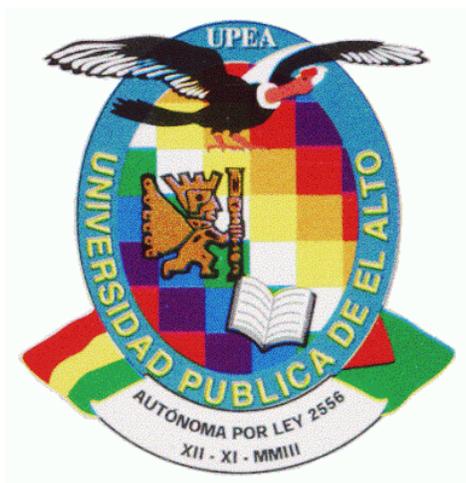


UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO

ÁREA DE EDUCACIÓN

CARRERA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



“LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES EN NIÑOS (AS) DEL PATRÓN MOTOR MANIPULATIVO (3-6 AÑOS)”

PRESENTADA POR:

- UNIV. GABRIELA MAMANI CARITA
- UNIV. ROXANA FRANCO FRANCO
- UNIV. PATRICIA TICONA QUISPE

MONOGRAFÍA PRESENTADA
PARA OPTAR AL GRADO DE
TÉCNICO SUPERIOR EN
ASISTENCIA E INTERVENCIÓN
PSICOPEDAGÓGICA DE LA
CARRERA CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN.

TUTORA: LIC. OLMA GABRIELA PAZ TEJADA

EL ALTO – BOLIVIA

2017

PRESENTACIÓN

Este trabajo se ha realizado con el motivo de relacionar la inteligencia emocional y la educación de las emociones en niños (as) del patrón motor manipulativo ((3-6 años). Así mismo, destacar la importancia de las emociones en la conducta de cada individuo. Hoy en día se piensa que la mente racional y la mente emocional no están vinculadas, es decir que no tiene ninguna relación en sí, pero no es así, muchas de las actividades que realizan las personas están influidas por las emociones y sentimientos que se destacan en ese momento.

De tal manera, un nuevo concepto viene a dar respuesta a los diversos problemas que se presentan en el cotidiano vivir de cada persona. Es la inteligencia emocional la que permite tomar conciencia de las emociones y educarlas es una manera de alcanzar ese fin, como tolerar las presiones y frustraciones, las cuales ayudan a incrementar la capacidad de empatía, las habilidades sociales y aumentar las posibilidades de desarrollo social.

Por lo tanto, una buena noticia es que la inteligencia emocional se puede aprender.

"No somos responsables de las emociones, pero sí de lo que hacemos con las emociones"

AGRADECIMIENTO:

Agradecemos a todas aquellas personas que nos brindaron su apoyo, a nuestros padres que nos dan la posibilidad de estudiar y nos proporcionan tanto el apoyo económico y moral. Así mismo, agradezco a todos los licenciados y licenciadas por ser nuestros guías y brindarnos los elementos necesarios para realizar el presente trabajo, en especial a nuestra tutora Lic. Olma Paz.

DEDICATORIA:

El presente trabajo está dedicado a todos aquellos/as que confiaron en nosotras, así mismo, a nuestros padres y madres que siempre estuvieron apoyándonos de una manera indirecta, pero siempre estuvieron allí.

A Dios y Jesús, que nos brindaron la fortaleza en momentos de desesperación y nos mostraron el camino correcto, enseñándonos que los fracasos son un camino hacia el éxito,

ÍNDICE

PRESENTACION.....	I
AGRADECIMIENTO.....	II
DEDICATORIA.....	III
RESUMEN.....	8
CAPÍTULO I.....	9
1.1 INTRODUCCIÓN.....	9
1.2 OBJETIVOS.....	11
1.2.1 OBJETIVO GENERAL.....	11
1.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	11
1.4 MARCO METODOLÓGICO	12
1.4.1 MÉTODO ANALÍTICO-SINTÉTICO.....	12
1.4.2 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	13
CAPITULO II.....	14
2.1 MARCO TEÓRICO	14
2.1.1 DEFINICIONES SEGÚN AUTORES	14
2.1.2 TEORÍAS SOBRE LAS EMOCIONES.....	15

2.1.2.1	TEORÍA DE JAMES LANE (LOS SENTIMIENTOS SON UN PRODUCTO FÍSICO).....	15
2.1.2.2	TEORÍA DE CANNON-BARD (LOS SENTIMIENTOS SON UN PRODUCTO COGNITIVO)	15
2.1.2.3	TEORÍA DE SCHACHTER-SINGER (LAS EMOCIONES DEPENDEN DE UNA DOBLE APRECIACIÓN COGNITIVA: COMO EVALUAMOS EL SUCESO Y COMO IDENTIFICAMOS LO QUE ESTÁ PASANDO EN NUESTRO CUERPO)	16
2.1.3	INTELIGENCIA EMOCIONAL	17
2.1.4	LAS CINCO ESFERAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	17
2.1.5	SIETE INGREDIENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	19
2.1.6	EL PAPEL DEL DOCENTE EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	19
2.1.7	CAMBIAR LAS EMOCIONES NEGATIVAS A POSITIVAS (educando para fortalecer a niños y niñas).....	21
2.1.8	RESULTADO DE LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES EN NIÑOS Y NIÑAS	22
2.1.9	COMPONENTES QUE SE INCLUYEN EN LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES:.....	23
2.1.10	ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA NIÑOS (AS)	23
CAPITULO III.....		26
3.1	CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES	26
4	BIBLIOGRAFÍA.....	29

5 WEBGRAFIA 29

RESUMEN

La presente monografía, muestra uno de los temas que es de gran relevancia en el ámbito educativo, ya que hoy en día se observa tanto déficit en la educación, es decir la deserción escolar, el interés negativo de los estudiantes por las diversas materias que se observa en el currículo escolar; pero una gran mayoría no toman en cuenta estos aspectos, porque para varias personas se ha vuelto algo rutinario e importante pasar de curso o grado, de tal manera, que no afecta a nadie. Aun así, la realidad es otra, donde el interés de las emociones y los sentimientos del estudiante es dejado de lado.

En este mismo sentido, las emociones no son tomadas en cuenta, pero por otro lado la recepción de la información hacia el estudiante se ha vuelto indispensable, lo conveniente sería, que los docentes trabajen y desarrollen las habilidades y capacidades, tanto en el aspecto cognitivo o emocional, de este modo, logre una educación integral completa. Así mismo, la sociedad es la que debe dar el primer paso, sobre todo para aquellos que están vinculados a los pequeños de 3 a 6 años de edad, como ser la familia del niño o de la niña y el docente y también el Ministerio de Educación (implementando talleres, capacitaciones, folletos, etc. para la información y orientación). De esta manera, lograr el bienestar del estudiante, de esta forma, aprenden a conocerse a sí mismos y a los demás, respetarse y respetar a los demás, etc.

Por lo tanto, está en el docente y los padres el aplicar y desarrollar la educación de las emociones, por ejemplo el sentir empatía por sus estudiantes, es decir, ponerse en el lugar del estudiante y de este modo mejorar el aprendizaje y la enseñanza. Las emociones siempre trabajan juntamente con la mente racional, no se debería olvidar que mientras las emociones del estudiante estén estables, el proceso de aprendizaje dará buenos resultados, pero pasa todo lo contrario cuando el estudiante no puede controlar sus emociones, que en una instancia le causan ira, enojo, etc., que al transcurrir el tiempo le generen problemas. Se espera que sea de su agrado y de complemento para sus conocimientos.

CAPÍTULO I

1.1 INTRODUCCIÓN

Las emociones y la capacidad de tener sentimientos, al igual que pensar y razonar, es lo que hace único al hombre como especie, es por eso, que se presenta la siguiente frase citado por Aristóteles:

“Cualquiera puede ponerse furioso...eso es fácil. Pero estar furioso con la persona correcta, en la intensidad correcta, en el momento correcto, por el motivo correcto, y la forma correcta...eso no es fácil.” (Goleman, 2002, p. 15)

Las anteriores palabras están llenas de sabiduría y verdad, cuantas veces las personas se enfadan, gritan, hasta llegan a herir los sentimientos de otras personas, ya sean conocidas o desconocidas, personas que aman o quieren. De tal modo, que se dejan llevar por el momento, es decir por sus emociones, pero que difícil es enojarse con la persona correcta, sin que otras personas intervengan o se aguanten el mal humor que cargan por alguna situación que llegan a lastimarlos. El enojarnos, es un sentimiento que nos hace únicos y a la vez tan iguales a otras personas, aun así, en muchas ocasiones no se puede controlar o manejar a favor de uno(a) mismo(a). Es por eso, que la presente monografía está dirigida a las personas más pequeñas y que están en proceso de formación, en otras palabras a los niños de 3-6 años de edad, las que conforman y son parte de la presente sociedad. “La educación de las emociones” es uno de los temas más bellos para enseñar, porque las emociones son bases fundamentales para toda actividad.

Por otra parte, si el ser humano no educa su inteligencia emocional, las emociones pueden dominarlo y conducirlo a actos irracionales. En el otro extremo puede llevarle a exhibir un comportamiento muy lógico y racional en circunstancias en que es necesaria la presencia de un toque de afectividad.

Por consiguiente, el presente trabajo es con el único propósito u objetivo de Explicar la inteligencia emocional y la educación de las emociones en niños (as) del

patrón motor manipulativo (3-6 años), de esta manera, aportar en su desarrollo integral de forma positiva, la cual enseñe que la vida es un saco de emociones, por conocer y expresar, en el momento indicado o correcto.

En el mismo sentido, si a un niño se le enseña con amor, empatía, paciencia, etc., de este modo aprenderá de manera significativa. Así mismo, si no se le enseña a controlar y a conocer sus emociones puede resultar un serio problema con el tiempo, nuestras emociones son la representación de uno mismo, como los mostramos y manejamos es como uno muestra su personalidad.

En este marco, los contenidos serán referidos a la inteligencia emocional y la educación de las emociones. De esta forma, el concepto de la inteligencia emocional donde se destaca las dos mentes que plantea a Goleman, las cuales trabajan mutuamente. De tal forma, se manifiesta las cinco esferas de la inteligencia emocional, la que asevera que cada uno debe conocerse así mismo, de este modo, el papel docente es fundamental, ya que para muchos niños y niñas es el modelo a seguir y una impresión equivocada hacia ellos(as), marca toda su vida, al igual que pasa cuando un niño o niña es víctima de maltrato.

La metodología conveniente a manejar es el método analítico, porque se descompone el problema en sus diversos elementos, para luego unir los elementos y construir el tema desde un enfoque distinto. Así mismo, la técnica e instrumento que se manejan es la recolección de datos bibliográficos.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 OBJETIVO GENERAL

Identificar la relación de la inteligencia emocional y la educación de las emociones en niños (as) del patrón motor manipulativo (3-6 años).

1.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Describir las definiciones según autores con respecto a la inteligencia emocional.
- ✓ Señalar la diferencia de los sentimientos y las emociones.
- ✓ Identificar los componentes que se incluyen en la educación de las emociones.
- ✓ Describir las cinco esferas de la inteligencia emocional.

1.3 JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo, es un nuevo camino hacia la educación, porque destaca su gran impacto sobre ella. Todos tenemos derecho a conocernos a nosotros mismo para así conocer a los otros y desde este punto aprender a respetarnos y respetar a los demás, los niños y niñas son tan vulnerables, ya que absorben todo lo que observan, las cuales dan comienzo y generan emociones o sentimientos. La actitud que hoy presenta un adulto sea negativa o positiva es a consecuencia de experiencia en su niñez. Si aún niño o niña se le enseña con amor y demostrándole los límites correspondientes, los resultados tanto en su aprendizaje y conducta son positivas.

Por tal motivo, la presente monografía, es para mejorar el bienestar de los estudiantes, asimismo, es para renovar la calidad de educación que proporcionan diversos docentes, de este modo, cambiar el concepto de que un estudiante solo debe recepcionar los contenidos de una materia específica. No se puede esperar mucho si el estudiante no tiene control sobre sus emociones, por ejemplo, la resiliencia es algo que nadie te enseña, (seguir adelante a pesar de una derrota). El

estudiante no debería ser un mero cajón de depósito de conocimientos teóricos, también debe ser tratado como un ser que siente y que estos sentimientos influyen en el rendimiento académico. Todos los días se escucha que los antisociales invaden las calles. Por lo que nadie busca una solución, cuando la medida a tomar es evidente. Está en los padres y docentes el mejorar la calidad de vida de los más indefensos, en otras palabras los niños y niñas, tal vez no podemos salvarlos de las diversas derrotas que se presentaran a lo largo de sus vidas, pero si podemos darles las herramientas necesarias para afrontarlos.

Por lo tanto, el proceso de enseñanza-aprendizaje está ampliamente condicionado por las relaciones interpersonales que se establecen diariamente entre los muros del centro educativo. En estas relaciones las emociones juegan un papel fundamental pues regulan en cierta manera los comportamientos, actitudes y reacciones de las personas. De esta forma, queda clara la relación directa de las emociones con el proceso de enseñanza-aprendizaje, así como la necesidad de trabajarlas en el aula desde edades tempranas.

1.4 MARCO METODOLÓGICO

Los métodos de investigación que se consideran más apropiados y adecuados para el presente trabajo es la siguiente:

1.4.1 MÉTODO ANALÍTICO-SINTÉTICO

Es un método que nos ayuda a descomponer el problema en sus diversos elementos que la constituye, para proceder a seleccionar las estrategias más idóneas que estarán a nuestro alcance para solucionar el problema.

De este modo, este método implica el análisis (del griego análisis, que significa descomposición), esto es la separación de un todo en sus partes o en sus elementos constitutivos. Se apoya en que para conocer un fenómeno es necesario descomponerlo en sus partes.

De tal manera, se plantea lo siguiente:

- ✓ **Análisis** como la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos.
- ✓ **Método** como modo ordenado de proceder para llegar a un fin determinado.

Entonces, el método investigativo analítico es un camino para llegar a un resultado mediante la descomposición de un fenómeno en sus elementos constitutivos.

1.4.2 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Considerando lo anterior, la presente monografía utiliza la recolección de datos a través de constante revisión bibliográfica, sobre todo del libro “Inteligencia Emocional” de Daniel Goleman, que expresa y explica la importancia y presencia de nuestras emociones en nuestro diario vivir, así como otras referencias bibliográficas relacionadas al tema.

De tal modo, la técnica constituye una operación especial para recolectar, procesar y analizar información. Así mismo, la técnica como parte del método, es la forma, el medio que se va utilizar para recolectar datos y alcanzar los objetivos trazados.

Por lo tanto, el presente trabajo utiliza las técnicas más usuales que se emplean para recolectar información como ser:

- La revisión de bibliografía relacionada al tema de estudio de revisión, observación y lectura crítica de documentos físicos y virtuales.

CAPITULO II

2.1 MARCO TEÓRICO

2.1.1 DEFINICIONES SEGÚN AUTORES

Las emociones: Etimológicamente, el termino emoción significa salida de un lugar a otro o migra con; proviene del latino emotivo, el cual a la vez proviene del emotere, que significa alejarse y moverse, actualmente es entendida como cualquier estado mental agitado, vehemente o excitado del individuo.

Según Goleman (2002), afirma que la emoción es como cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento, la pasión; cualquier estado mental vehemente o excitado. Así mismo, los componentes de la emoción son los cambios corporales, la conducta y la experiencia subjetiva. Por consiguiente, la conducta se refiere al conjunto de acciones observables que provoca la emoción.

Para Purves (2007), hace referencia a que; todas las emociones se expresan mediante cambios motores viscerales y respuestas motoras somáticas estereotipadas, sobre todo los músculos faciales. De esta forma, esas respuestas son muy similares en todas las culturas humanas.

Según Irizar (1977), asevera que las emociones son como una reacción global, intensa y breve del organismo, ante una situación inesperada, acompañada de un estado afectivo de tonalidad penosa o agradable.

En este mismo sentido, hay una gran diferencia entre sentimiento y emociones, los sentimientos son el resultado de las emociones.

Los sentimientos. Son resultado de las emociones. Las emociones desencadenadas a lo largo de la infancia se incorporan a la memoria de largo plazo y subsisten en ella como recuerdos afectivos que orientan la conducta respecto de seres y sucesos. Las reacciones emocionales ciegas se convierten en tendencias orientadas, esas tendencias son los sentimientos. En base a lo mencionado, los

sentimientos es el nombre que damos a las emociones que sentimos, por ejemplo el amor paternal y maternal es uno de los sentimientos únicos.

2.1.2 TEORÍAS SOBRE LAS EMOCIONES

Para Papalia (2001), considera tres teorías, que se exponen a continuación:

2.1.2.1 TEORÍA DE JAMES LANE (LOS SENTIMIENTOS SON UN PRODUCTO FÍSICO)

Dos científicos que trabajaron al mismo tiempo, el psicólogo William James (1884) y el también psicólogo Carl Lange (1885), llegaron al mismo punto de que primero se vive algún suceso (por ejemplo, que a un niño le roben o le quiten algo valioso para él en la escuela), se siente un acto seguido la emoción (el miedo) y luego experimentamos las sensaciones fisiológicas relacionadas con esta emoción (el corazón late más deprisa, la respiración se acelera, las palmas de las manos sudan, se siente debilidad en las rodillas, etc.) y nos comportamos de la manera que creemos adecuada a la situación (luchamos, gritamos, corremos, etc.).

2.1.2.2 TEORÍA DE CANNON-BARD (LOS SENTIMIENTOS SON UN PRODUCTO COGNITIVO)

En 1927 Walter Cannon argumenta en contra de la posición de James y Lange, argumentación que fue luego aplicada por Philip Bard (1938) mediante las investigaciones laboratorio, mostraron que las relaciones fisiológicas que acompañan a diferentes emociones son las mismas en una emoción u otra. En otras palabras, cuando una niño(a) está nerviosa, enfadada o tiene miedo, aumenta el ritmo cardíaco, la velocidad de la respiración y los músculos se tensan. Así, si dependiéramos únicamente de nuestras respuestas fisiológicas, no seríamos capaces de distinguir una emoción de otra. Afirmaron, además que el individuo normalmente no es consciente de los cambios internos (como las contracciones de los órganos viscerales, por ejemplo de los Riñones y el Hígado) y que incluso los animales que por intervenciones quirúrgicas no fueron capaces de experimentar

estas sensaciones fisiológicas manifestaron reacciones emocionales típicas. Propusieron que la experiencia emocional y la activación fisiológica ocurren al mismo tiempo, no una detrás de otra.

¿De qué forma? De acuerdo con Cannon y Bard, cuando el niño tropieza con un niño más grande que él y sobre todo le robe, los impulsos nerviosos llevan esta información de dos lugares importantes del cerebro: la corteza, el área de donde tienen lugar los procesos más sofisticados del pensamiento, le informan que el atacante constituye una amenaza para su seguridad personal, el darse cuenta, este pensamiento, basta para producir el miedo. Al mismo tiempo el Tálamo produce diversos cambios fisiológicos inespecíficos (es decir se producen como respuesta a cualquier emoción). Si más adelante descubre que la persona amenazadora no era un atacante, sino una persona que quería preguntarle una dirección, ambas áreas se calmaran: la corteza hará desaparecer sus sensaciones de miedo y el tálamo suspenderá la reacción fisiológica.

2.1.2.3 TEORÍA DE SCHACHTER-SINGER (LAS EMOCIONES DEPENDEN DE UNA DOBLE APRECIACIÓN COGNITIVA: COMO EVALUAMOS EL SUCESO Y COMO IDENTIFICAMOS LO QUE ESTÁ PASANDO EN NUESTRO CUERPO)

Schachter y Singer dirigieron un experimento a un grupo de individuos, dividiendo a la mitad a las personas: administrando a algunos “epinefrina”, una hormona producida por la corteza de las glándulas suprarrenales y que produce una activación autonómica, aumento del ritmo cardíaco y de la tensión arterial. Y a las demás personas les informaron de la reacción que les causaría la inyección. Luego les colocaron en situaciones que les inducían a sentirse contentos o tristes. La que sabía de la inyección no reaccionaron como los que no sabían, ya se ponían tristes o alegres, pero los que sabían no sufrían ninguna alteración.

2.1.3 INTELIGENCIA EMOCIONAL

La teoría de la inteligencia emocional fue propuesta por John D. Mayer y Petre Salovey en 1990. Sin embargo, el surgimiento de esta teoría es el fruto de varias investigaciones acerca del papel de las emociones y los sentimientos en el comportamiento del ser humano.

Según Goleman (2002), hace referencia de dos mentes: la mente racional y la mente emocional. La mente racional es más destacada en cuanto a la conciencia, es más reflexiva, capaz de analizar y meditar, es decir piensa. En cambio, la mente emocional siente, es un sistema de conocimiento impulsivo, poderoso y a veces ilógico. Ambas mentes operan en armonía y equilibrio la mayor parte del tiempo. Cuando la neocorteza, la amígdala, las otras partes del sistema límbico y los lóbulos pre frontales interactúan positivamente, la inteligencia aumenta, lo mismo que la capacidad intelectual. En este marco, los sentimientos son indispensables para las decisiones racionales; ellos nos señalan la dirección correcta donde la pura lógica puede ser mejor utilizada.

Según Mayer (1990), afirma que la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.

2.1.4 LAS CINCO ESFERAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Para Goleman (2002), la inteligencia emocional consiste en:

1. **Conocer las propias emociones:** El principio de Sócrates "*conócete a ti mismo*" se refiere a esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.
2. **Manejar las emociones:** La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de

conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.

3. **La propia motivación:** Una emoción tiende a impulsar hacia una acción. Por eso, emoción y motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, auto motivarse, manejarse y realizar actividades creativas. El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.
4. **Reconocer las emociones de los demás:** Un don de gentes fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es la base del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas, etc.).
5. **Manejar las relaciones:** El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar las emociones de los demás. La competencia social y las habilidades que conlleva, son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

Así mismo, no todos podemos desarrollar las cinco esferas, aun así podemos ser expertos en una de ellas. En este mismo sentido, los errores de las habilidades emocionales pueden ser remediados por alguna de las anteriores esferas.

2.1.5 SIETE INGREDIENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Según Goleman (2002) cita siete ingredientes de la capacidad de aprender, todos ellos relacionados con la inteligencia emocional:

1. **Autoconfianza.**- Un sentido de control y manejo del propio cuerpo y del comportamiento que se deriva; sentir que es más probable el éxito que el fracaso en lo que vaya a emprender; paralelamente sentir que los adultos son de ayuda.
2. **Curiosidad.**- Sentir que buscar y conocer cosas es positivo y satisfactorio.
3. **Intencionalidad.**- El deseo y la capacidad de tener un impacto; y actuar en esta dirección de forma persistente. Esto se relaciona con un sentido de competencia y de ser efectivo.
4. **Auto-control.**- La habilidad de modular y controlar las propias acciones, de forma apropiada a la edad. Un sentido de control interno.
5. **Relaciones.**- La habilidad de implicarse con otros, sentirse comprendido y comprender a los demás.
6. **Capacidad de comunicar.**- El deseo y la habilidad de intercambiar ideas, sentimientos y conceptos con otros.
7. **Cooperación.**- La habilidad de equilibrar las necesidades personales con las de los demás en una actividad de grupo. Otros aspectos a tener presentes son la introspección, relajación, meditación, respiración, imaginación emotiva, reestructuración cognitiva, cambio de atribución causal, simulación, entrenamiento de habilidades, role playing, dinámicas de grupos, juegos, etc.

2.1.6 EL PAPEL DEL DOCENTE EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Bisquera (2001) afirma que el aprendizaje escolar es una actividad social constructiva que realiza el o la estudiante, particularmente junto con sus pares y el docente, para lograr conocer y asimilar un objeto de conocimiento, determinado por los contenidos escolares mediante una permanente interacción con los mismos, de manera tal que pueda descubrir sus diferentes características, hasta lograr darles

el significado que se les atribuye culturalmente promoviendo con ello un cambio adaptativo es claro que el papel del docente es clave máxima, si a través del aprendizaje se procura el promover habilidades cognitivas y las capacidades emocionales, que le permitan un aprendizaje autónomo y permanente que puedan utilizarlo en situaciones y problemas más generales significativos y no solo en el ámbito escolar. Pero esto solo es posible si se toma en cuenta que la intervención del o la docente es una ayuda insustituible en el proceso de construcción de conocimientos por parte del estudiante, de manera tal que sin la ayuda de este es muy probable que los estudiantes no alcancen determinados objetivos educativos, por cuanto el maestro o maestra no enseña en abstracto, dejando de lado sus propias emociones y sentimientos sino que, ya sea de manera explícita o implícita, transmite los mismos en cada acto pedagógico que desarrolla.

De ahí que el ejemplo de docentes se constituye en un elemento recurrente por parte de los estudiantes, donde en muchos casos se aprecia como un modelo a imitar. Es conocido que los y las estudiantes tienden en muchas ocasiones a realizar y reproducir lo que dicen y hacen sus docentes, incluyendo los comportamientos producto de sus emociones, ya sea ante el dominio de conocimiento que imparten o enseñan, o ante las actitudes que asumen frente a la vida, particularmente en el caso niño.

Por otro lado, para insertarse con posibilidades de éxito dentro del proceso educativo, el estudiante depende de su propia imagen la cual está ligada a sus emociones y sentimientos, la que a su vez responde en muchas ocasiones a la imagen generada por el o la docente. De este modo, al participar conscientemente del proceso educativo, el docente tiene la oportunidad de confirmar o modificar su propia imagen, como resultado de una interacción social la cual incide directamente en el auto concepto que se construye, que puede ser potenciado o disminuido por la institución y los docentes participantes en ella, siendo innegable que los sentimientos del docente dependen en gran medida del como sus profesores y profesoras lo traten, donde el auto concepto que el docente tengan de sí mismo

también actúa sobre las emociones del estudiante, y donde los éxitos o fracasos de ambos tienen un poder de transferencia hacia otros ámbitos más allá del escolar, lo que significa que un potencial comportamiento fuera del entorno escolar se ve influido por lo vivido en este. La capacidad de identificar, comprender y regular las emociones es fundamental por parte de los docentes, debido a que tales habilidades influyen en los procesos de aprendizaje, en la salud física, mental y emocional de los estudiantes y son determinantes para establecer relaciones interpersonales positivas y constructivas con estos, posibilitando una elevación en su rendimiento académico, ya que, cuando la docencia inspira confianza y seguridad, e instruye con dominio y confianza, es posible que los y las estudiantes asuman una actitud más empática hacia el docente y hacia la disciplina que este imparte. El propio convencimiento del docente, en lo que hace, es un poderoso recurso para ganar la actitud de los y las educandos, de manera tal que, si el docente persigue realmente incidir de manera positiva en sus estudiantes debe procurar ganar de manera simultánea tanto la “razón” como el “corazón” de estos, de lo contrario sus esfuerzos estarán propensos al fracaso.

2.1.7 CAMBIAR LAS EMOCIONES NEGATIVAS A POSITIVAS (educando para fortalecer a niños y niñas)

Una vez adentrados en el mundo de las emociones, ¿cómo se puede lograr que los niños sepan superar aquellas emociones que les producen malestar y cambiarlas por otras más positivas? No tienen que ocultar sus emociones, ni reprimirlas, sino deben aprender a tranquilizarse ante un reto, valorar otros puntos de vista y saber cómo lograrlo.

Si desde que nace el niño ha podido disfrutar de un vínculo seguro tendrá una mayor autoconfianza y sabrá controlar mejor sus emociones: intentará superar cada reto y tratará de perseverar, aunque no siempre con éxito, pero sabrá que cuenta con apoyos en su relación con los demás. Los padres juegan un papel importante en la educación del niño; por lo tanto, el propio modelo que ellos muestran en el control de sus emociones influye sobre el desarrollo de su hijo como ser autónomo. Para que tengan relaciones armoniosas con el niño se le debe

aceptar tal y como es, una persona con sus propias características, con capacidades que se le dan mejor y otras con las que necesita ayuda. Hay que valorar al niño en su globalidad, con la intención de darle las oportunidades que necesita e ir perfeccionando su potencial con respecto a todas las áreas: motora, lenguaje, perceptiva, cognitiva, social y emocional. Con una actitud protectora, no se facilita a dicho desarrollo y se puede llegar a obstaculizar el proceso de desarrollo emocional y la independencia del niño. Se debe de ser menos autoritario, facilitando la iniciativa del niño, incluso el error. El aprendizaje se realiza haciendo actuar al niño.

Hay que ayudar al niño a aceptarse tal y potenciar sus cualidades para utilizarlas en los diferentes ámbitos de la vida y los cuales que le hacen único.

2.1.8 RESULTADO DE LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES EN NIÑOS Y NIÑAS

Por extensión, los efectos de la educación emocional conllevan resultados tales como:

- ✓ Aumento de las habilidades sociales y de las relaciones interpersonales satisfactorias.
- ✓ Disminución de pensamientos autodestructivos, mejora de la autoestima.
- ✓ Disminución en el índice de violencia y agresiones.
- ✓ Menor conducta antisocial o socialmente desordenada.
- ✓ Menor número de expulsiones de clase.
- ✓ Mejora del rendimiento académico.
- ✓ Disminución en la iniciación al consumo de drogas (alcohol, tabaco, drogas ilegales).
- ✓ Mejor adaptación escolar, social y familiar.
- ✓ Disminución de la tristeza y sintomatología depresiva.
- ✓ Disminución de la ansiedad y el estrés.
- ✓ Disminución de los desórdenes relacionados con la comida (anorexia, bulimia).

2.1.9 COMPONENTES QUE SE INCLUYEN EN LA EDUCACIÓN DE LAS EMOCIONES:

Bisquera (2001), hace referencia a los componentes que deberían incluirse en un programa de educación de las emociones, las cuales son las siguientes:

1. **Dinámica de grupos:** La habilidad esencial del líder implica iniciar y coordinar los esfuerzos de un grupo de gente.
2. **Negociar soluciones:** Prevenir conflictos, solución de conflictos sociales y hacer de mediador son funciones esenciales en las relaciones interpersonales.
3. **Conexión personal:** Las propuestas de Carl Rogers, con la empatía en primer lugar, facilitan los encuentros de amigos, familiares, laborales, etc. Para los docentes es una habilidad indispensable.
4. **Análisis social:** Ser capaz de detectar y tener una visión de los sentimientos, motivaciones y preocupaciones de los demás, ayuda a intimar y mantener buenas relaciones.

2.1.10 ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA NIÑOS (AS)

Las emociones en si son positivas, cumplen una función, lo que pueden llegar negativas es nuestra reacción o comportamiento al sentir las y ahí es donde podemos intervenir para regularlas y elegir así de manera consciente como queremos comportarnos.

De este modo, algunos recursos o estrategias para ayudar a los niños y niñas son las siguientes:

- ✓ **El semáforo:** consiste en explicar al niño que cuando sienta que alguna emoción (principalmente el enfado, la ira, la indignación...) le hace perder el control, realice los siguientes pasos: **Rojo:** significa stop, detente, párate antes de actuar. Se puede representar poniendo los brazos en cruz sobre el pecho, tomate unos segundos, date un paseo. **Amarillo:** en esta fase debes respirar bien hondo (inspirar y espirar varias veces) para pensar con claridad y cuando estés más tranquilo, responder a las preguntas ¿Qué ha ocurrido?,

¿Cómo me siento? **Verde:** en esta fase se debe centrar en buscar una solución ¿Qué puedo hacer para solucionarlo? O ¿puedo hacerlo solo o debo pedir ayuda?

- ✓ **Los cuentos:** los cuentos hacen que los niños y niñas identifiquen diversas emociones, la cual es útil para que ellos reconozcan y conozcan las emociones.
- ✓ **La música:** es increíble el poder que tiene la música, cambia nuestros estados de ánimo.
- ✓ **La caja de las emociones:** Una de las formas con las que podemos trabajar las emociones en clase es a través de un juego denominado «La caja de las emociones». Su funcionamiento es simple y puede ser adaptado a las características o necesidades de cada clase. Se tiene que preparar una caja (de plástico, cartón, etc.) con todo nuestro grupo de alumnos y en ella se escribe el nombre de las diferentes emociones, junto con algún dibujo representativo. Esta caja debe estar situada en un lugar visible del aula y ser accesible a todos los alumnos. Además, se dispondrá de papel en forma de pequeñas notas para que los alumnos puedan escribir en ellos sus mensajes. El objetivo de este juego es conseguir que nuestros estudiantes aprendan a comunicarse emocionalmente. A partir de estas comunicaciones individuales podemos profundizar en el conocimiento de las diferentes emociones (alegría, tristeza, desesperanza, rencor, etc.). De esta forma se logra una mayor inteligencia emocional y enseñar nuevas formas de afrontamiento de conflictos y canalización adecuada de los sentimientos que la acompañan. Con ello también estamos efectuando un trabajo preventivo respecto a posibles nuevos conflictos.
- ✓ **Aprender a interpretar las expresiones del rostro:** Se trata de un conjunto de animaciones y actividades en línea dirigidas a enseñar a entender los diferentes sentimientos y emociones que se expresan con la cara.
- ✓ **Paula y las emociones:** En este vídeo, un cuento infantil narrado y con bellas ilustraciones, acompañaremos a Paula y a las emociones que va

sintiendo según situaciones que le ocurren. Además, Paula nos enseña trucos y soluciones para gestionar cada tipo de emoción.

- ✓ **¿Cómo ayudar a niños que han experimentado un terremoto?:** Las situaciones adversas son uno de los momentos más importantes en los que trabajar la gestión de las emociones. Es importante que los más pequeños verbalicen sus sentimientos, y con ese objetivo los amigos de Plaza Sésamo han elaborado un vídeo mensaje.
- ✓ **Aprende a decir y a controlar lo que sientes:** En esta unidad didáctica interactiva, Pelayo y su pandilla te enseñarán a gestionar tus emociones con cuentos, juegos, manualidades, vídeos y canciones.

CAPITULO III

3.1 CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIONES

En conclusión, la educación no abarca el ámbito racional o de la mente, también está influida por las emociones, muchas veces se pone más atención al lado cognitivo del estudiante y no al lado emocional. Pero estos dos siempre van de la mano, ya que toda decisión depende de tus emociones y como este trabaja con la mente, así como afirma Goleman. De esta manera, la solución está en desarrollar los conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objeto de que el estudiante se capaz de enfrentar los retos que se presentan en la vida cotidiana. De este modo, la educación de las emociones busca mejorar el bienestar social y afectivo, tanto del estudiante y docente, en la que se debería trabajar continua y permanentemente.

Por consiguiente, la educación de las emociones debería ser implementada en el ámbito escolar, ya que es necesario que las y los estudiantes se conozcan así mismos y conozcan a los demás, se respeten y respeten a los otros, de este modo, al entorno en donde viven, de manera que se pueda plantear el desarrollo integral de su personalidad como requisito para la construcción y reconstrucción de la felicidad.

En este mismo sentido, en el aula muchas veces el aprender depende más de la emoción que dé la razón con que se trabajan los objetivos del aprendizaje, y se actúa sobre los mismos. Todo esto nos conduce a señalar que si se gana el corazón del estudiante, el aprendizaje está prácticamente asegurado. En otras palabras si el docente no se pone en el lugar del estudiante y trata de entender, comprender y dirigir de manera correcta al educando, no lograra una educación significativa, donde tanto el docente y estudiante aprendan mutuamente.

Por lo tanto, es notable que en el ámbito educativo ser más prescindible la recepción de conocimientos, pero si no se conoce el estado emocional del estudiante no se lograra tal objetivo.

En este mismo sentido, se recomienda lo siguiente:

- Prestar más atención al comportamiento que presenta el estudiante, porque sus acciones la realizara de acuerdo a su sentir, en otras palabras, si no sienten empatía por el docente o el docente no aplica rapport, el aprendizaje que se espera que tenga un niño o niña no será la apropiada.
- El bienestar emocional es más importante que ser un depósito bancario de conocimiento, ya que somos seres que sentimos y pensamos.
- Manejar diversas técnicas para relajar el estado mental y emocional del estudiante, juegos didácticos que animen el ambiente en el aula y genere participación en los niños y niñas.
- No olvidemos que estamos en otros tiempos y que los niños y niñas son la presente sociedad que se conforma con el tiempo, así que lo que se le enseñe lo aplicaran en todo el transcurso de sus vidas.
- Es importante conocerse a uno(a) mismo(a), para saber a dónde vamos y como queremos llegar, es por eso, que la educación emocional se debe aplicar de manera continua en los niños y niñas.
- La mente racional y la mente emocional trabajan mutuamente, si se ignora alguno, la respuesta puede ser negativa, tanto para el estudiante y docente en el ámbito educativo.
- El docente debe ante todo crear un vínculo con los estudiantes, de este modo, la educación que propone el currículo educativo será efectivo. No todos somos iguales, pero las emociones son los que nos hacen tan

parecidos y parecidas, ya que no nos podemos negar u omitir el hecho de sentir.

BIBLIOGRAFÍA

- Bisquera, R. (2001). *Educacion Emocional y Bienestar*. Barcelona: CISS Praxis.
- Goleman, D. (2002). *La Inteligencia Emocional*. Argentina.
- Irizar, F. A. (1977). *Introduccion a la Psicologia*. España: Bilbao.
- Mayer, P. S. (1990). *Inteligencia Emosional*. Baywood Publishing.
- Papalia, D. E. (2001). *Psicologia*. España.
- Purves, D. (2007). *Neurociencia*. Buenos Aires: Medica Panamericana.
- Sarmiento, V. H. (2014). *Neuropedagogia*. La Paz-Bolivia.

WEBGRAFIA

- <http://blog.tiching.com/15-geniales-recursos-para-trabajar-la-educacion-emocional/>
- <http://www.desarrollodeltalento.com/tag/emociones-ninos>
- <http://www.deorugasymariposas.com/2015/02/juegos-para-trabajar-emociones-con-ninos.html>