

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LA RIOJA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

Máster Universitario en Neuropsicología y Educación

**EVALUACIÓN DE UN PROGRAMA DE INTELIGENCIA
EMOCIONAL DIRIGIDO A ALUMNOS DE 5 AÑOS**

Fátima Granero Vázquez

Trabajo dirigido por Carolina Yudes Gómez

2012

ÍNDICE

	Págs.
Resumen.....	5
Abstract.....	6
Introducción.....	7
Justificación y planteamiento del problema.....	7
1. MARCO TEÓRICO.....	8
1.1. Teorías más relevantes sobre Inteligencia Emocional.....	8
1.2. El cerebro y las emociones.....	13
1.3. El papel de la escuela.....	17
1.4. Educación Emocional en el desarrollo infantil.....	20
1.5. Ejemplos de Programas de Educación Emocional.....	30
2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	34
2.1. Problema que se plantea.....	34
2.2. Objetivos.....	34
2.3. Hipótesis.....	34
2.4. Diseño.....	35
2.5. Población y muestra.....	35
2.6. Variables medidas e instrumentos aplicados.....	36
2.7. Procedimiento.....	37
2.8. Análisis de datos.....	38
3. RESULTADOS.....	40
3.1. Análisis de las frecuencias en las variables dependientes.....	40
3.2. Análisis de las variables dependientes en Grupo Programa y Grupo No Programa.....	41
4. CONCLUSIONES.....	45
5. PROSPECTIVA.....	50

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	58
6.2. Referencias.....	58
6.3. Bibliografía.....	55
ANEXO.....	56

ÍNDICE DE FIGURAS, GRÁFICAS Y TABLAS

Figura 1: La teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner.....	9
Figura 2: Sistema Límbico: Cuerpo Calloso y Corteza Cerebral.....	14
Figura 3: Estructuras cerebrales relacionadas con las emociones.....	14
Figura 4: Amígdala y otras estructuras cerebrales relacionadas.....	15
Figura 5: Educación emocional desde el vientre materno.....	23
Figura 5: Modelo Self Science.....	30
Figura 6: Ponencia de María Ortuño.....	35
Figura 7: Ponencia de Manuel Segura sobre Competencia Social.....	35
Gráfica 1: Frecuencias de amobos grupos.....	40
Gráfica 2: Puntuación en las inteligencias de ambos grupos.....	42
Gráfica 3: Niveles de Inteligencias de Grupo Programa y del Grupo No Programa.....	43
Gráfica 4: Resultados Inteligencia Emocional Grupo Programa y Grupo No Programa.....	44
Tabla 1: Objetivos del Proyecto de Formación en Centros.....	31
Tabla 2: Resultados de la Prueba T-Student.....	43

Resumen

En este trabajo se evalúa la eficacia de un programa de Inteligencia Emocional (*“Mejoramos la convivencia usando la Inteligencia Emocional”*) dirigido a niños de 5 años.

Para ello se han medido los niveles de Inteligencia Emocional, Intrapersonal e Interpersonal pasando los cuestionarios de Inteligencias Múltiples de Howard Gardner a una muestra de alumnos, 15 forman el grupo control y 15 el grupo experimental.

Los resultados han revelado que existen diferencias marginalmente significativas en las inteligencias Interpersonal y diferencias estadísticamente significativas en las Inteligencias Intrapersonal y Emocional al comparar ambos grupos, con mayores puntuaciones para los alumnos del grupo experimental.

Por ello se concluye que el programa aplicado es eficaz y mejora la competencia emocional. Estos datos apuntan hacia los beneficios de aplicación de programas de habilidades emocionales en las aulas desde la etapa de infantil para conseguir de este modo una escuela “abierta a la vida”.

Palabras clave: Programa, Inteligencia Emocional, infantil, Intervención educativa.

Abstract

In this work the effectiveness of an emotional intelligence program –“We improve the coexistence through use of the emotional intelligence”- is evaluated in children five years old.

To get the emotional (Interpersonal and Intrapersonal) intelligence levels have been measured by doing the multiple intelligences tests (Howard Gardner) to a sample of students, 15 of them form the control group and the remaining 15 are the experimental group).

The results have revealed that there are marginally significant differences in the interpersonal intelligence, and statistically significant differences in the emotional and intrapersonal intelligences of the students from the experimental group.

For this reason it is concluded that the implemented program is effective and it improves the emotional competence. These data point the benefits of implementing programs of emotional skills in classrooms from infant stage to get a school 'open to life'.

Keywords: Program, Emotional Intelligence, Infant stage, Educational intervention.

Introducción

Justificación y planteamiento del problema

Soy maestra por “vocación” y resalto el poder de los sentimientos que me embargan diariamente cuando voy de camino al colegio, anticipo de la macedonia de emociones que ese día se vivirán en clase con mis alumnos de 5 años y que forman parte de mis siete años de experiencia profesional.

La convivencia en los centros educativos no siempre es fácil, se establecen múltiples relaciones entre padres, alumnado, profesores... y en ocasiones se disponen de pocas habilidades para solucionar los conflictos que puedan surgir, como por ejemplo, dificultades a la hora de trabajar en grupo, no aceptar las críticas, la incapacidad para afrontar miedos y vergüenzas, entender el pedir excusas como si de una humillación se tratase, no aceptar las normas, etc.

Por esta razón, considero de especial relevancia el estudio de la Inteligencia Emocional en el aula, siendo este tema en el que se centra el trabajo Fin de Máster que a continuación se expone.

Conscientes de la importancia de lo anteriormente citado, los miembros del claustro del colegio público “*Eulalia Pajuelo*” decidimos que era necesario realizar un Proyecto de Formación de la Inteligencia Emocional que ayudara a conocer los pilares básicos de dicha inteligencia. De esta forma, se podría enseñar a utilizar las habilidades y manejarlas en el día a día con nuestros alumnos; creando un clima de participación y relación respetuosa, ya que una de las metas como docentes es la de integrar a los alumnos en la sociedad con un buen nivel de adaptación social y personal; pero esto sólo se conseguiría si los alumnos son capaces de relacionarse de manera efectiva con los demás y conocen, expresan y canalizan adecuadamente sus emociones.

Así, durante los cursos 2010-11 y 2011-12 se ha puesto en marcha el programa “*Mejoramos la Inteligencia usando la Inteligencia Emocional*” dirigido a la comunidad educativa del centro, alumnos de Infantil y Primaria, profesores y padres; siendo el objetivo del presente trabajo evaluar la eficacia de dicho programa.

1. MARCO TEÓRICO

Aunque tradicionalmente la educación ha valorado más los aspectos cognitivos que las emociones (en ocasiones pasando por alto que ambos aspectos son necesarios), afortunadamente la importancia de la Inteligencia Emocional en el desarrollo es un tema que viene siendo objeto de estudio, especialmente en los últimos años; a continuación se exponen aportaciones de distintos autores y estudios referentes al ámbito de las emociones y su aplicación en el ámbito escolar.

1.1 Teorías más relevantes sobre la Inteligencia Emocional: Concepto y evolución.

1.1.1 Teoría de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner (1983).

Gardner define la Inteligencia como “la capacidad para resolver problemas y crear productos valorados, al menos en una cultura” (citado en Pérez, López y González, 2008, p.126). Una de las aportaciones de Gardner es su visión pluralista de la inteligencia, reconoce que hay diferentes potenciales cognitivos, abarcando un enfoque del pensamiento humano más amplio y completo, esta idea la refleja en su Teoría de las Inteligencias Múltiples (Gardner, 1993) descartando así el concepto tradicional de “Inteligencia” según el cual ésta era definida como la habilidad para responder a los test de inteligencia o basada solamente en la medición del Coeficiente Intelectual (CI).

Lo realmente novedoso en la teoría de Gardner, es que estudia la Inteligencia desde su base biológica, esto es, aporta un concepto de Inteligencia que consiste en una serie de habilidades mentales independientes y localizadas en diferentes zonas del cerebro. Para Gardner, estas habilidades o destrezas son más decisivas en la vida que el CI, mostrando así una imagen más rica del potencial y capacidad de éxito de un niño.

En su propuesta, recoge ocho tipos de Inteligencia: Lingüística, viso-espacial, musical, lógico-matemática, corporal cinestésica, naturalista, interpersonal e intra-

personal (ver Figura 1); cada persona tiene capacidades en estas inteligencias aunque cada una funciona de manera particular.

Figura 1. La teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner.



Fuente: www.unir.net.

Este modelo de las Inteligencias Múltiples pone de manifiesto que la inteligencia académica no es suficiente para alcanzar el éxito profesional, y considera imprescindibles factores como el conocimiento y dominio de las emociones, la forma de relacionarnos con los demás; estas habilidades forman parte según la teoría de Gardner de las Inteligencias Intrapersonal e Interpersonal. De acuerdo a los objetivos del presente trabajo, ambas inteligencias van a ser explicadas con más detalle a continuación:

❖ La Inteligencia intrapersonal:

Puede definirse como la capacidad que tiene una persona para acceder a los sentimientos propios, conocer los aspectos internos del yo, la autorreflexión, discernir sobre las emociones íntimas.

Una persona con alta inteligencia intrapersonal puede contemplar las siguientes características:

- Identifica sus capacidades, áreas de dificultad, destrezas, intereses.
- Intuye los factores que ayudan a que las personas sepan desenvolverse o por el contrario, muestre dificultades en áreas determinadas.
- Reflexiona sobre sus sentimientos, logros y experiencias y se basa en ellos a la hora de comprender y guiar la conducta.

❖ La Inteligencia Interpersonal:

Definida como la capacidad para percibir y comprender a los demás, sintiendo empatía por el prójimo; es la habilidad de responder adecuadamente a los estados de ánimo, los deseos, temperamentos y emociones de los demás.

La sociedad puede progresar si se establecen buenas relaciones y se entienden sus miembros, se trata de poder hablar desde el respeto, interactuar, relacionarse, discrepar, ponerse de acuerdo; creando así un espíritu de grupo que lleve a realizar proyectos para el bien común y contribuir al crecimiento personal de todos.

Las personas con alta inteligencia interpersonal presentan las siguientes características:

- Cuidadores y amigos: comprenden los gustos y aversiones de sus amigos, se muestran sensibles ante los sentimientos de sus compañeros e intentan ayudarlos cuando éstos se sienten molestos. Tienen capacidad para mantener las amistades.
- Facilitadores: ayudan a los demás cuando lo necesitan, median en los conflictos entre compañeros y amigos, invitan a participar en los juegos, colaboran con las ideas de otros niños ampliándolas y elaborándolas. Comparten sus destrezas, ideas e información para enriquecer al grupo.
- Comprensivos con los demás: Están muy atentos a los compañeros, reconocen sus pensamientos y sentimientos, llegan a conclusiones

basándose en las observaciones del grupo mientras realizan actividades.

- Tienen alta capacidad de liderazgo.
- Habilidades para el análisis social.

Tanto la Inteligencia Intrapersonal (forma de relacionarnos con nosotros mismos) como la Interpersonal (forma de relacionarnos con los demás) son y están dentro de lo que se denomina la “Inteligencia Emocional” (IE). Para conocer un poco más sobre esta inteligencia, a continuación se presenta el modelo planteado por Mayer y Salovey (1997).

1.1.2. El modelo de Mayer y Salovey (1997)

El concepto de Inteligencia Emocional viene de la mano de un artículo publicado por los psicólogos norteamericanos John Mayer y Peter Salovey en el año 1990, en el que la definen “una parte de la inteligencia social que incluye la capacidad de controlar nuestras emociones y las de los demás, discriminar entre ellas y usar dicha información para guiar nuestro pensamiento y nuestros comportamientos”.

El modelo de Mayer y Salovey (1997) considera la Inteligencia Emocional como una habilidad que se puede desarrollar a cualquier edad, que incluye técnicas para manejar las emociones de forma inteligente y que se conceptualiza a través de cuatro habilidades básicas que son:

1. Habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud:

Ser capaces de identificar el propio estado emocional y el de los demás, atendiendo tanto a aspectos físicos como cognitivos; a su vez, evaluar qué sentimos y sienten los demás, y poder expresar emociones y sentimientos propios y ajenos correctamente.

2. Habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento:

Utilizar las emociones al servicio del pensamiento, ya que están estrechamente unidos, y así tomar mejores decisiones y razonar de forma más inteligente. Que a través de las emociones se dirija la atención a la información más significativa para actuar en consecuencia.

3. Habilidad para la comprensión y el análisis emocional:

Implica reconocer los cambios de unos estados emocionales a otros, saber designar las emociones reconociendo la relación entre la palabra y su significado. Entender las relaciones emocionales y las situaciones por las que se producen y comprender emociones complejas como el sentimiento simultáneo de amor/odio.

4. Habilidad para la regulación emocional:

Una de las habilidades más complicadas, después de identificar y comprender las emociones, se trata de moderar la reacción emocional ante situaciones intensas, regular las emociones propias y de los otros, para poder controlarlas y que no nublen la forma de razonar. Estar abierto a los estados emocionales negativos y positivos. (Mayer & Salovey, 1997).

1.1.3. Nuevo concepto de Inteligencia Emocional: Goleman (1995)

En 1995 Daniel Goleman, basándose en las investigaciones anteriores, completa la definición de Inteligencia Emocional aportando una conceptualización más amplia de ésta.

Así, Goleman considera la IE como una combinación de atributos muy relacionados con la personalidad, distinta y por encima del Coeficiente Intelectual y muy relacionada con las competencias de las que depende el logro académico y profesional, entendiéndola así como un conjunto de rasgos de la personalidad. Aporta que habilidades tales como autocontrol, perseverancia, entusiasmo, la capacidad de automotivación, por lo que lo que se entiende por inteligencia emocional puede enseñarse a los niños y obtener así el mejor rendimiento posible al potencial intelectual heredado.

Destaca la existencia de dos mentes en el individuo la “Mente Racional” (la que piensa, pondera y reflexiona) y la “Mente Emocional” (la que siente, es más impulsiva, de carácter infantil y en ocasiones utiliza a la mente racional para conseguir sus propósitos) ambas interactúan para construir nuestra vida mental, reafirmando así la base neuropsicológica de la persona como un “todo” debido a la estrecha relación entre los sentimientos, pensamientos y actuación.

Para estudiar a fondo el ámbito de las emociones, además de conocer las principales Teorías, estudiar el concepto, es de capital importancia conocer qué sucede en el cerebro y cuáles son las estructuras cerebrales implicadas en las emociones, éste será el objeto de estudio en el siguiente apartado.

1.2 El cerebro y las emociones

El mundo de las emociones ha llegado muy tarde a la neurociencia, es en los últimos años cuando varios autores han abordado las emociones desde el ámbito cerebral.

El origen del estudio de las emociones desde la perspectiva biológica se localiza en el trabajo de Darwin *La Expresión de las Emociones en el Hombre y en los Animales* (1872) en el que aporta que la conducta emocional es resultado de la evolución, posteriormente algunos autores han publicado varios estudios afirmando que la transmisión de señales entre el sistema límbico y la corteza cerebral facilitan el control de las emociones; estas estructuras cerebrales son elementos claves en el desarrollo de la atención, la memoria y el aprendizaje (Davidson & Sutton, 1995; Davidson & Irwin, 1999; Davidson, Putman & Larson, 2000; Davidson 2001, 2003, 2004).

1.2.1 El sistema límbico.

Las estructuras del sistema límbico han sido clásicamente consideradas como el eje del que dependían las emociones, entre estas estructuras, la amígdala y el hipotálamo son las áreas que tienen una mayor implicación en las emociones; aunque en los últimos años ha destacado el papel de otras áreas corticales como la corteza prefrontal (Sánchez & Román, 2004).

Sistema límbico

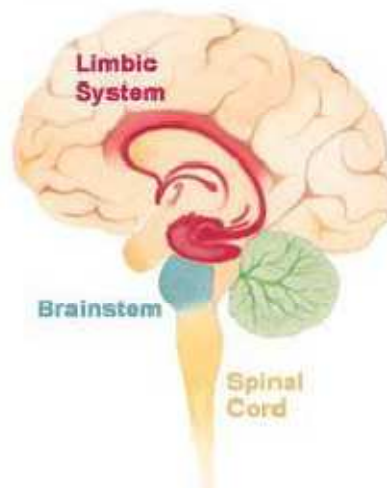


Figura 2. Sistema límbico. Cuerpo Caloso y Corteza Cerebral.

Fuente: www.unir.net

Papez (1937), afirma la importancia del hipotálamo en la expresión de los programas de reacción emocional y postula que la forma en que la corteza cerebral los modifica, y en la que se hacen conscientes, es a través de las conexiones corticohipotalámicas del giro cingulado e hipocampo (Cardinali, 2007, p. 384)

La amígdala y el hipocampo están muy relacionados, mientras que la amígdala da el valor emocional a los estímulos sensoriales percibidos, el hipocampo almacena aquellos que tienen un sentido para el sujeto.

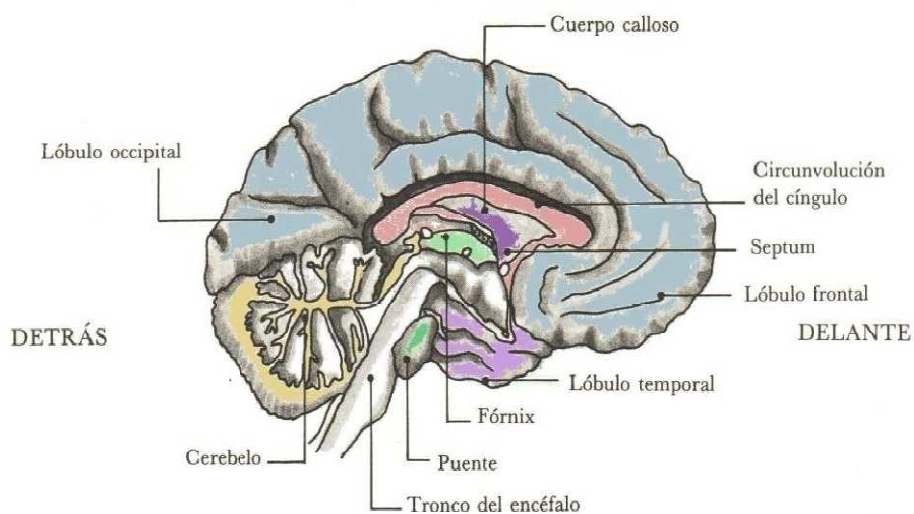


Figura 3: Estructuras cerebrales relacionadas con las emociones.

Fuente: www.unir.net

Un estudio llevado a cabo por Ledoux (2000) concreta el papel primordial que desempeña la amígdala en la infancia y concluye que la interacción entre el niño y sus cuidadores durante los primeros años de vida constituye un verdadero aprendizaje emocional, grabado en la amígdala, pero que al desarrollarse, mientras que el niño no habla no existen pensamientos articulados sobre la respuesta que se debe tomar al reactivarlo en la vida adulta.

En estudios anteriores Ledoux (1996) afirmaba que la amígdala asume el control cuando el neocórtex todavía no ha llegado a tomar ninguna decisión racional. De forma que ante una serie de estímulos externos que entran por el tálamo se activa una reacción emocional en la amígdala. Ante emociones como el miedo o la ira se actúa antes de pensar, dejándose llevar por la emoción, esto explica la impulsividad como respuesta, ya que desde la amígdala se inicia esta respuesta de defensa.

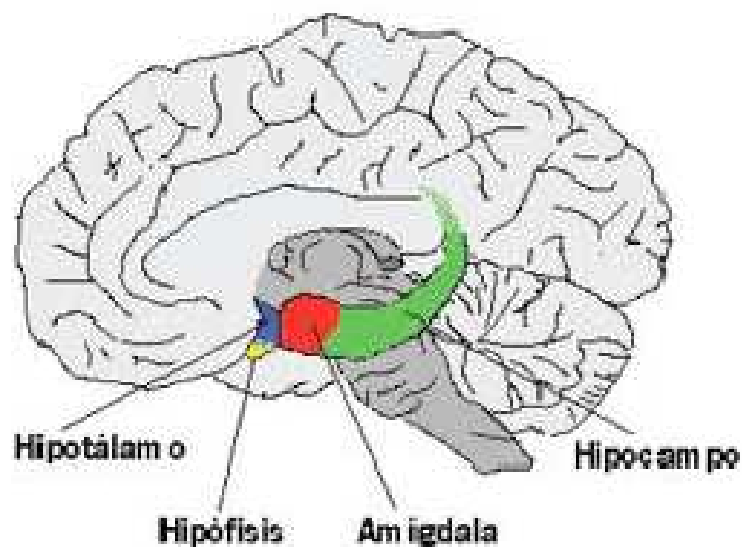


Figura 4. Amígdala y otras estructuras cerebrales relacionadas.

Fuente: www.unir.net.

1.2.2. La corteza prefrontal:

Esta región puede activarse ante estímulos que no aversivos; además sus estructuras se implican directamente, procesando y produciendo respuestas ante estados emocionales complejos (Sánchez & Román, 2004)

Frente a cualquier estímulo que emita la amígdala y resulte amenazante para el sujeto va a desencadenar la activación de la respuesta del estrés; ante estas situaciones se secretan hormonas en el organismo y éstas bloquean la información que tiene que aportar el neocórtex; en este sentido la emoción está bloqueando el paso a la razón.

Ante estas situaciones de estrés se ve afectada enormemente la memoria de trabajo, situada en la corteza prefrontal cerebral, pueden presentarse distintas formas de responder ante un estímulo amenazante y que se observan en el comportamiento; a través de la lucha, un alumno que muestra ira, cólera, siempre está enfadado, con ganas de pegar; otros reaccionan con la huida, salen corriendo, no se enfrentan a los problemas por temor y hay otros niños que se paralizan, no pueden reaccionar.

De este modo no se lleva a cabo una buena conexión neuronal, los parásitos neurales sabotean al lóbulo prefrontal y se genera el cortisol (hormona del estrés), lo que explica que en ocasiones en las que las emociones son muy intensas se dificulten las capacidades de aprendizaje. Es por ello que se presenta necesario el aprendizaje de destrezas relacionadas con la Inteligencia Emocional para que ante situaciones de miedo, fracaso, o ridículo se presenten respuestas positivas automáticas.

1.2.3. Los hemisferios cerebrales

Los hemisferios cerebrales tienen un papel relevante en el ámbito emocional, especialmente el hemisferio derecho, el no-lingüístico, ya que es el hemisferio emocional, el intuitivo.

En el sistema educativo actual se potencia continuamente el hemisferio izquierdo, del lenguaje, el racional, prestando menor atención a asignaturas como la música, la plástica y todos aquellos aspectos en los que se ponen en juego la intuición y la creatividad.

Todas las áreas cerebrales deben actuar conjuntamente, pues el intelecto no funcionará correctamente si no existe complementación entre el sistema límbico y el neocórtex, y la amígdala y los lóbulos prefrontales; llevando así a una estrecha relación entre la capacidad intelectual y la inteligencia emocional, ya que el aprendizaje no sucede como algo aislado de los sentimientos.

Si las situaciones emocionales de amenaza descritas anteriormente se producen en repetidas ocasiones en la infancia, se hablará de niños que presenten alto riesgo de problemas de fracaso escolar, trastornos sociales... es por ello que el centro educativo toma un papel relevante.

1.3. El papel de la escuela:

Aunque es en el ámbito familiar donde se establecen los primeros vínculos emocionales, afectivos y comienza el aprendizaje, la escuela se convierte pronto en un importante contexto de socialización; ésta se entiende como el conjunto de procesos que participan en el desarrollo de determinadas capacidades y habilidades que ayudan a los niños a integrarse en la sociedad activamente, siendo éste uno de los objetivos fundamentales de la educación.

1.3.1. La escuela como institución socializadora

Tal y como afirma Goleman (1995) esta misión socializadora exige una serie de cambios esenciales, entre otros ampliar la tradicional misión del maestro y adquirir un mayor compromiso con el mundo escolar por parte de la comunidad educativa.

Estos cambios, en ocasiones son difíciles de asumir por los educadores, ya que todo el mundo no se encuentra cómodo para hablar de sentimientos; en gran parte debido a que la formación recibida les ha preparado poco para este tipo de enseñanza. Por estas razones los programas de alfabetización emocional suelen tener en cuenta la necesidad de que los maestros se dediquen durante varias semanas a formarse especialmente en este nuevo enfoque.

Extremera y Fernández-Berrocal (2002) afirman que hasta hace poco tiempo, la formación docente ha estado centrada en enfatizar un modelo de enseñanza con conductas correctas tratando así de controlar y manejar el comportamiento sin atender a las emociones que subyacen en las conductas y desarrollar pautas de acción

deseables en una relación, mencionando escasamente las emociones y sentimientos. Partidarios del modelo de inteligencia emocional de Mayer y Salovey (1990) consideran que existe la necesidad de crear en los alumnos una forma inteligente de sentir, sin dejar atrás a padres y educadores, todo ello dará como fruto un mayor equilibrio en las relaciones escolares y familiares.

Goleman (1995) afirma que con esta función ampliada de la escuela se aprovecharían las situaciones producidas tanto dentro como fuera del aula para transformar cualquier momento de crisis personal en lecciones de competencia emocional.

El hogar o el recreo pueden convertirse en refuerzos positivos del aprendizaje emocional que se ha trabajado en clase; todo ello se lleva a cabo con éxito cuando los programas de alfabetización emocional incluyen formación de padres, complementando así las lecciones en el hogar y promoviendo que los alumnos reciban mensajes de competencia emocional en todos los ámbitos de la vida. No se puede pasar por alto que en el aprendizaje emocional son esenciales los ejemplos de los referentes familiares, sociales y también los medios de comunicación; si un alumno observa cómo sus padres son respetuosos, se preocupan de los demás, solucionan los problemas dialogando, es muy fácil que sus hijos aprendan por imitación estos sentimientos de cooperación y empatía, sepan desenvolverse en grupo, etc.

Es por tanto muy positiva la relación escuela-familia-sociedad, para que cualquier programa de alfabetización emocional trabajado en el aula se practique, generalice e intensifique a todas las facetas de su vida y no se limite simplemente al ámbito escolar.

Es esencial esta alfabetización emocional por parte de la comunidad educativa, para que fluya la labor socializadora de la escuela, permitiendo de esta manera la transmisión de conocimientos y destrezas necesarios para la vida en sociedad; proporcionando a los alumnos lealtades que ayuden a una independencia afectiva, en definitiva, velar por la supervivencia de la sociedad. En este sentido y gracias al desarrollo de programas de competencia emocional la escuela contribuye a lograr una cultura más respetuosa, un lugar en el que los alumnos son respetados, sus sentimientos se tienen en cuenta y se sienten verdaderamente vinculados a sus compañeros, maestros y en definitiva, a la sociedad.

Pero para que la escuela socialice es necesario que en el contexto escolar alguien tenga el papel socializador y esta responsabilidad recae en el papel del maestro.

1.3.2. El papel socializador del maestro

La figura del maestro, después de la los padres es una de las más influyentes en el proceso de socialización del niño, convirtiéndose en el líder emocional de sus alumnos. Para ello es necesario ofrecer una serie de aspectos que confirmen la capacidad del profesor para captar, comprender y regular las emociones de sus alumnos, ya que esto será un excelente indicador del equilibrio emocional de una clase, la labor docente debe ofrecer al alumnado lo siguiente:

- **Equilibrio afectivo**: creando un clima acogedor, que posibilite la participación y el desarrollo de los alumnos.
- **Seguridad**: En un ambiente seguro el niño podrá desarrollar confianza en sí mismo y como consecuencia de ello, en los demás.
- **Cooperación**: Fomentando y permitiendo el trabajo en grupo y evitando exclusiones y marginaciones.
- **Autoestima**: Mostrando hacia el niño actitudes positivas, que refuercen una imagen positiva de sí mismo, evitando sacar a relucir sus faltas.
- **Hábitos para la convivencia**: Centrados en el respeto por el trabajo de los compañeros, aceptación de responsabilidades, aceptación del grupo, evitar actitudes que se centren en acaparar la atención del maestro, en acusar a los compañeros.

Como ha quedado reflejado, la escuela y los docentes juegan un papel clave en la socialización de los alumnos y, por tanto, en el desarrollo de sus emociones. En ocasiones en los centros se presentan casos de alumnos en situación de riesgo social, son niños con baja autoestima, inestabilidad emocional, dependientes, que presentan dificultades en sus relaciones sociales y conductas inadaptadas. Generalmente son niños que no han tenido las mismas oportunidades que el resto y se han criado en ambientes carentes de estímulos afectivos, educativos y de ocio; todo ello los sitúa en desventaja en el aprendizaje y en el proceso de socialización. Todo

ello determina la gran influencia que ejercen en el desarrollo del niño los factores ambientales de ayuda, motivación, apoyo. Estos casos de niños en situación de riesgo social están presentes en las aulas de infantil, y se presentan unas características que reflejan los alumnos que provienen de familias socialmente desfavorecidas; entre otras, muestran un retraso en el desarrollo escolar (manifestado especialmente en la lectura y escritura), sus motivaciones van dirigidas a satisfacer sus necesidades básicas, no confían en sus posibilidades de poder modificar la situación que están viviendo (Muñoz, 2004).

Los programas de educación emocional son una clara respuesta de prevención e intervención ante estas situaciones de riesgo social, especialmente en la etapa de Educación Infantil en la que se pueden detectar precozmente y llevar a cabo ese tratamiento socio-educativo; si por el contrario desde la escuela se desatiende, se corre el peligro de que estos alumnos se marginen. Juegan aquí de nuevo los docentes un papel esencial, ya que están en contacto diario con los alumnos, conocen las dificultades de cada uno y pueden detectar cambios conductuales que lleguen a desembocar en problemas si no se interviene a tiempo.

Aunque se ha abordado el tema de alumnos en situación de riesgo social, los programas de Educación Emocional van dirigidos a todo el alumnado y ofrecen variedad de respuestas en función de las necesidades de los alumnos.

Con toda la información reflejada anteriormente se justifica que la educación emocional debe estar presente en las aulas, en los programas educativos, pero esto no quiere decir que sea el inicio, que comiencen a afectar las emociones a los 3-4 años en la vida de los alumnos, se trata de un punto y seguido. ¿En qué momento se debe comenzar a trabajar la educación emocional?

1.4 Educación emocional en el desarrollo infantil.

1.4.1. La educación emocional en la normativa vigente:

La Inteligencia Emocional en la etapa de Educación Infantil (0-6 años) es tan relevante que la Ley Orgánica 2 de 3 de Mayo de 2006 de Educación (LOE), expone entre los objetivos de la Etapa de Infantil los siguientes:

- Desarrollar sus capacidades afectivas.
- Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social; así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.

El Real Decreto 1630 de 29 de Diciembre de 2006, que establece las enseñanzas mínimas del 2º Ciclo de Educación Infantil destaca la importancia de las emociones y expone lo siguiente:

- Fines de la Educación Infantil:

Contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños y las niñas.

- Áreas:

Se atenderá al desarrollo afectivo, a las pautas elementales de convivencia y relación social, así como al descubrimiento de las características físicas y sociales del medio. Se facilitará que los niños elaboren una imagen positiva de sí mismos.

En Educación Infantil esto se traduce en las siguientes áreas: Conocimiento de sí mismo y autonomía personal, Conocimiento del Entorno y Los lenguajes: Comunicación y Representación.

Todas tienen importancia en el desarrollo de las emociones, pero es en el área de Conocimiento de sí mismo y autonomía personal en el que están más presentes los aspectos afectivos.

- Conocimiento de sí mismo y autonomía personal:

Para construir su identidad es necesario que los niños interactúen con su medio físico, natural y sobre todo social. Esta interacción debe promover la autonomía, la imagen positiva de uno mismo, la conciencia de la propia competencia, la seguridad y la autoestima. Los sentimientos deben ayudar a

elaborar un concepto personal ajustado, conocer sus posibilidades y limitaciones y actuar en consonancia, para contribuir así al desarrollo pleno y armónico de su personalidad.

Es de capital importancia el papel de los adultos, a la hora de construir una imagen sobre sí mismos están interiorizando la imagen que muestran las personas que le rodean y la confianza que depositen en el niño.

Objetivos del área:

Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de dominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando también los de los otros.

1.4.2. La educación emocional se inicia el útero materno:

Nueve meses antes del nacimiento, desde el útero materno ha de estar presente la educación emocional, es importante reseñar que la forma en la que el bebé se desarrolla en el útero le afectará a lo largo de su vida. Este desarrollo depende del estado de su madre, pero no se trata de centrarse únicamente en aspectos relacionados con los hábitos o la alimentación, se ha demostrado que niveles perinatales de ansiedad en la mujer embarazada, especialmente al final del embarazo podría multiplicar por dos el nivel de hiperactividad del niño (Glover, 2009).

Cuando las mujeres muestran más ansiedad durante el embarazo reducen el flujo sanguíneo que llega al bebé; a esto hay que añadir que a nivel más alto de cortisol en el líquido amniótico que se atraviesa en mayor medida si la madre es más ansiosa, más bajo es su nivel de coeficiente intelectual, por lo tanto, afecta el desarrollo cerebral del feto (O'Connor, Heron & Glover, 2002).

Glover (2009) resalta la escasa atención que se presta a los cuidados emocionales de las madres durante el embarazo, considerando que podrían evitarse factores de riesgo que pueden derivar en posteriores actitudes delictivas, o incluso síndromes como el de Déficit de Atención. Es necesario prestar atención a la salud

emocional de las mujeres durante su embarazo, que los profesionales puedan preguntar sobre aspectos emocionales y prestar ayuda si fuera necesario.

Figura 5: Educación emocional desde el vientre materno.



Fuente: www.redesparalaciencia.com

Pero como se ha citado al principio, la educación emocional debe ser un punto y seguido en la vida del niño, al nacer los aspectos emocionales siguen siendo uno de los aspectos más relevantes en su desarrollo.

Desde el nacimiento el bebé es muy receptivo y sensible a los sentimientos de su madre, si ella está depresiva o ansiosa él lo percibe y llorará más, de forma que se crea una mala interacción entre los dos.

Glover (2009) expone que si la madre está deprimida en las primeras semanas o meses después del parto esto repercutirá en la relación madre-hijo y esto tendrá consecuencias en el desarrollo del niño, éste puede tener más problemas de comportamiento, mayores problemas cognitivos... De la misma forma, unas buenas relaciones entre ambos pueden compensar posibles daños ocurridos durante el periodo fetal. Esto demuestra que las primeras semanas de vida son un periodo crítico donde el desarrollo se caracteriza por una enorme plasticidad y esto afectará al bebé tanto para lo bueno como lo malo.

El desarrollo afectivo que comienza desde el momento de la gestación va a condicionar de forma determinante el desarrollo de la personalidad, ya que la forma de

resolver los conflictos emocionales y afectivos tendrá mucho que ver en la visión que el niño tenga del mundo.

A lo anterior hay que añadir que el niño es incapaz de expresar con precisión lo que siente, que le son transferidos de manera inconsciente los sentimientos e intenciones de los demás y que en su vida afectiva se suceden en la etapa infantil gran variedad de necesidades, deseos, motivaciones, etc.

1.4.3. Estadio del personalismo según Wallon (1987).

Wallon (1987) establece una serie de estadios en el desarrollo de la personalidad del niño, entre los que se encuentra el estadio del Personalismo que se desarrolla de los 3 a los 6 años. Es una etapa complicada en la que el niño define su personalidad y busca afirmarse como un individuo autónomo. Este estadio a su vez se subdivide en tres etapas.

La primera (3-4 años) se inicia con una crisis de oposición e inhibición; el niño va desarrollando su voluntad y continuamente pone de manifiesto su individualidad, no es capaz de adoptar el punto de vista de los demás, por ello muestra actitudes de rechazo como si quisiera proteger esa autonomía que acaba de conquistar y no le será fácil asimilar que precisa de la ayuda del adulto. Esto se aprecia especialmente en el desarrollo del lenguaje, el niño utiliza constantemente el pronombre personal “yo”, y ante cualquier propuesta del adulto, la respuesta es “no”.

A la crisis de oposición le sigue una segunda etapa (4-5 años) se denomina “período de gracia” el niño atraviesa una etapa narcisista, le gusta ser admirado, busca la aceptación de los demás mediante la seducción; sus gracias intentan satisfacer su propia realización, presta más atención al movimiento que a la causa. Se va relacionando más, consolida el juego con los iguales y aparecen grupos más constantes y el denominado “juego cooperativo”. Va desarrollando conductas socialmente aceptadas, se da una etapa de exteriorización personal.

La última etapa del estadio del personalismo (5-6años) se denomina "imitación de roles adultos", el apego que comenzó con el nacimiento y atravesó una crisis en el período de oposición, se transforma en dependencia emocional, ya que el niño busca la aprobación, afecto y proximidad de otras personas, especialmente adultos (padres y maestros), a su vez, deja de reivindicar su "yo" frente al otro, con la intención de incorporar su entorno a su propio "yo". Ha tomado plena conciencia social.

Pero nada de lo anterior hubiera sido posible si no se hubieran sucedido los tres procesos necesarios para que el niño se socialice que se exponen a continuación.

1.4.4. Proceso de descubrimiento, vinculación y aceptación:

La socialización requiere de tres procesos que tienen un carácter circular, en el que cada proceso inmediatamente superior incluye al inferior, se dan en el siguiente orden:

- **1. Descubrimiento:**

En el que el niño se reconoce como una persona con características y atributos propios, y así va siendo consciente de quién es, cómo es y qué le diferencia de los demás. El descubrimiento de sí mismo va a ser un procedimiento posterior, ya que el niño reconoce antes a las personas de su entorno que a sí mismo.

- **2. Vinculación:**

Es un proceso afectivo que tiene lugar gracias a las relaciones afectivas que se establecen entre el niño- adulto y entre niño-iguales. Éstas son: el apego (relación afectiva que el niño establece con las personas que interactúan con él de forma privilegiada, que le lleva a buscar la aprobación, el afecto y la proximidad de estas personas) y la amistad (esta relación afectiva favorece la vinculación, ya que tener amigos es un índice de competencia social).

- 3. Aceptación:

Para que el niño lleve a cabo este proceso es necesario pasar por el descubrimiento y vinculación con las personas. El niño necesita ser aceptado por sus padres y maestros, pero también por su grupo de iguales. A partir de la relación con otros niños con características similares, en condiciones de igualdad, surge la conciencia de grupo; el niño se siente miembro de una pequeña comunidad infantil, acepta normas y se ajusta al comportamiento de los demás. Esto requiere renunciar a sus deseos y confrontar otros puntos de vista.

Sentirse o no, aceptado y querido va a darle sensación de seguridad y va a facilitar la adaptación a otros grupos; por el contrario, si el niño se siente rechazado, mostrará inseguridad y no deseará relacionarse con los demás, ya que los entenderá como opuestos, no como iguales y puede llegar a generar conductas problemáticas. De la misma forma sucede en el ámbito familiar, en el que se debe evitar basar el afecto en las metas conseguidas por los niños, es necesario que éste se sienta querido por quién es y no por lo que es.

Desde el aula se debe favorecer el trabajo en grupo, cuidar el ambiente, fomentar actividades colectivas y fijar las conductas a través de alabanzas y refuerzos positivos, evitando cualquier tipo de rechazo.

Para llevar a cabo cualquier programa de alfabetización, educación o inteligencia emocional, uno de los pasos a seguir es el de conocer las características del desarrollo afectivo-social de los alumnos, en este caso destinado a alumnos de Educación Infantil.

1.4.5. Características socio-emocionales en Infantil:

Entre otras, se pueden exponer las siguientes:

- Sus emociones son breves pero intensas, en la mayoría de ocasiones por causas triviales, son transitorias (pasan de la risa al llanto, del afecto a los celos en cuestión de segundos), no saben ocultar sus sentimientos. Las emociones más

comunes en esta etapa son: el miedo (a la oscuridad, a estar solos, a los ruidos, animales...), los celos (que desencadenan en conductas típicas como morder, chuparse el dedo), arranques de ira para llamar la atención; afecto, la aflicción, etc.

- Autoestima: El niño adquiere autoestima a partir de la afectividad que los demás le ofrecen. Ausubel, Novak y Hanesian (1983) distinguen entre el niño aceptado incondicionalmente, sin depender de sus éxitos o fracasos en la vida como alguien que asume sus limitaciones y la de los demás; y por el contrario un niño que es aceptado o no, en función de los éxitos o fracasos llegará a ser un niño inseguro, que se fije metas por encima de sus capacidades y en consecuencia tendrá un bajo nivel de autoestima.

- Autoconcepto: hablan de sí mismos en torno a atributos (soy más alto que, soy un niño que sabe montar en bici...) y en términos globales, en muchas ocasiones la explicación se debe a evidencias externas o arbitrarias (ej. soy malo porque he roto el jarrón de mi abuela).

- Relaciones sociales: marcadas por el egocentrismo, son muy variables (ej. *“soy tu amigo si me invitas a tu cumpleaños”*), y es frecuente la aparición de conflictos.

Uno de los mayores retos de los programas de educación emocional es el de educar a los niños en el respeto hacia los demás, esto llevará consigo una buena vida en grupo y favorecer el autocontrol, que los alumnos conozcan y gestionen sus emociones para controlar así su propio “yo”.

Pero para ello, es necesario conocer cuáles son los principales conflictos de la vida en grupo y por qué se originan.

1.4.6. Principales conflictos de la vida en grupo: causas, características y directrices.

El egocentrismo contribuye directamente al desarrollo de estos conflictos, los niños a esta edad anteponen su “yo” y son incapaces de ver el punto de vista del

resto del grupo. La solución a estos conflictos no es difícil y los problemas se resuelven sin mayor complicación, pero para ello es necesario conocer al grupo y anticiparse a las dificultades y problemas de comunicación.

Estos conflictos son:

- Pelear y disputas:

En un principio ocurren por la posesión de algún juguete, aunque después los motivos se diversifican. La intervención del adulto en las peleas infantiles influye decisivamente; siendo necesario colaborar para que los niños solucionen el conflicto a través del diálogo y expresando los sentimientos experimentados durante el enfrentamiento; si la tarea del adulto se centra en parar la pelea simplemente, en un inicio se reducirá pero tenderá a establecerse durante un período más largo en el tiempo.

- Competición:

Surge hacia los 3-4 años debido a que el niño quiere sobresalir y autoafirmarse. Se pueden observar conductas en las que desvaloriza el trabajo de sus compañeros y resalta el suyo. Uno de los ejemplos de esta conducta competitiva es la de querer ser siempre el primero en la fila.

- Rechazo:

Cuando un niño es rechazado por su grupo puede reaccionar de diferente manera; mostrarse apático, triste, agresivo, pesado, egocéntrico y también puede ocurrir que como mecanismo de defensa el niño rechazado rechace a los demás.

- Celos:

Son muy comunes en la vida en grupo, pueden aparecer por el nacimiento de un nuevo hermano, por no centrar la atención de los padres, por intentar acaparar al maestro, etc.

Para intervenir con éxito en el ámbito afectivo pueden llevarse a cabo las siguientes directrices:

- Mejorar o reforzar el nivel de autoestima:

Para ello es necesario no juzgar al niño continuamente, demostrarle cariño y afecto, compartir sus intereses, proponer actividades en las que tenga éxito y animarle a exponer sus ideas aunque sean diferentes a las del resto.

- Respetar su individualidad:

Ibáñez-Sandín (1992) propone la creación de un rincón tranquilo, con materiales cómodos tales como el “Rincón de la Paz”, “Rincón de la Casita” en el que el niño se sienta lejos de la mirada del adulto y en complicidad con los demás niños. Crear espacios individuales en los que el niño guarde sus pertenencias “El cajón de los secretos”. Son muy positivas actividades que fomenten el conocimiento de uno mismo, como por ejemplo “El protagonista de la semana”.

- Superación de conflictos afectivos:

Con el juego, la dramatización, y los cuentos los niños encuentran los recursos adecuados para construir su propia identidad y resolver sus conflictos personales. Bettelheim (1999) considera que los cuentos de hadas (ej. Hansel y Gretel, Caperucita Roja, La Bella Durmiente, etc.,) liberan y dan apoyo moral y emocional a los niños a la hora de superar sus conflictos afectivos. Esto se produce gracias a que el niño se identifica con los personajes de los cuentos y experimentan sentimientos de fidelidad, justicia, amor, no como lecciones impuestas, sino como un maravilloso descubrimiento que supone la aventura de vivir.

Todos estos aspectos relacionados con el desarrollo socio-afectivo del niño en la etapa de Infantil serán elemento clave para el desarrollo de su personalidad, tal y como afirma Goleman (1995) el período de la infancia es el mejor momento para asimilar los hábitos emocionales primordiales que gobernarán el resto de la vida.

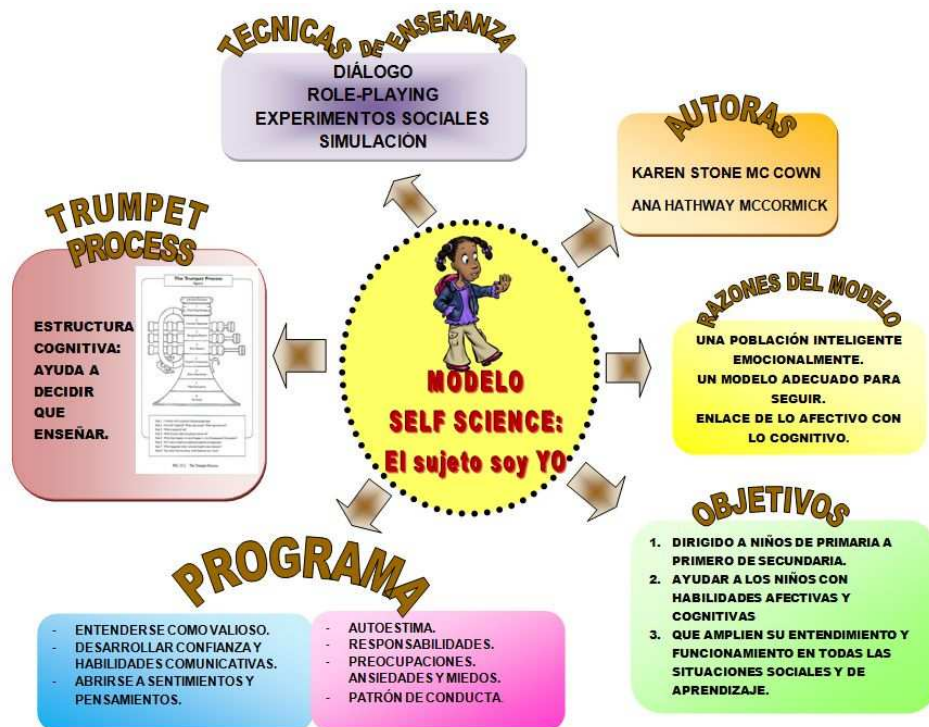
A continuación se exponen experiencias que se han llevado a cabo relacionadas con la Inteligencia Emocional.

1.5. EJEMPLOS DE PROGRAMAS DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

1.5.1. SELF SCIENCE

Es un modelo para la enseñanza de la Inteligencia Emocional. Se trabaja incluida en el Currículo, como una asignatura más en los centros escolares de EEUU. Dirigido por Karen Stone McCown y Ana Hathway. (Ver contenidos del Programa en Anexo 1).

Figura 6: Modelo Self Science.



Fuente: www.paginasprodigy.com

1.5.2. Red de Escuelas de Inteligencia Emocional

Originada en Extremadura, se trata de una iniciativa pionera en España que cuenta con la participación de 29 centros docentes. El objetivo se centra en descubrir, conocer y regular las emociones del alumnado, profesorado y familias. (Ver más detalles en Anexo 1)

Uno de los centros que participan en esta Red es el C.P. “Eulalia Pajuelo” (cuyo Programa de Inteligencia Emocional es la base de esta Investigación). Este Proyecto se puso en marcha en el curso 2010-11.

Seguidamente se exponen los objetivos del Proyecto de Formación y el Grado de Consecución:

Tabla 1: *Objetivos del Proyecto de Formación en Centros.*

OBJETIVOS	GRADO DE CONSECUCIÓN
Conocer y comprender el poder de la inteligencia emocional	Muy satisfactorio
Potenciar la formación de profesorado en hábitos de inteligencia emocional	Muy satisfactorio
Poner en práctica el Plan de Convivencia de una manera más efectiva mediante el conocimiento y utilización de destrezas relacionadas con la inteligencia emocional	Muy satisfactorio
Fomentar la armonía en el ambiente	Satisfactorio
Generar defensas para la reacción positiva a la tensión y el estrés	Satisfactorio
Mejorar la empatía y la autoestima	Satisfactorio
Conocer nociones sobre habilidades socioemocionales como el liderazgo, la asertividad, la comunicación y la programación neuro-lingüística, etc	Muy satisfactorio
Aprender a utilizar estrategias de resolución de conflictos	Satisfactorio
Proporcionar herramientas al profesorado y personal no docente que permitan prevenir las situaciones de conflictos	Muy satisfactorio
Aprender a reconocer e interrumpir patrones improductivos de respuesta emocional	Satisfactorio
Facilitar el conocimiento de programas de modificación de conducta	Satisfactorio
Favorecer el equilibrio emocional y aumentar la motivación	Satisfactorio
Elaborar un programa que permita a nuestros alumnos desarrollar habilidades que permitan desarrollar su inteligencia emocional	Bastante satisfactorio
Lograr la participación de las familias para que desde casa se puedan controlar conductas no deseadas mediante el conocimiento de habilidades socioemocionales	Satisfactorio

Fuente: Memoria Programa Inteligencia Emocional.

Entre las distintas actividades llevadas a cabo, destacan las siguientes:

- Estructuración de los contenidos a tratar en el grupo de trabajo en función de las necesidades del centro.

- Visitas:

Para completar la formación en Inteligencia Emocional, el centro se ha contado con las visitas y ponencias de especialistas que aportan una visión más técnica y práctica de los aspectos tratados. Estos especialistas son los siguientes:

- María Ortuño (formación de padres y profesores sobre el Concepto de Inteligencia Emocional).



Figura 7: Ponencia de María Ortuño sobre IEmocional.

Fuente: Memoria Programa Inteligencia Emocional.

- Manuel Segura (ponencia sobre competencia social).



Figura 8: Ponencia de Manuel Segura sobre Competencia Social.

Fuente: Memoria Programa Inteligencia Emocional.

- Ana Orantos (formación sobre resolución de conflictos a través de la Inteligencia Emocional).
- Taller de risoterapia.

A través de este Proyecto de Formación en centros los docentes han diseñado el Programa de Inteligencia Emocional “Mejoramos la convivencia usando la Inteligencia Emocional” para los niveles de Educación Infantil y Primaria que está llevando a cabo durante el curso 2011-12 (ver objetivos y actividades del Programa en Anexo 1).

Otro de los Programas basados en el desarrollo de habilidades emocionales es SEL (Social and Emotional Learning) (ver Anexo 1).

Aunque todos estos programas que se han expuesto en este apartado de Ejemplos de Programas de Inteligencia Emocional pueden integrarse en la vida cotidiana de la escuela, suponen una revolución en el Currículum y contemplan una visión del alumno más allá de su Coeficiente Intelectual o resultados académicos.

2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

2.1. Problema que se plantea:

En base a lo expuesto, surge una pregunta, eje central del presente trabajo de investigación ¿Es eficaz el Programa de Inteligencia Emocional para el desarrollo de la Inteligencia Emocional (intrapersonal e interpersonal) en alumnos de Educación Infantil?

2.2. Objetivos:

2.2.1. Objetivo General:

- Evaluar la eficacia del Programa de Educación Emocional: “Mejoramos la convivencia usando la Inteligencia Emocional” en alumnos de Educación Infantil.

2.2.2. Objetivos específicos:

- Medir la Inteligencia Emocional, Intrapersonal e Interpersonal de alumnos que han recibido un programa de Educación Emocional.
- Medir la Inteligencia Emocional, Intrapersonal e Interpersonal de alumnos que no han recibido un programa de Educación Emocional.
- Comparar los resultados obtenidos entre el grupo que ha recibido el programa y el grupo que no lo ha recibido.
- Determinar las diferencias y puntos en común que hay en la Inteligencia Emocional entre los alumnos que han llevado a cabo el programa y los que no.

2.3. Hipótesis:

Las hipótesis planteadas en este estudio son las siguientes:

H1: Los programas de Inteligencia Emocional en Educación Infantil mejoran el nivel de desarrollo de la Inteligencia Emocional.

H2: Los programas de Inteligencia Emocional en E. Infantil mejoran el nivel de desarrollo de la Inteligencia Interpersonal.

H3: Los programas de Inteligencia Emocional en Educación Infantil mejoran el nivel de desarrollo de la Inteligencia Intrapersonal.

2.4. Diseño:

La investigación llevada a cabo es de tipo experimental, en ésta se han controlado 1 variable independiente con dos niveles (Programa de Inteligencia Emocional), y se han medido 3 variables dependientes (Inteligencias Emocional, Intrapersonal e Interpersonal).

2.5. Población y muestra.

En este estudio han participado 2 grupos, formando una muestra total de 30 alumnos.

GRUPO A (programa)

Formado por 15 alumnos de 3º de Educación Infantil (5 años), 8 niños y 7 niñas, escolarizados en el colegio “*Eulalia Pajuelo*”, de Campillo de Llerena (Badajoz). Este centro forma parte de la Red de Escuelas de Inteligencia Emocional y durante los cursos 2010-11 y 2011-12 están participando en el Programa “*Mejoramos la Convivencia usando la Inteligencia Emocional*” (ver Anexo 1).

Los alumnos dedican 2 horas semanales para trabajar en el programa, repartidas en 2 sesiones (lunes y viernes).

GRUPO B (no programa)

Formado por 15 alumnos de 3º de Educación Infantil (5 años), 11 niños y 4 niñas, escolarizados en el colegio “*Lope de Vega*”, de Badajoz.

Con este grupo no se ha llevado a cabo ningún programa de Inteligencia Emocional.

2.6. Variables medidas e instrumentos aplicados.

2.6.1: Variables medidas:

Las variables del estudio se definieron y operativizaron del siguiente modo:

- Variable Dependiente: Puntuación en Inteligencia Emocional, Inteligencia Intrapersonal e Inteligencia Interpersonal, que pueden variar entre 0-10.
 - Variable Independiente: Programa de Educación Emocional.
 -

2.6.2. Instrumentos aplicados:

A continuación se describen los instrumentos de evaluación empleados para llevar a cabo esta investigación:

- Cuestionario de Inteligencia Interpersonal. (Gardner)
Este instrumento está compuesto por 10 ítems y evalúa la madurez social del alumno, cómo se relaciona con los demás, si muestra empatía, etc.
Por ejemplo, entre las preguntas formuladas se encuentran: “Disfruta de la convivencia con los demás” o “Tiene un buen sentido de la empatía y del interés por los otros” (ver Cuestionario completo en Anexo 2)
- Cuestionario de Inteligencia Intrapersonal. (Gardner).
Este instrumento está compuesto por 10 ítems y evalúa el concepto y conocimiento que el alumno tiene sobre sí mismo.
Por ejemplo, entre las preguntas formuladas se encuentran: “Expresa con precisión cómo se siente” o “Manifiesta gran fuerza de volun-

tad y capacidad para automotivarse” (ver Cuestionario completo en Anexo 2).

Para ambas escalas, el intervalo de respuesta queda definido entre:

SÍ/ NO/ ALGUNAS VECES.

La Inteligencia Emocional: se mide con la media de los resultados obtenidos en los cuestionarios de Inteligencia Interpersonal e Intrapersonal.

- Observación directa: posibilita que la maestra pueda responder ante preguntas del cuestionario que presentan mayor dificultad de comprensión para el alumno.
- Entrevista con los tutores: Ayudan especialmente a la hora de ver el progreso de los alumnos que han estado siguiendo el programa, y ofrecen información fundamental de cara a las conclusiones y futuras líneas de trabajo. Las entrevistas iniciales y tutorías con los padres ofrecen información muy relevante para responder con mayor objetividad a las preguntas que ellos no comprenden.

2.7. **Procedimiento:**

La aplicación de los cuestionarios se ha llevado a cabo en cada uno de los grupos de la siguiente manera:

GRUPO A (programa)

La tutora ha pasado los cuestionarios a los 15 alumnos en una de las sesiones del Programa de Inteligencia Emocional, a finales del Tercer Trimestre.

Antes de proceder a su realización, les ha explicado que iban a responder a unas preguntas relacionadas con las actividades que trabajaban en el Rincón de los Sentimientos, para saber si el Proyecto de las Emociones estaba dando sus frutos.

Los alumnos se muestran muy motivados. Les indica que pueden responder las opciones sin miedo a fallar, pues todas las respuestas son válidas. Les invita a

preguntar sin problemas ante cualquier cuestión que no comprendan o no sepan responder del cuestionario.

Individualmente van pasando por la mesa de la tutora y van rellenando el cuestionario, algunas preguntas tienen que ser aclaradas por la tutora, pero enseguida al comprender el mensaje, los alumnos responden.

Han tardado una hora en completar las dos inteligencias.

A pesar de ser a última hora y de estar a finales de curso, los alumnos se han mostrado muy participativos y entusiasmados.

GRUPO B (no programa)

Como tutora del grupo he pasado el cuestionario a los 15 alumnos durante dos sesiones, una de lectura y la otra de psicomotricidad, a finales del Tercer Trimestre.

Han tardado 2 horas en completar las dos inteligencias.

Les he comentado que iban a responder unas preguntas sobre sus sentimientos, la relación con sus amigos, su forma de trabajar, sus aficiones, etc. Todo ello va a ayudar a que nos conozcamos mejor.

Los cuestionarios se rellenan individualmente y nos vamos a un rincón de la clase para que no se distraigan con sus compañeros.

Las preguntas se explican con detenimiento y se ponen ejemplos para una mayor comprensión, no entienden muchos conceptos y es preferible que lo piensen bien para no responder al azar.

Una gran ayuda para completar los cuestionarios, es que ante preguntas de dificultad para los alumnos; gracias a la observación directa de las tutoras se puede responder de forma objetiva.

2.8. Análisis de datos:

En cuanto a la selección de la técnica estadística de análisis de datos que han sido utilizadas en esta investigación se ha trabajado con el complemento de análisis de datos del programa Excel.

A partir de esos datos se han realizado el análisis de distribución de frecuencias de puntuaciones en cada uno de los grupos. Para ello se han ordenado los re-

sultados por niveles: alto, medio-alto, medio, medio-bajo y bajo en función de la puntuación directa obtenida.

El valor de cada respuesta es el siguiente:

SÍ: 1 punto.

NO: 0 puntos.

ALGUNAS VECES: 0,5 puntos.

Las puntuaciones oscilan entre 0 (mínimo) y 10 (máximo).

Posteriormente, se han calculado las medidas de tendencia central: mediana, moda, y media, ésta última será determinante para comparar los resultados obtenidos en los dos grupos.

Los datos han sido comparados con la prueba T-student para 2 muestras suponiendo varianzas desiguales, considerándola la más apropiada ya que nos comparará ambos grupos y nos aportará si las diferencias apreciadas en las gráficas son significativas, o no.

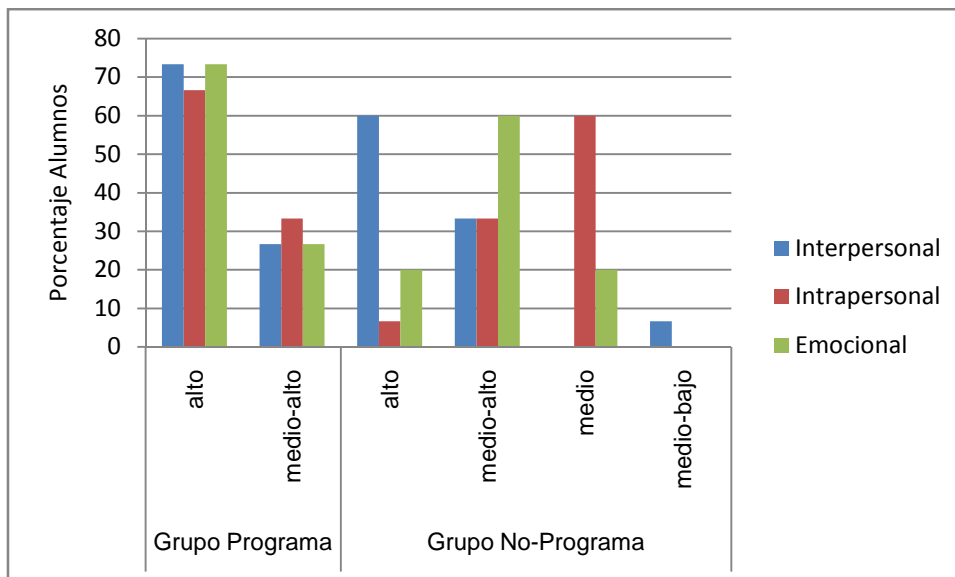
3. RESULTADOS

Con el objetivo de evaluar si el Programa de Inteligencia Emocional en Infantil mejora el desarrollo de la Inteligencia emocional, intrapersonal e Interpersonal, se han llevado a cabo una serie de análisis cuyos resultados pasamos a comentar.

3.1. Análisis de las Frecuencias en las variables dependientes:

Se analizan las distintas Inteligencias clasificadas por niveles en cada uno de los grupos con el fin de observar las frecuencias en cada uno de estos niveles y a su vez comparar los resultados de ambos grupos.

En el Grupo Programa los alumnos presentan niveles Alto y Medio-Alto en las 3 inteligencias medidas (emocional, interpersonal e intrapersonal) (ver Gráfica 1), todos los porcentajes se han distribuido entre éstos 2 niveles; sin contar con ningún caso de alumnos que tengan nivel medio, medio-alto o bajo. No hubo diferencias significativas entre los niveles obtenidos en cada una de las Inteligencias.



Gráfica 1. Frecuencias GRUPOS.
Fuente: Elaboración propia.

Por su parte, en el grupo No Programa, los niveles están más repartidos. En cuanto a la Inteligencia Interpersonal se muestran frecuencias de niveles alto, medio-alto y se presenta el nivel medio-bajo; esto explicaría la $DT= 1,60$. En Inteligencia Intrapersonal se da una mayor frecuencia del nivel medio, pero una menor frecuencia de nivel medio-alto y un resultado mínimo de nivel alto. En Inteligencia Emocional, como resultado de la media de las anteriores se presenta una dominancia en el nivel medio-alto y una menor frecuencia en niveles alto y medio.

A diferencia del Grupo Programa las frecuencias del Grupo No Programa son más dispares, ampliándose a los niveles medio y medio-bajo, y en consecuencia presentando niveles inferiores.

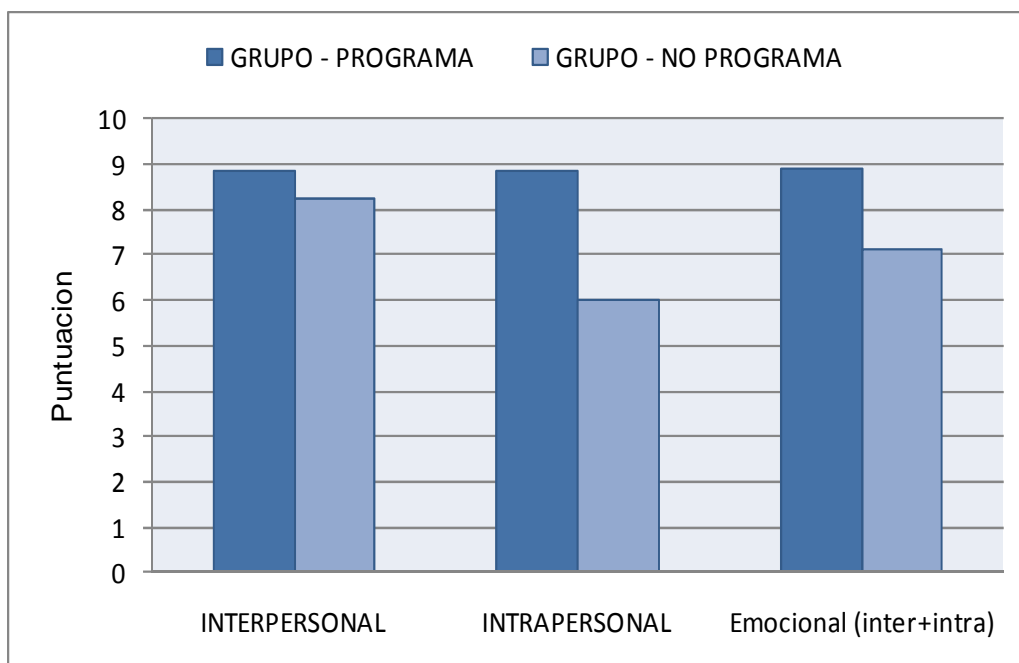
Se muestra así que la aplicación del Programa se traduce en mayor frecuencia de los niveles alto y medio-alto, mientras que por el contrario el Grupo que no ha recibido el Programa ofrece disparidad de niveles en cada una de las Inteligencias.

3.2. Análisis de las VD en Grupo Programa y Grupo No Programa.

Las gráficas han mostrado diferencias visibles en las variables dependientes de ambos grupos, el siguiente paso fue comparar si las diferencias en la puntuación en cada inteligencia para cada grupo eran estadísticamente significativa. Por ello, se llevaron a cabo diferentes pruebas *T* de *Student*.

Si se calcula la diferencia entre las puntuaciones de ambos grupos, en relación a la variable Inteligencia Interpersonal, el Grupo Programa muestra mayor puntuación pero hay muy poca diferencia (0,76) respecto al Grupo No Programa (ver Gráfica 2). Esta diferencia no resultó significativa, aunque podrían considerarse marginalmente significativas (ver Tabla 2).

En cuanto a la variable Inteligencia Intrapersonal, hay una diferencia de 2,86 puntos, la mayor puntuación para el grupo Programa (ver Gráfica 2). Los análisis demuestran que en este caso las diferencias en la puntuación entre ambos grupos sí fueron estadísticamente significativas (ver Tabla 2).



Gráfica 2: Puntuación en las Inteligencias de ambos grupos.
Fuente: Elaboración propia.

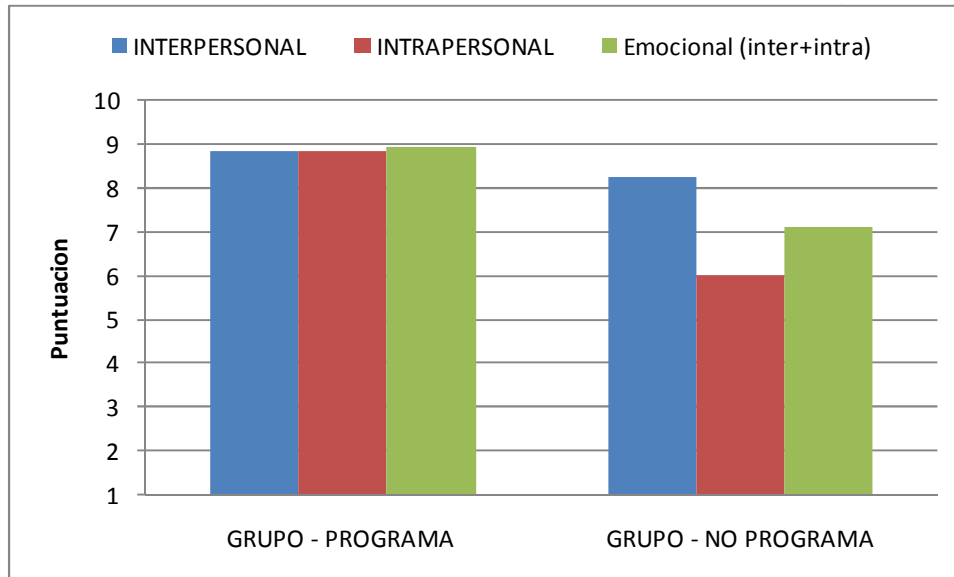
Al hacer el promedio de ambas inteligencias para calcular el valor de la variable Inteligencia Emocional, se obtuvo que las diferencias entre ambos grupos también eran igualmente estadísticamente significativas (ver Tabla 2).

Tabla 2: Desviación típica y Resultados de la prueba T-Student.

Inteligencia	Grupo PROGRAMA	Grupo NO PROGRAMA	t	p
	media (DT)	media (DT)		
EMOCIONAL	0,8327379	1,2093387	4,79	<.001
INTRAPERSONAL	1,0465362	1,1254629	7.22	<.001
INTERPERSONAL	0,8451543	1,602082	1,63	>.05 (.058)

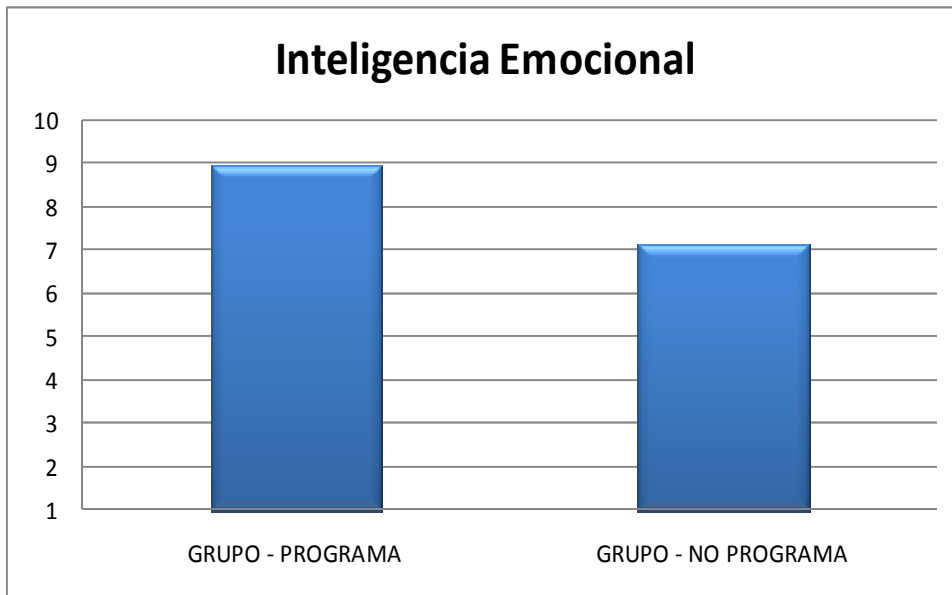
Fuente: Elaboración propia.

Al comparar los resultados por grupos se aprecia que las medias obtenidas en las variables Inteligencias Intrapersonal e Interpersonal en el Grupo Programa están muy parejas; sin embargo en el Grupo No Programa, la Inteligencia Intrapersonal está muy por debajo de la Inteligencia Interpersonal.



Gráfica 3: Niveles de Inteligencias del Grupo Programa y del Grupo No Programa.
Fuente: Elaboración propia.

El nivel de la variable Inteligencia Emocional del Grupo Programa ($M=8,91$) supera en 1,81 puntos al nivel obtenido por los alumnos que no han participado en el Programa ($M=7,1$). Como se puede apreciar en la siguiente gráfica los alumnos que han llevado a cabo el Programa tienen un nivel claramente mayor y obtienen un nivel alto de Inteligencia Emocional.



Gráfica 4: Resultados Inteligencia Emocional Grupo Programa y Grupo No Programa.

Fuente: Elaboración propia.

En resumen, los análisis llevados a cabo con los datos indican que los alumnos que han participado en el Programa presentan niveles de inteligencia emocional superiores a los de los alumnos que no han participado. Estas diferencias son marginalmente significativas en el caso de la Inteligencia Interpersonal y estadísticamente significativas en las Inteligencias Emocional e Intrapersonal.

4. CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos en la investigación ponen de manifiesto lo siguiente con respecto a las hipótesis planteadas:

H₁: Existen diferencias significativas entre los dos grupos en los niveles de Inteligencia Emocional, por lo tanto los programas de Inteligencia Emocional en Educación Infantil mejoran el nivel de desarrollo de la Inteligencia Emocional.

H₂: Existen diferencias marginalmente significativas entre los dos grupos en los niveles de Inteligencia Interpersonal, por lo tanto los programas de Inteligencia Emocional en E. Infantil mejoran el nivel de desarrollo de la Inteligencia Interpersonal, en una significatividad del 10%.

H₃: Existen diferencias significativas entre los dos grupos en los niveles de Inteligencia Intrapersonal, por ello los programas de Inteligencia Emocional en Educación Infantil mejoran el nivel de desarrollo de la Inteligencia Intrapersonal.

El hecho de que la hipótesis H₂ indique diferencias marginalmente significativas puede deberse a que tal y como expone Gardner el nivel de Inteligencia Interpersonal viene determinado por sentir empatía por el prójimo, ser cuidador y amigo, conocer los gustos de los compañeros, mostrar alta capacidad de liderazgo, etc.

Los alumnos de 5 años, tal y como hemos visto en las características del desarrollo socio-afectivo tienen emociones muy intensas y cambiantes, basan sus amistades en muchas ocasiones en función de sus intereses (ej. "Soy tu amigo si me dejas ese juguete"), sus opiniones con respecto a su grupo de amigos cambian continuamente, como norma general un niño de esta edad quiere imitar el modelo del adulto y valora actitudes de héroe. Tal y como expone Bettelheim (2010), por ello se presenta en su faceta de cuidador, cuando se trata de ayudar a un compañero en cuestión de un segundo la mayoría de alumnos se levanta insistiendo que ellos le ayudan.

El liderazgo de un niño de 5 años es fugaz en la mayoría de los casos, y el simple hecho de llevar un juguete a clase, estrenar las zapatillas de moda o cumplir años puede ser mérito suficiente para tener esa capacidad.

Aunque sí se aprecian los efectos del programa en cómo canalizar las emociones, a la hora de desarrollar determinadas habilidades de análisis social, como reconocer y comprender los sentimientos de sus compañeros, respetarlos y saber actuar de la forma adecuada en función de las circunstancias. Saben que el primer paso para evitar los conflictos es la primacía de la comunicación.

Es por todo lo anterior por lo que considero que el programa no ofrece resultados especialmente significativos en el nivel de Infantil.

En cuanto a las hipótesis H₃ las diferencias se traducen en el alto nivel de Inteligencia Intrapersonal que tienen los alumnos que han llevado a cabo el Programa. Estos alumnos muestran un mayor conocimiento de sus capacidades y limitaciones, conocen los aspectos de su “yo” y saben discernir entre las emociones.

Por ello los alumnos que han trabajado el Programa aprenden de sus experiencias, reconocen que sus errores y las dificultades que se presentan, no son motivo para bajar su nivel de autoestima, sino que les sirven de guía y experiencia para afrontar las nuevas situaciones y entienden que el afecto de los demás no viene determinado por sus logros, sino que le aceptan incondicionalmente.

Muestran un elevado nivel de identificación, expresión y canalización de emociones; este es un logro a destacar en el Programa, ya que como hemos estudiado anteriormente en la etapa de Educación Infantil se da gran impulsividad y hay grandes dificultades en el autocontrol y un marcado egocentrismo.

Los altos niveles de Inteligencia Intrapersonal y que confirman H₃ aumentan considerablemente los niveles de Inteligencia Emocional (ya que ésta se ha obtenido de la media entre Inteligencia Intrapersonal e Interpersonal) y consiguen resultados estadísticamente significativos que llevan a confirmar la H₁.

Por lo tanto, el Programa de Inteligencia Emocional “Mejoramos la convivencia usando la Inteligencia Emocional” presenta un gran potencial en su aplicación ya que los alumnos que han trabajado con este Programa gestionan mejor sus emociones, datos avalados por Mayer y Salovey (1997), que relacionan el concepto de Inte-

Inteligencia Emocional con el control y dominio de las emociones, guiando de esta manera los pensamientos y comportamientos.

La eficacia del Programa en la etapa de Educación Infantil pone de manifiesto que la Inteligencia Emocional es una habilidad que se puede desarrollar a cualquier edad, en concordancia con los estudios de Mayer y Salovey. Además su aplicación en esta etapa conlleva los beneficios de detectar precozmente situaciones que puedan generar en conductas sociales inadaptadas y prevenir e intervenir ante situaciones de riesgo social.

Este Programa se basa en bloques temáticos: Autoestima-autoconocimiento, Regulación emocional, Motivación, Empatía, Asertividad y Comunicación y Programación Neurolingüística, muchos de estos aspectos son considerados por Goleman (1995), como habilidades de la Inteligencia Emocional que pueden enseñarse a los niños y obtener el mayor rendimiento posible del potencial intelectual y que conllevan al éxito académico, personal y profesional.

Uno de los factores esenciales para llevar a cabo esta investigación ha sido la colaboración de las tutoras y padres, ya que alguno de los ítems de los cuestionarios de Inteligencia Intrapersonal e Interpersonal de Gardner que pasamos a los alumnos presentaban cierta dificultad de comprensión para los alumnos de esta edad. Esta ayuda ha sido posible gracias a la observación llevada a cabo por las tutoras y padres; su colaboración ha sido muy positiva para este estudio, ya que a su vez han demostrado los conocimientos y pautas adquiridos en la Formación llevada a cabo desde el centro, aspecto que enriquece el Programa.

Ledoux (2000) constataba que se produce un verdadero aprendizaje emocional en la interacción entre el niño y sus padres, y esto se ha contemplado desde el programa de Formación.

Del estudio se deriva la necesidad de que la escuela ejerza como agente socializador, en consonancia con las investigaciones de Goleman (1995), y de la importancia del papel del maestro que debe comprometerse con la comunidad educativa y estar en continua formación.

Esta sensibilización o “alfabetización emocional” ha encontrado respuesta con el Programa, ya que éste ha sido fruto del interés y motivación de los profesores por mejorar las competencias emocionales del alumnado.

Como reflejan los objetivos planteados en el Proyecto de Formación y su grado de consecución muy satisfactorio. Este ha sido un factor determinante en el éxito del Programa, ya que no podemos pasar por alto que los alumnos se encuentran tal y como indica Wallon (1987), en la última etapa del estadio del personalismo denominada “imitación de los roles adultos” y qué mejor ejemplo que el de unos padres y profesores capaces de generar estrategias y habilidades emocionales básicas, que respeten su individualidad, que le ayuden a superar sus conflictos afectivos, etc.

Para finalizar, destacar que en la actualidad la comunidad educativa está valorando la importancia de la Inteligencia Emocional en el desarrollo de los alumnos, que esto queda patente desde la Legislación Educativa, ya que entre los objetivos Generales que establece la Ley Orgánica 2/ 2006 de 3 de Mayo de Educación para la Etapa de Infantil se encuentran:

- Desarrollar sus capacidades afectivas.
- Relacionarse con los demás y adquirir progresivamente pautas elementales de convivencia y relación social; así como ejercitarse en la resolución pacífica de conflictos.

Ya no se concibe que para alcanzar el éxito profesional sólo basta con tener un determinado nivel de inteligencia; sino que se contemplan factores emocionales como elementos imprescindibles; tal y como defiende la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner.

Los programas de Inteligencia Emocional en los centros educativos son cada vez más numerosos, esto refleja que los resultados son positivos, tal y como hemos visto con el Programa “*Mejoramos la convivencia usando la Inteligencia Emocional*”, todo ello ha sido avalado previamente por programas como Self Science, que se iniciaron en EEUU y que se han extendido a otros países (Casel) tal y como hemos reflejado en este estudio.

El éxito es tan positivo que origina Redes de Escuelas de Inteligencia Emocional, en las que se trabajan Programas como el que ha sido objeto de esta investigación y que como han avalado los resultados estadísticos supone una intervención eficaz a pesar de que es un Programa breve que acaba de cumplir dos años de estudio y aplicación.

La aplicación de los Programas de Inteligencia Emocional desde la etapa de Infantil es la mejor manera de afrontar los problemas que se dan diariamente en nuestra sociedad, ya que en en este nivel educativo se da el momento ideal para asimilar los hábitos emocionales primordiales que gobernarán nuestra vida, estableciendo unos cimientos sólidos que serán la base de la sociedad del futuro.

5. PROSPECTIVA

La investigación llevada a cabo cuenta con una serie de limitaciones como son:

- Tiempo:

Disponer de un escaso margen de tiempo para llevar a cabo esta investigación ha ejercido una influencia determinante a la hora de seleccionar los instrumentos utilizados, los cuestionarios con los se ha trabajado no son los más adecuados para el nivel de Educación Infantil. Con un mayor margen de tiempo se habrían elaborado unos cuestionarios más acordes con las características de los alumnos y que hubieran estado concretamente relacionados con los bloques que se han trabajado en el programa.

- Calendario escolar:

Al encontrarnos a finales del Tercer Trimestre en el momento de pasar los cuestionarios, esto ha condicionado que no se haya profundizado más; mayor observación de los grupos; a pesar de que en el grupo programa esta observación forma parte del método para llevar a cabo el proyecto resulta escaso.

- Datos pre- Programa.

No existen datos sobre la Inteligencia Emocional previos a la aplicación del programa, esto nos hubiera dado resultados más fiables en cuanto a su eficacia.

- Muestra:

El tamaño de la muestra (30 alumnos), es excesivamente pequeño con respecto a la población a la que se pueden generalizar los datos en alumnos de Educación Infantil, esto obliga a tomar los resultados con cautela.

Es por ello que se plantean futuras líneas de trabajo:

- Continuar con el Programa de Inteligencia Emocional en el Grupo Programa:

- Esto llevará a seguir investigando si se mantienen los beneficios a largo plazo.
 - Potenciar las competencias emocionales en función de las características de desarrollo y sociales del grupo.
 - Trabajar las emociones desde el Proyecto ¿Qué sientes? De Violeta Monreal. El diccionario de los Sentimientos: en el que a través de las letras del abecedario se explica a los alumnos qué son, qué significan y para que sirven los sentimientos. Es un programa muy motivador ya que para trabajar cada sentimiento se comienza con un cuento y posteriormente se debate lo acontecido en la historia y se presentan a los “filins” unos personajes que reflejan el sentimiento trabajado y su contrario, además presenta numerosas actividades. Monreal (2007).
- Partir de los resultados del GRUPO NO PROGRAMA y diseñar un Programa de Educación Emocional.
 - De esta forma se trataría de una investigación que partiera de esos resultados y posteriormente los comparara con los obtenidos después de aplicar el Programa.
 - Se prestaría especial atención a la Inteligencia Intrapersonal en consonancia con los resultados obtenidos en esta investigación.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

6.1. Referencias

- Ausubel, D., Novak, D. & Hanesian, H. (1983). *Psicología educativa: Un punto de vista cognoscitivo*. (2ª Ed.) Trillas.
- Bettelheim, B. (2010). *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*. Barcelona: Ed. Crítica.
- Cardinali, D. (2007) *Neurociencia aplicada. Sus fundamentos*. Madrid: Médica Panamericana.
- Weissberg, R. (2011). Colaborative for Academic, Social and Emotional Learning Casel. Recuperado de www.casel.org.
- Damasio, A. R. (1995). *Descartes Error: Emotion, Reason and the Human Brain*. Pan McMillan.
- Darwin, C. R. (1872). *The expression of the emotions in man and animals*. London: John Murray.
- Davidson, R. J. (2001). Towards biology of personality and emotion. *Annals of the N.Y. Academy of Science*, 935, 191-207.
- Davidson, R. J. (2003). *Seven sins in the studies of cognition: correctives from affective neuroscience*. Brain and cognition.
- Davidson, R.J. (2004). What does the prefrontal cortex “do” in affect: Perspectives in frontal EEG asymmetry research. *Biological Psychology*, 67, 219-234.
- Davidson, R. J. & Irwin. W. (1999). The functional neuroanatomy of emotion and affective style. *Trends in Cognitive Science*, 3, 11-21.
- Davidson, R.J., Putnam, KM., & Larson, C.L. (2000). Dysfunction in the neural circuitry of emotion regulation- A possible prelude to violence. *Science*, 289, 591-594.

- Davidson, R. J. & Sutton, SK. (1995). Affective neuroscience: The emergence of a discipline. *Current Opinion in Neurobiology*, 5, 217-224.
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. *Revista Iberoamericana de Educación*, 29, 1-6.
- Gardner, H. (1993). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Goleman, D. (1995). *La Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Ibáñez-Sandín, C. (1992). *El proyecto de Educación Infantil y su práctica en el aula*. La Muralla.
- Institución Educativa SEK (2011). Recuperado de <http://www.sek.es/index.php?section=conocenos/programas-especiales/Programa-Aprendizaje-Social-Emocional>.
- Ledoux, J.E. (1996). *The Emotional Brain: the Mysterious Underpinning of Emotional Life*. New York: Simon and Shuster.
- Ledoux, J.E. (2000). Emotion circuits in the brain. *Annual Review of Neuroscience*, 200, 23, 155-184.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado*, 106, de 4 de mayo de 2006.
- Maestría en Ciencias de la Educación de la Universidad de Monterrey. Recuperado de www.paginasprodigy.com.mx/garzaortiz/pagina90610.html.
- Mayer, J.D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications for Educators*. 3-31.
- Monreal, V. (2007). *¿Qué sientes?*. Madrid: Gaviota.
- Muñoz, M.V. (2003). La escuela ante situaciones de riesgo social y maltrato. *Revista pediátrica de atención primaria*, vol.5, 19, 85-96.

O'Connor, T., Heron, J. & Glover, V. (2002). Antenatal Anxiety Predicts Child Behavioral/ Emotional Problems Independently of Postnatal Depression. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 4, 12, 1470-1477.

Pérez, L., López, E. & González, C. (2008). La detección del talento. *Faísca*. Vol. 13, 15, 124-159.

Purves, D. Augustine, G., Fitzpatrick, D., Hall, W., Lamantia, A.S., Mcnamara, J. & Williams, S. (2010). *Neurociencia*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Punset, E. (2009) Redes para la ciencia. Recuperado de

<http://www.redesparalaciencia.com/1292/redes/2009/redes40-educacion-emocional-desde-el-utero-materno>.

Real Decreto 1630/2006, de 29 de Diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*, 5, de 4 de Enero de 2007.

Sánchez, J.P. & Román. F. (2004). Amígdala, corteza prefrontal y especialización hemisférica en la experiencia y expresión emocional. *Anales de Psicología*, vol 20, 2, 223-240.

Wallon, H. (1987). *Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la Educación Infantil*. Madrid: Visor-Mec.

6.2. Bibliografía.

C.P. Eulalia Pajuelo. (2011). *Programa: Mejoramos la convivencia usando la Inteligencia Emocional*. Memoria final. Material no publicado.

C.P.Eulalia Pajuelo. (2011). *Proyecto de Formación en Centros*. Memoria final. Material no publicado.

Segura, M. & Arcas, M. (2003). *Educación de las emociones y los sentimientos: Introducción práctica al complejo mundo de los sentimientos*. Madrid: Narcea.

Universidad Internacional de la Rioja. (2012). *Tema 8: Inteligencia Emocional e Intrapersonal*. Material no publicado. Recuperado de

http://campus.unir.net/cursos/lecciones/lecc_mene08/documentos/tema8/idea_sclave.html?virtualpage=0.

Universidad Internacional de la Rioja. (2012). *Tema 9: Inteligencia Interpersonal*. Material no publicado. Recuperado de

http://campus.unir.net/cursos/lecciones/lecc_mene08/documentos/tema9/idea_sclave.html?virtualpage=0

ANEXOS

Anexo 1. Contenidos de Programas de Inteligencia Emocional.

SELF SCIENCE.

El eje fundamental de este programa son los sentimientos, tanto los propios como ajenos. De manera que se focaliza la atención en el entramado mismo de la vida emocional del niño. La estrategia consiste en convertir las tensiones y los problemas cotidianos en el tema del día

Sus contenidos coinciden con los temas de Inteligencia Emocional y las habilidades que previenen problemáticas que puedan afectar a las emociones y son los siguientes:

- Conciencia de uno mismo: Trabajada a través de la del reconocimiento de los sentimientos propios, elaboración de un vocabulario con dichos sentimientos; ser conscientes de la relación que existe entre lo que uno piensa, siente y cómo reacciona.
- Toma de decisiones personales: Examinar las acciones que se han llevado a cabo y tener en cuenta las posibles consecuencias, analizando si en la toma de decisiones han primado los pensamientos o sentimientos. Aplicar estos conocimientos y reflexiones a las situaciones que se presenten.
- Dominar los sentimientos: Comprender lo que esconde cada sentimiento negativo, tal como la ansiedad, la tristeza o la ira; las repercusiones que conlleva para uno mismo y para los demás y encontrar la forma de manejarlos.
- Manejar el estrés: A través de técnicas como la relajación o la imaginación guiada.
- Empatía: Ponerse en el lugar de los demás, comprender sus sentimientos y preocupaciones y en consecuencia la forma de reaccionar. Asumir que los demás pueden tener un punto de vista diferente al nuestro.

- Comunicación: Mostrar y comunicar los sentimientos, saber escuchar a los demás y poder dialogar con ellos.
- Aprender a valorar la apertura y la confianza en las relaciones: Ser capaces de reconocer los momentos idóneos en los que poder hablar de los sentimientos.
- Intuición: Identificar y reconocer las reacciones emocionales propias de los demás.
- Autoaceptación: Estar a gusto con uno mismo, reconocer las fortalezas y debilidades sin que ello suponga sentirse inferior al resto.
- Asertividad: Afirmar sus intereses y sentimientos sin ira ni pasividad.
- Dinámica de grupo: Saber asumir los roles dentro de un grupo, desarrollar hábitos de cooperación saber cuándo y cómo mandar y cuándo obedecer.
- Solución de conflictos: A través del diálogo y de las normas establecidas.

En el aprendizaje de Self Science no existen niveles determinados, ya que la vida constituye el verdadero examen final. Es un modelo muy eficaz debido a que soluciona los problemas, miedos y ansiedades en pequeñas dosis, pero en el momento justo y de forma regular durante muchos años, de esta manera los alumnos saben identificar, expresar y controlar sus emociones.

RED DE ESCUELAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Desde esta Red se trabaja a través de la innovación e investigación dos aspectos de capital importancia como son: la convivencia en las aulas y los resultados académicos; pretende a su vez, incorporen sus emociones como una competencia más a añadir a las ocho competencias básicas que contempla el Currículo.

En el desarrollo de la Red se contempla una fase de sensibilización, creándose en cada centro la Comisión Escolar de Inteligencia Emocional, ésta analizará el centro y su relación con las habilidades de Inteligencia Emocional. Posteriormente se elaborará un proyecto que consta de un plan de acción y el código de cortesía (actitudes y comportamientos a asumir por los miembros de la comunidad educativa).

PROGRAMA “Mejoramos la convivencia usando la Inteligencia Emocional”

La base del Programa se centra en el desarrollo de los siguientes bloques de contenidos:

- Autoestima-autoconocimiento.
- Regulación emocional.
- Motivación.
- Empatía.
- Asertividad.
- Comunicación y Programación Neurolingüística.

De los conceptos anteriormente expuestos nacen una serie de objetivos que se pretenden lograr con la aplicación del Programa:

- Fomentar la armonía en el clima escolar.
- Favorecer técnicas de resolución de conflictos.
- Promover el equilibrio emocional y aumentar la motivación.
- Aumentar la autoestima y el autoconocimiento conociéndose y valorándose.
- Generar defensas para la reacción positiva a la tensión y el estrés.
- Mejorar la empatía y ser capaz de ponerse en el lugar del otro.
- Conocer los derechos asertivos y ponerlos en práctica.
- Saber comunicarse en distintos contextos y expresar las propias ideas y escuchar las ajenas.

A continuación se exponen las actividades trabajadas en el Programa en el nivel de Educación Infantil y qué se trabaja en cada una de ellas:

Bloque 1. AUTOESTIMA:

- Ya sé hacer muchas cosas:

Se trata de hacerles ver que tienen muchos aspectos positivos dentro de cada uno que han de conocer y valorar. Recordar a los niños todas sus habilidades y sus cualidades les hace tomar conciencia de su autonomía para afrontar las dificultades que se pueden presentar. Pensar “Yo sé hacerlo” les da mucha seguridad.

- Soles y nubes: Para ayudarles a diferenciar con claridad entre pensamientos positivos y negativos. Y hacerles ver que la mejor forma de enfrentarse a la vida es ser optimistas.
- Yo brillo como una estrella: Aprender a valorarse positivamente.
- Historia de mi nombre: Ayudar al desarrollo de la identidad.
- Soy muy importante: Toma de conciencia del valor de cada uno.
- Yo soy único y especial: Descubrirse y valorarse como ser único, especial y diferente a los demás.

Bloque 2. REGULACIÓN EMOCIONAL.

- Nos relajamos: Aprender a relajarse y reducir el estrés.
- Me saco la rabia: Aprender a descargar la agresividad sin dañar a los demás.
- Sabemos escuchar: Aprender a expresarse, escuchar a los demás y expresar sus emociones.
- Ronda de caricias: Aprender a comunicar afecto a los demás.
- Yo te veo así... yo me veo así: Aprender a trabajar juntos y descubrir cosas sobre sí mismo y los demás.
- ¿De quién es esta mano?: Para aprender a observar y compartir opiniones.

Bloque 3. MOTIVACIÓN.

- Si me animan, me sale mejor: Valorar los comentarios positivos en relación a uno mismo y los demás.
- Nos reímos: Hacer que el alumno aumente su motivación mediante la sonrisa.
- Aprendemos a abrazar: Favorecer la motivación mediante demostraciones de afecto.
- Lo conseguí: Concienciar a los alumnos que son capaces de hacer muchas cosas y pueden aprender más.
- Felicitadores: Para fomentar su motivación, se trabaja durante todo el curso.
- Como payasetes: Utilizar la risa para que el alumno se sienta mejor en clase y consigo mismo.

Bloque 4. EMPATÍA.

- Adivino qué necesitas: Ser sensible a las necesidades de los demás. Aprender a diferenciar entre deseos y necesidades. Compartir.
- ¿Qué ha pasado? Vamos a solucionarlo: Valorar la importancia de identificar con claridad los problemas o conflictos y proponer soluciones.
- Mi miedo es así de grande: Ayudar a abordar los miedos infantiles.
- ¿Los mayores tienen miedo?: Ayudar a elaborar los miedos infantiles, teniendo conciencia de que tener miedos no es malo, que los adultos también tienen miedos, aunque no sean los mismos que cuando eran niños.
- Decimos adiós a los miedos: Aprender a superar los miedos infantiles.
- Adivina cómo me siento: Aprender a identificar sentimientos que se expresan con el rostro y con todo el cuerpo.

Bloque 5. ASERTIVIDAD.

- ¿A qué compañero pertenece?: Conocer a los demás compañeros de la clase a través de la observación de sus pertenencias.
- ¡Qué divertido es compartir!: Aprender a compartir y a ser responsables con el material de los demás.
- Necesitamos ayuda: Fomentar el trabajo cooperativo.
- ¿Cómo funciona?: Aprender a razonar las cosas con pequeños argumentos y a encontrar con otros niños soluciones a los problemas, valorar las aportaciones de los compañeros.
- Los disparates: Desarrollar la observación y atención. Aprender a ordenar las cosas y fomentar el trabajo en equipo.
- Construyamos un puzzle: Aprender a trabajar en grupo, desarrollar el interés por colaborar con los compañeros y valorar las aportaciones de los demás alumnos.

Bloque 6. COMUNICACIÓN-PNL.

- Dí patata: Aprender a expresar mediante gestos las emociones de alegría, tristeza y enfado.
- Las caretas: Aprender a identificar, expresar y etiquetar sentimientos.
- Perdón, lo siento: Comprender la conveniencia de pedir disculpas cuando se ha cometido un error.

- Quiero aprender a hacerlo solo: Aprender a controlar las propias conductas, a ser menos impulsivos y más reflexivos.
- Adivina qué es y qué hago: Descubrir los recursos básicos de expresión del propio cuerpo, utilizarlo con intenciones comunicativas y comprender los mensajes recibidos a través de la expresión corporal.
- Por favor, ¿me dejas?...: Enseñar a utilizar expresiones “por favor” y “gracias” y destacar la importancia de expresarse correctamente.

SEL (Social and Emotional Learning):

Sus principios coordinan todos los programas específicos que se aplican en la escuela, para prevenir problemas de conducta a través de la práctica de habilidades emocionales y sociales de niños en un ambiente positivo y estimulante, de forma que dominando sus emociones y sus relaciones, consigan ser mejores estudiantes.

Se inicia en los EEUU, va dirigido a los alumnos, y comprende cuatro áreas fundamentales del ser humano: conocerse a sí mismo, tomar decisiones responsables, ser solidario y tener eficacia social.

Según datos aportados por la organización CASEL (Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning), los resultados de su aplicación en colegios de EEUU son muy positivos, destacando entre otros:

- Aumento de la autoconciencia y autocomprensión.
- Mejor capacidad de concentración.
- Capacidad para hacer frente al estrés con mayor eficacia.
- Mayor control sobre los pensamientos.
- Mejora en la comunicación y entendimiento entre profesores y alumnos, debido a que comparten pensamientos y sentimientos.
- Aumento de valores de cooperación, empatía y solidaridad.
- Excelentes resultados en lectura, escritura y matemáticas.

Este programa llega a España en el año 2010, concretamente a la Institución Educativa SEK, a la que pertenecen los siguientes colegios:

- Madrid: SEK-Ciudalcampo, SEK-El Castillo y SEK-Santa Isabel.
- Barcelona: SEK-Catalunya.
- Pontevedra: SEK-Atlántico.
- Almería: SEK-Alborán.

El programa se inicia con la formación a profesores y padres, para que posteriormente se aplique a los alumnos para que dominando sus emociones y sus relaciones, consigan ser mejores estudiantes.

Los resultados de esta aplicación en los centros SEK son, entre otros:

- Reducción de conflictos.
- Aumento de empatía, solidaridad y colaboración.
- Implicación de toda la comunidad educativa en el desarrollo de la competencia social y emocional.
- Sensibilización de las familias en la importancia de la gestión de emociones en el aprendizaje.

Anexo 2. Cuestionarios de Inteligencias Múltiples. (Gardner)

CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA INTRAPERSONAL.

	Si	No	al
Manifiesta gran sentido de la independencia.			
Tiene un sentido realista de sus fuerzas y debilidades.			
Lo hace bien cuando se queda sólo para trabajar en alguna tarea.			
Tiene un hobby o afición del que no habla mucho con los demás.			
Tiene un buen sentido de la auto-dirección.			
Prefiere trabajar sólo a trabajar con otros.			
Expresa con precisión como se siente.			
Es capaz de aprender de sus fracasos y éxitos en la vida.			
Tiene una alta autoestima.			
Manifiesta gran fuerza de voluntad y capacidad para automotivarse.			

CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA INTERPERSONAL.

	Si	No	al
Disfruta de la convivencia con los demás.			
Parece ser un líder natural.			
Se preocupa por solucionar los pequeños problemas de los demás.			
Parece comportarse muy inteligentemente en la calle.			
Muestra interés integrarse en grupos, etc.			
Disfruta de enseñar informalmente a los otros.			
Le gusta jugar con los otros compañeros.			
Tiene dos o más amigos íntimos.			
Tiene un buen sentido de la empatía y del interés por los otros.			
Los compañeros buscan su compañía.			