramienta muy poderosa para que los infantes aprendan, desarrollen y fortalezcan todas aquellas emociones que le van a ser muy útiles para su crecimiento personal.

Cuando comienza el niño la etapa preescolar, ya deja de ser un bebé, por lo tanto, las características de ellos han desaparecido y el pequeño comienza hablar, a pensar y actuar de una forma distinta. Suelen expresar sus emociones libre y abiertamente, sus celos entre compañeros probablemente sean bastante comunes a esta edad, ya que le tienen mucho afecto y están muy apegados a sus maestros, y buscan activamente la aprobación, así como también la del adulto. El juego ocupa un papel imprescindible durante esta etapa inicial del niño, pues a través de este va a surgir el juego de roles, el cual es una forma particular de actividad para los niños y niñas de esta edad. La dramatización de papeles favorece la capacidad de resolver conflictos, expresar sentimientos e integrarlo con cosas de las cuales ya poseen un conocimiento.

Por todos estos factores la autora recalca la significación de estimular en ellos las habilidades emocionales desde la educación preescolar, pues los niños tienen un potencial ilimitado, y de todas las etapas del ser humano, la infancia adquiere mucho valor, pues dependerá en gran medida su correcto desarrollo en el impacto de su crecimiento general y en el adulto que se convertirá. Los niños les encantan aprender cosas nuevas, por lo que es primordial garantizar un ambiente estimulador que favorezca positivamente el aprendizaje y las emociones que lo acompañen en su día a día, ya sea la alegría, la curiosidad o el asombro.

La educación constituye un proceso demasiado importante para dejarlo solo en manos de los maestros, por lo que los padres deben ser agentes más activos ante el proceso educativo de sus hijos, lo cual es necesario comprender que la dinámica educativa incluye a todos, es una actividad permanente que integra a los hijos, a los maestros, a los padres, a los directivos del centro y a la comunidad.

Para referirse a temas sobre la educación emocional de los niños, es significativo hablar del valioso papel que desempeña la familia durante este proceso, pues esta constituye un modelo de referencia para los educandos y el ambiente que desarrollan distintos aprendizajes que acompañara a este toda la vida. Por todo esto es esencial que el niño desde temprana edad sea educado emocionalmente por las personas que son sus educadores desde su nacimiento, es decir, enseñarles a pensar en sus propias

emociones, a saber, expresarlas adecuadamente, a ponerles nombres, en sus posibles respuestas y la repercusión que podrían tener en las demás personas.

Diagnóstico del estado actual de la inteligencia emocional de los preescolares de la escuela primaria “Frank País García”

Durante la presente investigación se trabajó con una muestra intencional de 33 alumnos que conforman el grupo de preescolar de la E/P “Frank País García”, en el municipio Regla. Para la realización de dicho diagnóstico se aplicaron varios instrumentos, entre los que se destaca: la guía de observación a clases con el objetivo de explorar el comportamiento y la expresión de las emociones de los niños durante la realización de las actividades; la entrevista al directivo y docentes con el fin de conocer los diferentes criterios que tiene estos profesionales sobre el comportamiento y las emociones de los preescolares de la institución; cuestionario a docentes con la finalidad de obtener datos acerca del conocimiento que poseen estos sobre la inteligencia emocional y si hacen algo al respecto para favorecer el desarrollo socioemocional en sus estudiantes; el test del dibujo de la familia a estos alumnos con el fin de descubrir algunos rasgos de la personalidad y evaluar el estado emocional de estos. Luego del análisis de los resultados obtenidos tanto cualitativos como cuantitativos, se identificaron una serie de fortalezas y debilidades que presentan los preescolares, docentes y directivo de la escuela primaria en cuanto al desarrollo de la inteligencia emocional.

Fortalezas

- Los preescolares establecen buenas relaciones interpersonales ya sea entre compañeros o con los maestros o directivos.
- El apoyo e interés de las familias en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los preescolares del centro educativo.
- Los preescolares expresan satisfacción emocional en la escuela.
- La docente de los preescolares posee un conocimiento preliminar del tema tratado.

Debilidades:

- Existen dificultades en el conocimiento y expresión de emociones por parte de los preescolares.
- En la institución educativa no se evidencia una intencionalidad que proporcione el desarrollo de las habilidades emocionales en los alumnos.
- La mayoría de los educadores de la institución presentan dificultades en su desempeño sobre el dominio y manejo de las habilidades socioemocionales en sus alumnos.
- La plaza de psicopedagogo en el centro no se encuentra ocupada, pero la logopeda es la especialista que lleva a cabo algunas de sus funciones además de las que debe cumplir en su especialidad.
- La maestra y las familias de los preescolares solo se preocupan en esta etapa de regreso a clases por priorizar el desarrollo cognitivo de estos.

La reflexión y análisis de los resultados obtenidos le permiten a la autora de la investigación confirmar que existen dificultades en el grado preescolar de la escuela primaria “Frank País García”, sobre el tema de investigación que en este caso es la inteligencia emocional, por lo tanto se hace necesario la elaboración de una propuesta de un sistema de actividades para dichos alumnos, con el fin de estimular el desarrollo de la inteligencia emocional desde temprana edad, y de esta manera aprendan a reconocer, expresar y saber gestionar sus emociones. De igual forma va a favorecer una convivencia satisfactoria de estos con todas las personas que le rodean, ya sea en la familia, la escuela o la comunidad. (Ver anexo 1).

Para ello, se diseñaron 10 actividades las cuales poseen la siguiente estructura: título, objetivo, contenido, método, medios, forma de evaluación, local y participantes. Todas estas actividades serán llevadas a cabo en un horario acordado y ajustado a la docencia del centro, teniendo en cuenta que el responsable será el psicopedagogo y el docente será un miembro pasivo junto a los preescolares. Las mismas tendrán una duración de aproximadamente 15 a 30 minutos cada una, pues se tiene en cuenta las características de dicha etapa de desarrollo que se encuentran.

Para la modelación de las actividades, la autora parte de la definición dada por Cañal (2000), el mismo formula una definición de este término que es reconocido por la autora:

Las actividades son procesos de flujo y tratamiento de información (orientados, interactivos y organizados) característicos del sistema-aula, por tanto, son conjuntos organizados de tareas que realiza tanto el alumno como el profesor en relación con la finalidad de la actividad. (p. 12)

Quiere decir que los protagonistas del proceso están involucrados en su participación y organización, y que necesita de estos dos para llevarse a cabo de manera satisfactoria, siempre que se quiera alcanzar el objetivo de la actividad.

La autora al unir estos dos términos asume la definición del autor Martínez, LE. en la cual "(...) constituyen un conjunto de actividades relacionadas entre sí de forma tal que integran una unidad y contribuyen así al logro de un objetivo general como solución a un problema científico previamente determinado (...)". (Martínez, LE., 2006, p.35.)

Esto quiere decir que cada uno de sus elementos están interrelacionados de una forma u otra, y están diseñados para alcanzar un objetivo común, el cual debe estar pensado previamente, por lo que no pueden funcionar de forma independiente, sino que el sistema debe trabajar como un todo. Todas estas tareas deben contribuir de manera positiva al proceso educativo, con el fin de adquirir los conocimientos, hábitos y habilidades, respondiendo a los objetivos del programa de estudio, necesidades de los escolares y de la institución.

Dicha propuesta se caracteriza por la realización de técnicas participativas para los preescolares, se hace uso de las tecnologías, la cual ocupa un papel esencial en la búsqueda de información, se estimula el aprendizaje desarrollador e interactivo de los educandos, se da mayor tratamiento a la estimulación de las habilidades socioemocionales en los niños y se realiza una evaluación participativa de cada una de las actividades que permita conocer la opinión de los preescolares, y el control sistemático de los aprendizajes alcanzados por estos van a permitir llevar a cabo una evaluación cualitativa final.

Por ellos se declara como objetivo general de la propuesta de sistema de actividades: estimular al desarrollo de la inteligencia emocional en preescolares. Su contenido se organiza de tal forma que cada una de ellas se expresan los objetivos específicos del tema a tratar, el contenido básico, los materiales utilizados.

CONCLUSIONES

La inteligencia emocional sustenta sus fundamentos teóricos-metodológicos desde las habilidades socioemocionales, como un aspecto imprescindible a desarrollar en el ámbito de la educación, fundamentalmente desde edades tempranas, caracterizando así la etapa escolar partiendo del desarrollo socio-afectivo de la primaria “Frank País García” y el gran vínculo que debe existir entre la escuela-familia para favorecer este tema desde el hogar. 2. La determinación del estado inicial del desarrollo de la inteligencia emocional en los preescolares de la escuela primaria Frank País García, a partir de la realización de diversas técnicas a los educandos, docentes y directivos, ayudaron a identificar las necesidades educativas de los escolares del centro en torno al tema de investigación, y así concluir el estado actual de los alumnos diagnosticados. 3. El sistema de actividades propuesto se caracteriza por desarrollar las habilidades socio-emocionales en los educandos a partir de las problemáticas encontradas, el cual posee un carácter dinámico, interactivo, educativo y transformador. El mismo fue totalmente necesario para lograr concientizar en ellos la importancia de expresar adecuadamente las emociones, saber regular sus sentimientos, ayudar y ponerse en el lugar del otro.

BIBLIOGRAFÍA

- Arés, P.M. (2017). Psicología de la familia. Una aproximación a su estudio. Facultad de Psicología. Universidad de la Habana. La Habana. Cuba.
- Bello, Z. (2009). Alternativa psicopedagógica para la educación de la inteligencia emocional en niños con dificultades en el aprendizaje. [Tesis en opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas]. La Habana, Cuba: Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño.

- Bisquerra, R.A. (2000). Educación emocional. Red internacional de Educación Emocional y Bienestar. www.rafaelbisquerra.com
- Cañal de León, P. (2000). Las actividades de enseñanza: Un esquema de clasificación. Revista Investigación en la Escuela, 40, 5-21. Universidad de Sevilla. Departamento de Didáctica de las Ciencias.
- Fernández, P.B; Extremera. N.P. (s.f). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. Universidad de Málaga. España. p.2
- García, M.F; Giménez, S.I.M. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. Espiral. Cuadernos del profesorado. Almería, España.
- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. México DF.
- Martínez, LE. (2006). El sistema de actividades como resultado científico en la maestría en Ciencias de la Educación: ¿ser o no ser? [tesis]. Matanzas: Universidad Pedagógica Juan Marinello.
- Meza, LA; Trimiño, B. (2019). Participación familiar en la educación escolar: resultados de un estudio exploratorio. Guadalajara, México.
- Naciones Unidas (2018). La Agenda 20-30 y los objetivos de Desarrollo Sostenible.: una oportunidad para América Latina y el Caribe, Santiago.
- Romero, B.; Garriga, N. y Martínez, R. (2011). Sistema de actividades metodológicas con enfoque de competencia didáctica para profesores de Farmacología I, de la carrera de Medicina. Matanzas. Revista Médica Electrónica, 33(3), 320-328. Recuperado de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242011000300009&lng=pt&tlng=es.

Anexo 1

Síntesis de la modelación del sistema de actividades.

Título de la actividad	Objetivo	Contenido
1. "Poner nombre a nuestras emociones".	Conocer las emociones básicas existentes.	Autoconocimiento emocional.
2. "Reconocimiento de las emociones básicas".	Identificar las expresiones de las emociones básicas propias y reconocer el estado emocional propio.	Conciencia emocional.
3. "El semáforo de mis emociones".	Fortalecer la autorregulación y el manejo de las emociones propias.	Regulación de las emociones y sentimientos.
4. "Cuento el patito feo".	Identificar las situaciones de desigualdad o rechazo hacia los compañeros.	Empatía.
5. "El círculo mediador de conflictos".	Resolver conflictos comprendiendo y respetando diferentes opiniones.	Habilidades sociales.
6. "Mira la imagen y responde las pregunta".	Identificar de las emociones a través de imágenes.	Reconocimiento de las emociones.
7. "Emociones mudas".	Interpretar las expresiones no verbales.	Conciencia emocional.
8. "Cortometraje Pajaritos".	Desarrollar habilidad socioemocional de la empatía.	Empatía.
9. "Galería de arte".	Identificar y expresar de las emociones a través del dibujo.	Autoconocimiento emocional.
10. "Emocionómetro".	Desarrollar la conciencia emocional.	Autoconocimiento emocional.