

**MÁSTER EN ESTUDIOS AVANZADOS SOBRE
EL LENGUAJE, LA COMUNICACIÓN Y SUS
PATOLOGÍAS**

CURSO ACADÉMICO 2017/2018

TRABAJO DE FIN DE MÁSTER

**Revisión de programas de
Inteligencia Emocional en España y
su relación con la comunicación oral
en Educación Infantil: diseño y
aplicación de una propuesta de
intervención**

Laura Castaño Andrés

Diciembre 2018

Vº Bº y place del Tutor/a Ana Rodríguez Martínez

28 de noviembre de 2018



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN. CAMPUS
DE HUESCA. UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

Declaración de autoría

Declaro que he redactado el trabajo *Revisión de programas de Inteligencia Emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención* para la asignatura de Trabajo de Fin de Máster en el curso académico 2017/2018 de forma autónoma, con la ayuda de las fuentes y la literatura citadas en la bibliografía, y que he identificado como tales todas las partes tomadas de las fuentes y de la literatura indicada, textualmente o conforme a su sentido.

Firma

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Nouca', with a horizontal line extending to the right.

Fecha

28 de noviembre de 2018

ÍNDICE

1. ANTECEDENTES Y ESTADO ACTUAL DEL TEMA	7
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	9
2.1. Desarrollo del lenguaje	9
2.2. Inteligencia emocional	12
2.2.1. Origen del término.....	12
2.2.2. Definición de inteligencia emocional.....	13
2.2.3. De la inteligencia emocional a la educación emocional	14
2.3. Relación entre Inteligencia emocional y comunicación oral	15
3. ANÁLISIS DE PROGRAMAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESPAÑA	17
3.1. Descripción de los programas	17
3.2. Tratamiento del lenguaje oral en estos programas de IE	23
4. DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO	25
4.1. Tipo de diseño.....	25
4.2. Descripción del caso de estudio	26
4.3. Análisis de datos y limitaciones del estudio	26
4.4. Instrumentos de evaluación aplicados, procedimiento y diagnóstico posible	31
4.5. Establecimiento de los objetivos principales del programa de intervención	32
4.6. Descripción de la propuesta de intervención: descripción de las sesiones, número, duración, frecuencia	32
4.7. Justificación de la propuesta analizando su alcance y las limitaciones que se podrían encontrar en estudios previos y metaanálisis publicados	44
5. CONCLUSIÓN	45
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	47
ANEXO 1. Cuestionarios	50
ANEXO 2. Fotos de las sesiones	54

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

ANEXO 3. Evaluación de las sesiones.....	61
ANEXO 4. Evaluación de la puesta en práctica de la propuesta de intervención en el aula.....	65

Resumen

Este trabajo tiene como finalidad revisar diferentes programas sobre Inteligencia Emocional (IE) que se llevan a cabo en España, su relación con la comunicación oral, e implementar una propuesta de intervención que combine ambos aspectos en los niños de Educación Infantil.

Tras enmarcar teóricamente el desarrollo del lenguaje y la IE se refleja la relación que existe entre ellos. Así se procede a la revisión y análisis de los cinco programas seleccionados: Programa “Aulas Felices” (Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador, 2012), el Programa “Cultivando emociones” (Caruana y Tercero, 2011), el Programa “Escuela. Espacio de paz” (CEIP Poetas andaluces, s.f.), el Programa “Inteligencia Emocional” (Agirrezabala, 2008) y el Programa “TREVA” (López, 2009).

Tomando como base estos programas de Inteligencia Emocional se realiza la propuesta de intervención en un aula de Educación Infantil. Se trata de un diseño de pluralidad metodológica: cuantitativa y cualitativa, y enmarcado en el paradigma interpretativo. Su implementación se lleva a cabo en un aula de 24 niños de 5 años cuyos resultados, tras su puesta en práctica, muestran la adquisición de habilidades emocionales, como la autorregulación y las habilidades sociales, y un avance en la expresión oral de los niños.

Por último, se exponen las conclusiones extraídas, que confirman que la Inteligencia Emocional influye en el desarrollo del lenguaje oral de los niños de Educación Infantil.

Palabras clave: Inteligencia emocional, programa, comunicación oral, lenguaje verbal, educación infantil, propuesta de intervención.

Abstract

The purpose of this paper is to revise different programs about Emotional Intelligence (EI) that are accomplished in Spain, their relationship with oral communication, and to implement an intervention proposal that combines both aspects in Preschool children.

After the theoretical frame about language development and EI, the relationship between both of them is emphasized. In this way it is introduced the revision and analysis of the five selected programs: the Program “Aulas Felices” (Arguís, Bolsas, Hernández y Salvador, 2012), the Program “Cultivando emociones” (Caruana y Tercero, 2011), the Program “Escuela. Espacio de paz” (CEIP Poetas andaluces, s.f.), the Program “Inteligencia Emocional” (Agirrezabala, 2008) and the Program “TREVA” (López, 2009).

Based on those Emotional Intelligence programs, it has been designed the intervention proposal for a Preschool Education classroom. It consists of a design of methodological pluralism: quantitative and qualitative, framed in the interpretative paradigm. Its implementation is carried out in a classroom of 24 5-year-old children, whose results, after it has been put into practice, show the acquisition of emotional skills, such as autoregulation and social skills, as well as an advance in the children’s oral expression.

Finally, the resulting conclusions are presented, which confirm that Emotional Intelligence influences the oral language development of children in Preschool Education.

Key words: Emotional intelligence, programme, oral communication, verbal language, preschool education, intervention proposal.

1. ANTECEDENTES Y ESTADO ACTUAL DEL TEMA

La educación del siglo XX se centraba en la idea de que sólo existía un tipo de inteligencia: la inteligencia académica. Sin embargo, esta inteligencia demostraba el éxito académico de las personas pero no te preparaba para la vida y poder hacer frente a las dificultades u obstáculos que te encontraras a lo largo de los años. Es por este motivo, que en 1983 Gardner propuso en su Teoría de las Inteligencias Múltiples que existen al menos ocho tipos diferentes de inteligencia, entre las que encontramos dos inteligencias que Gardner también denomina “inteligencias personales”, en las cuales se apoyará el término Inteligencia Emocional.

A partir de esta teoría, en 1990 se escribió de la mano de Salovey y Mayer un artículo titulado Inteligencia Emocional donde apareció por primera vez este concepto desarrollado. Posteriormente, se publicó en 1995 el best seller Inteligencia Emocional elaborado por Daniel Goleman con el que se difundió el concepto por todo el mundo.

Surgieron otros autores que apostaban por este tipo de inteligencia, como Seligman (1999) que propuso el término de Psicología Positiva, según el cual se tienen que desarrollar y potenciar las emociones positivas, las 24 fortalezas personales y la felicidad en la escuela y la vida diaria.

La sociedad española del siglo XXI vive en un proceso de cambio continuo, y ha descubierto que la inteligencia académica no es lo más importante para desarrollar la felicidad en la vida, sino que los niños desean ser felices, sentirse seguros y amados. Por ello, esta sociedad quiere que la educación gire en torno a las emociones y los sentimientos, y a crear una convivencia sana y de respeto, entre otros aspectos. Este interés va en aumento y cada vez es más notable la concienciación social sobre este tema.

Y es que, como dijo Aristóteles “Educar la mente sin educar el corazón, no es educar en absoluto”.

Este interés que está emergiendo en España, también ha surgido en diferentes países del mundo. Por ello, se realizó un informe de la mano de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI a la UNESCO, a partir del cual se crearon los Pilares de la educación (Delors, 1996) que reflejan la importancia de adquirir las siguientes habilidades: aprender a conocer (aprender a comprender y descubrir el mundo que le rodea para poder vivir con dignidad y comunicarse con los

demás), aprender a hacer (aprender a relacionarse con los demás mediante relaciones estables y sanas), aprender a vivir juntos (aprender a resolver conflictos y luchar contra los prejuicios, desarrollando la empatía y la amistad) y aprender a ser (desarrollarse de manera global generando libertad de pensamiento, de juicio y de sentimientos para que consigan alcanzar sus metas). Según este informe, todo puede ser ocasión de aprendizaje lo cual favorecerá la expresión en un lenguaje adecuado para el diálogo y la comprensión.

A nivel mundial también se posicionó la OMS a favor de este tipo de educación, ya que en 1993 lanzó una iniciativa internacional que consistía en incluir en la enseñanza diez destrezas relevantes para afrontar las exigencias y desafíos de la vida diaria. Se trata de unas competencias que pretenden mejorar la capacidad para vivir una vida feliz y sana, la construcción de una sociedad enfocada a la justicia, solidaridad y equidad, e intervenir en la salud y bienestar de las personas. Entre estas 10 Habilidades para la vida encontramos algunas como el autoconocimiento, la empatía, la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales, la toma de decisiones, el manejo de problemas y conflictos, el pensamiento creativo, el pensamiento crítico, el manejo de emociones y sentimientos y, el manejo de tensiones y estrés.

Con estas nuevas líneas de enfocar la educación, no sólo hacia lo académico sino también hacia la felicidad y bienestar de las personas, en España quieren reflejar esta importancia a través de su legislación educativa. Si bien es cierto que la terminología Inteligencia Emocional no aparece en ninguna de las leyes educativas de esta etapa, sí que se hace mención a algunos de sus contenidos.

Así pues, desde la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE) se señala que los principios de la educación son la transmisión y puesta en práctica de valores para favorecer, entre otros, la responsabilidad, la solidaridad, la tolerancia, la igualdad, el respeto y la justicia; y, que la educación debe ser la herramienta para prevenir conflictos y fomentar la resolución pacífica de conflictos. Tomando como referencia estos postulados, en Aragón se elaboró el currículo de educación infantil mediante la Orden de 28 de marzo de 2008, por la que se aprueba el currículo de la Educación Infantil y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón. En dicha orden encontramos en su *artículo 3. Fines de la educación*, que la finalidad de esta etapa es la de contribuir al desarrollo emocional y afectivo, físico, de la comunicación y del lenguaje, social e intelectual de los niños, es decir, en la actualidad se otorga especial importancia al desarrollo integral de la persona.

La escuela del siglo XXI ha aceptado esta importante misión, por lo que ya no sólo se centran en lo académico sino también en lo emocional, es decir, en educar tanto la cabeza como el corazón.

Teniendo en cuenta la actualidad que tiene este tema en la sociedad española, se plantea este Trabajo de Fin de Máster con la intención de alcanzar los siguientes objetivos:

- Revisar diferentes programas relacionados con la Inteligencia Emocional, llevados a cabo en centros educativos de España, y analizar su relación con la comunicación oral de los niños de Educación Infantil a través de ellos.
- Elaborar e implementar una propuesta de intervención que combine tanto la Inteligencia Emocional como el lenguaje verbal de los niños de Educación Infantil, tomando como referencia los programas analizados.
- Comprobar si la Inteligencia Emocional ha favorecido el desarrollo de la comunicación oral en los niños de Educación Infantil.

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1. Desarrollo del lenguaje

Se dice que el primer gran logro cultural de los niños es el aprendizaje del lenguaje, aprender a hablar. El lenguaje verbal se convierte en el instrumento más idóneo para la comunicación ya que sirve para expresarse y comunicarse con otros, haciendo posible una interacción e integración en un entorno sociocultural. Esto es posible porque posibilita la transmisión cultural, organiza y controla el pensamiento y ayuda a constituir la identidad personal del individuo.

Son muchos autores los que han desarrollado sus teorías acerca de los mecanismos que utilizan los niños para poder dominar el lenguaje y poder utilizarlo como medio de comunicación e integración en la sociedad. Las más destacadas son las siguientes: teoría conductista defendida por Skinner (1981), teoría innatista expuesta por Chomsky (1977), teoría genética representada por Piaget (1984) y la teoría sociocultural explicada por Vigotsky (1978).

❖ Teoría conductista

Esta teoría, defendida por Skinner (1981), explica que la adquisición del lenguaje se realiza a través de la imitación y del condicionamiento operante. De acuerdo con esta premisa, Hernández Pina (1984) señala que “todo comportamiento verbal primario requiere la interacción de dos personas, un hablante y un oyente”. Cuando un bebé emite una respuesta verbal el adulto responde con un refuerzo o castigo, y de esta actitud del oyente dependerá que el niño vuelva a emitir una respuesta en el futuro.

❖ Teoría innatista

El principal autor de esta teoría es Chomsky (1977), que afirma que el aprendizaje del lenguaje es un proceso genéticamente determinado, y que tan pronto como los niños adquieren un vocabulario suficiente son capaces de combinar palabras creando oraciones y comprendiendo el significado de los demás mensajes que oyen.

❖ Teoría cognitiva

Piaget (1984) defiende que se necesita la inteligencia para el desarrollo del lenguaje. Siguiendo este postulado, cree que existen cambios cualitativos en las personas que se dan en las transformaciones mentales desde el nacimiento. Por ello establece cuatro etapas de desarrollo cognitivo en las cuales se pueden observar la evolución del lenguaje en el niño: etapa sensoriomotriz (0-24 meses), etapa preoperatoria (2-7 años), etapa de operaciones concretas (7-12 años) y etapa de operaciones abstractas (más de 12 años).

❖ Teoría sociocultural

Vygotsky (1978), uno de los mayores representantes del enfoque social, destacó el valor de la cultura y el contexto social como medio para el proceso de aprendizaje. Defiende que el habla egocéntrica, propia de los niños entre 3 y 7 años, es un modo de hablar originado en el habla social. Gracias a la interacción de los niños con su entorno, el desarrollo del lenguaje se ve favorecido permitiendo así un mejor aprendizaje de la lengua.

Este elemento básico para la comunicación oral nos permite expresar ideas y deseos a los demás. Pero la adquisición del lenguaje no es un proceso sencillo puesto que intervienen una serie de factores, que según Monfort y Juárez (1992) son: los factores individuales entre los que diferenciamos los factores biológicos entendiendo como tal la maduración del sistema nervioso y de las estructuras responsables del habla y del oído. El bebé al nacer presenta ya todo el equipo necesario para la

recepción del lenguaje, pero necesitará cierta madurez neurológica, fisiológica y perceptiva para poder desarrollarlo. Además, también deberán evolucionar los órganos auditivos y fonoarticulatorios. Para poder hablar y expresarnos también es necesario que intervengan unos *factores cognitivos* o *psicológicos*. Además, el lenguaje se desarrolla en interacción con las personas, por lo que también influirán los factores del entorno. En este sentido, el entorno familiar, el afecto y la estimulación que reciba en este y los agentes educativos más próximos que tenga van a ser fundamentales para desarrollar una adecuada competencia en comunicación lingüística.

Pero, ¿cómo evoluciona la expresión oral en los niños? Se trata de otro aspecto relevante en la adquisición del lenguaje en esta etapa, donde se observan grandes avances que van desde el nacimiento hasta los siete años. Una vez adquirida esta capacidad, los niños podrán transmitir ideas, sentimientos, conceptos...

Siguiendo a Luceño (1988), en el desarrollo del lenguaje podemos distinguir dos etapas esenciales: la etapa prelingüística y la etapa lingüística.

❖ Etapa prelingüística

Durante ésta el niño aún no hace uso de los recursos convencionales de la lengua. La manera que tiene el niño a estas edades para expresarse es a través del balbuceo prelingüístico, que es evolutivo y universal, es decir, todos los niños del mundo producen los mismos sonidos. Así, podemos encontrar las: vocalizaciones reflejas (0-6 semanas), el gorjeo (6 semanas - 3 meses) y el juego vocal (3-6 meses). En las primeras etapas del desarrollo el balbuceo tiene una importancia muy grande, pues si desde pequeño escucha palabras y trata de repetirlas, después le será más fácil unir sonidos con letras, reconocer rimas, distinguir fonemas y componer palabras, lo que facilitará su aprendizaje del lenguaje.

❖ Etapa lingüística.

Esta etapa comienza a partir de las primeras palabras que expresa el niño, que suelen producirse al final del primer año de vida, y que frecuentemente se trata del apelativo familiar de los padres: "mamá" y/o "papá". Posteriormente, el niño entra en el momento de la holofrase utilizando una sola palabra para expresar el contenido de una frase. Alrededor de los 18 meses, empieza la etapa de la aparición del "no" el cual puede interpretarse como su afirmación como persona.

Pero no será hasta los dos años, aproximadamente, cuando el niño emita las primeras frases compuestas con dos palabras. El hecho de que el niño combine dos palabras

en una única emisión, indica no sólo que avanza en su desarrollo gramatical, sino también que es capaz de codificar mayor cantidad de intención comunicativa en una sola emisión. Además, durante este período el niño utilizará mucho la palabra "mío", hablará en tercera persona y empezará a distinguir en número y género. Así será como el niño comenzará con la ecolalia, se llama así a la imitación de frases completas o fragmentos de frase; por lo general, el fragmento final de la frase que el niño acaba de escuchar.

Transcurridos los dos primeros años de vida, donde aparecen todas estas fases evolutivas en la expresión del niño, llega otra serie de avances como son el enriquecimiento del vocabulario; la adquisición progresiva de la sintaxis gracias al paso de la emisión de dos palabras a emisiones de tres o cuatro palabras; la aparición del "yo" hacia los tres años, hito que señala una etapa esencial en la construcción de su sentido de la identidad. Pese a estos avances en la expresión, el niño a los tres años todavía no ha terminado su adquisición del lenguaje. A partir de los cuatro años utiliza correctamente las diferentes formas verbales, emplea frases cada vez más complejas y comienza la narración. Cuando el niño se encuentra en la edad de cinco años se perfecciona enormemente la construcción gramatical. Y será a los seis años cuando la narración será clara y comprensible, consiguiendo realizar a nivel sintáctico la concordancia entre sujeto y verbo adecuadamente.

2.2. Inteligencia emocional

2.2.1. Origen del término

Si nos remontamos al siglo XIX podremos encontrar las primeras investigaciones relacionadas con la inteligencia. El autor que logra mayor renombre en el término de inteligencia es Alfred Binet que a principios del siglo XX desarrolla el "Test de inteligencia", revisado y presentado en 1916 por Terman. Con esta prueba se podría medir la inteligencia de las personas a través de problemas de diferente dificultad relacionados con la aritmética, la memoria y la lingüística. Esta inteligencia se mediría con el cociente intelectual (CI) que permite su medida exacta y objetiva. Sin embargo, este índice no muestra el grado de preparación para afrontar las dificultades que presenta la vida.

Es por ello, que Gardner (1987) elaboró su teoría de las Inteligencias Múltiples, según la cual la inteligencia abarca muchos más aspectos. En esta teoría propuso siete tipos de inteligencia: lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, cinético-corporal, interpersonal e intrapersonal. Posteriormente, añadió la inteligencia naturalista. A

través de esta teoría se considera que una persona destaca en uno o varios tipos de las diferentes inteligencias planteadas por Gardner.

Esta propuesta vino a cuestionar que los aspectos intelectuales y académicos que hasta finales del siglo XX habían protagonizado la educación en España, fueran los únicos para la construcción de la educación de los niños, pasando a prestar atención también a los aspectos sociales y emocionales.

Gracias a Gardner y su definición de las inteligencias interpersonal e intrapersonal, se abre paso al concepto de inteligencia emocional.

2.2.2. Definición de inteligencia emocional

Los primeros que acuñaron este término fueron los psicólogos Mayer y Salovey que, en 1990, escribieron el artículo *Inteligencia Emocional*. Pero no se popularizó hasta 1995, cuando Goleman publicó su libro con el mismo nombre y se convirtió en *best seller*.

Mayer y Salovey definen este concepto a través de cuatro habilidades básicas interrelacionadas, así pues:

“la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional; y la habilidad para *regular las emociones* promoviendo un crecimiento emocional e intelectual”. (Mayer y Salovey, 1997: 5)

Goleman defiende la superioridad de la inteligencia emocional sobre la inteligencia académica a través de un principio, según el cual toda producción humana existe gracias a la continua interacción con otros seres humanos, por lo que debemos prestar atención en las relaciones interpersonales puesto que, por naturaleza, somos seres sociales. Para ello necesitamos unas habilidades que nos ayuden a explicar, comprender, aceptar y tolerar las emociones para poder convivir con ellas y con los demás y vivir en una sociedad de paz. Así pues, Goleman (1996) define el concepto de Inteligencia Emocional como “el conjunto de habilidades entre las que destacan el autocontrol, el entusiasmo, la perseverancia y la capacidad para motivarse a uno mismo”.

En su teoría sobre este término considera que hay cinco aptitudes emocionales que se pueden dividir en dos grupos: aptitudes personales (autoconocimiento, autorregulación y autocontrol o motivación) y aptitudes sociales (empatía y habilidades sociales).

- El autoconocimiento es la habilidad para dar nombre a las emociones, conocer las nuestras y sus posibles efectos.
- Mediante la autorregulación se es capaz de gestionar las emociones y reflexionar sobre ellas.
- El autocontrol o motivación nos ayuda a facilitar el logro de nuestras metas desarrollando el afán de triunfo, el compromiso, la iniciativa y el optimismo.
- La empatía es la habilidad que permite reconocer las emociones de los demás y comprenderlas, así como potenciar la habilidad de saber escuchar, aspectos muy importantes para las relaciones interpersonales.
- Las habilidades sociales son necesarias para establecer relaciones sanas con las demás personas e interactuar con ellos de forma eficiente.

Si tenemos en cuenta las teorías sobre inteligencia emocional planteadas anteriormente, la categorización conceptual más aceptada sobre este término recoge que existen dos modelos. Por un lado, el modelo de habilidades basado en las afirmaciones de Mayer y Salovey, en el que las emociones tienen un uso adaptativo al entorno más próximo y nos ayudan a resolver problemas. Por otro lado está el modelo mixto, apoyado por las ideas de Goleman, que entiende la IE como un conjunto de rasgos de la personalidad, competencias socio-emocionales, aspectos motivacionales y diferentes habilidades cognitivas. Este último modelo es el más extendido en nuestro país. Y es que Goleman defiende que la educación debería incluir en sus proyectos educativos el aprendizaje de estas habilidades emocionales.

2.2.3. De la inteligencia emocional a la educación emocional

La escuela, como agente socializador para los niños, es un lugar idóneo para trabajar la inteligencia emocional, aumentar el bienestar del niño y conseguir su desarrollo integral acorde con los fines de la legislación educativa de España. Es en este contexto donde se les ofrece a los niños estrategias para que desarrollen competencias emocionales.

¿Cómo se puede llevar a cabo en las escuelas? A través de la educación emocional, que se define como:

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

“un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de las personas, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2005: 96).

Se trata de un proceso continuo, de prevención primaria, ya que cuando se conoce el mundo emocional y se aprende a utilizarlo de manera adecuada, la educación emocional se convierte en una herramienta útil para toda la vida.

Bisquerra establece cinco competencias necesarias para poder desarrollar la educación emocional:

- Conciencia emocional: ser conscientes de las emociones de uno mismo y de los demás.
- Regulación emocional: ayuda a gestionar las emociones de una manera adecuada.
- Autonomía emocional: ayuda a desarrollar la autoestima, el optimismo, la responsabilidad y el juicio crítico, entre otros.
- Habilidades socioemocionales: fomenta la capacidad para tener unas relaciones interpersonales sanas así como el uso de una comunicación asertiva, del respeto, de actitudes pro-sociales, etc.
- Habilidades para la vida y el bienestar: que permite encontrar soluciones a problemas personales, familiares, profesionales y sociales, favoreciendo así el bienestar personal y social.

Todas estas competencias y habilidades son necesarias para nuestro correcto desarrollo, desde la infancia hasta la edad adulta, contribuyendo al bienestar psicológico y físico, al entusiasmo, a la motivación y a un buen desarrollo de las relaciones personales (Ibarrola, 2009).

2.3. Relación entre Inteligencia emocional y comunicación oral

Según la Real Academia Española (RAE) el lenguaje se trata de un “conjunto de sonidos articulados con el que el hombre manifiesta lo que piensa o siente”.

El lenguaje oral es la manera que tenemos los seres humanos de relacionarnos, de expresar nuestras ideas, sentimientos, emociones y deseos, y de representar la realidad que nos rodea. Además, también es una herramienta que nos ayuda a

desarrollar habilidades comunicativas y de aprendizaje que, a su vez, fortalecerán otras destrezas. Si se lleva a cabo con los alumnos una estimulación del lenguaje oral estaremos favoreciendo que sus experiencias lingüísticas y de aprendizaje se enriquezcan, lo cual ayudará a adquirir nuevos conocimientos y ampliar su vocabulario a través de un aprendizaje significativo. Todo ello se podrá llevar a cabo creando situaciones que favorezcan las conversaciones en el aula lo cual ayudará a mejorar la convivencia y las relaciones interpersonales de los niños.

La Inteligencia Emocional nos ayuda a controlar las emociones, a expresarlas, a conocerlas y a vivirlas mejor. Por ello, es fundamental tratarla desde la educación infantil para crear adultos felices.

La escuela es un lugar en el que se fomenta la socialización de los niños, por ello es importante llevar a cabo técnicas, estrategias y actividades enfocadas a que los alumnos sean capaces de utilizar el lenguaje para comunicarse con los demás de manera positiva y poniendo en práctica habilidades de la Inteligencia Emocional. Una manera de que los niños lleven a otros contextos lo trabajado en el aula es que aprendan a poner nombre a las emociones, a reconocer las propias emociones y gestionarlas de manera adecuada, a pedir ayuda si la necesitan y a desarrollar la capacidad de la empatía. Para ello, siguiendo a Jiménez y Rodríguez (2018), es fundamental que los niños digan y/o expliquen cómo se sienten, que se expresen con libertad, que les preguntemos si podemos ayudarles y nos digan cómo hacerlo.

Para poder llevar a cabo todo ello, se pueden realizar actividades de comprensión-expresión oral relacionadas con las emociones que se estén trabajando en cada momento, realizar representaciones de historias o situaciones, utilizar la comunicación oral como medio para expresar los sentimientos, pensamientos y emociones.

La conversación con los niños es una actividad globalizadora ya que a través de ella pueden observar que existen diferentes puntos de vista adquiriendo la capacidad de la empatía, también ayuda a una correcta construcción del lenguaje puesto que al explicar una idea el niño ha pensado en una estructura, la ha madurado y la ha expresado. Además, los niños aprenden a escuchar y esperar el turno de palabra, momento en el cual deben de comunicarse con los demás con un tono de voz adecuado, pronunciando bien y aplicando el vocabulario preciso.

Por ello, si adquirimos habilidades emocionales a través de actividades amenas para estas edades y a través de juegos, los niños aprenderán a usarlas y a utilizar el

lenguaje oral como vehículo para expresar todos sus sentimientos, emociones y pensamientos pudiendo observar así su capacidad para crear conceptos e ideas emocionales.

3. ANÁLISIS DE PROGRAMAS DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESPAÑA

Tal es la importancia que está teniendo la Inteligencia Emocional desde los centros educativos, que en muchos colegios de España se están llevando a cabo diversos programas de Inteligencia Emocional, desde la Educación Infantil hasta la Educación Secundaria Obligatoria.

En los centros educativos de España suelen tratar los diferentes programas de Inteligencia Emocional a través de la educación en valores o de las habilidades para la vida, con el objetivo de que sean personas emocionalmente inteligentes y estén preparados para superar las dificultades que les ponga la vida.

3.1. Descripción de los programas

En este punto voy a analizar algunos de estos programas para conocer cuáles son sus objetivos, contenidos o habilidades trabajadas y su fundamentación. Estos programas serán: Aulas Felices, Cultivando emociones, Escuela espacio de paz, Inteligencia Emocional y TREVA.

AULAS FELICES (Arquís, Bolsas, Hernández y Salvador, 2012)

El Programa “Aulas Felices” nace debido a la necesidad de transmitir a los docentes una nueva corriente psicológica: la Psicología Positiva, con el fin de llevar a cabo una educación integral de los alumnos en relación al desarrollo personal y social, lo cual potenciará su bienestar. Para ello, han tenido en cuenta el sistema educativo español tratando con mayor énfasis tres de las Competencias Básicas del Currículum (Autonomía e iniciativa personal, Competencia Social y Ciudadana, y Competencia para aprender a aprender), que estarán relacionadas con el trabajo llevado a cabo en la Acción Tutorial y la Educación en valores. Todo ello estará basado en dos núcleos centrales como son: la atención plena, que les aportará calma y una forma de vida consciente disfrutando así más de la vida; y las 24 fortalezas personales (Peterson y Seligman, 2004), que les ayudarán a alcanzar la felicidad dependiendo de ellos

mismos y no de otros aspectos exteriores, y que están agrupadas en seis virtudes que son: sabiduría y conocimiento, coraje, humanidad, justicia, moderación y transcendencia. La aplicación de ambos conceptos facilitará que se potencie el desarrollo personal y social del alumnado y se promueva la felicidad tanto de los alumnos como de los profesores y las familias.

Se trata de un programa muy amplio destinado al alumnado de Educación Infantil, Primaria y Secundaria, cuyas sesiones están planteadas para ser llevadas a cabo durante más de un curso escolar.

Al empezar cada uno de los bloques centrales se exponen una breve introducción teórica, unas propuestas globales y, después, proponen una serie de actividades específicas que mantienen una misma estructura: título, nivel, objetivos, desarrollo, recursos, tiempo y observaciones. En total consta de 321 actividades para el aula. Al finalizar estos dos componentes principales, también se recogen unos planes personalizados para trabajar de manera más individualizada con los alumnos, aunque están pensados para los niños de 3º ciclo de Educación Primaria y Secundaria. Acaba tratando en otro apartado el trabajo conjunto entre familias y centros educativos.

Para poder llevar a cabo este programa proponen que la línea de trabajo puede centrarse en cuatro niveles de intervención: el aula, los equipos didácticos o departamentos, el centro educativo y la Comunidad educativa. Estos niveles tratarán el programa desde un enfoque global y lo aplicarán de manera flexible en las aulas tomando como punto de partida las actividades propuestas pero pudiendo realizar cualquier adaptación o modificación de ellas, así como crear otras nuevas.

CULTIVANDO EMOCIONES (Caruana y Tercero, 2011)

Cultivando emociones nace con una doble finalidad, por un lado favorecer el desarrollo adecuado de la personalidad y del conocimiento social para conseguir el máximo bienestar social del alumnado; y por otra parte, prevenir la aparición de problemas o disfunciones en este desarrollo que podrían desembocar en conductas desadaptadas o violentas.

Para ello, han planteado una serie de objetivos específicos como son: adquirir una adecuada conciencia de las emociones propias y ajenas; favorecer el desarrollo de estrategias para la regulación emocional; desarrollar un conocimiento ajustado de uno mismo y una autoestima positiva; enseñar habilidades sociales para cooperar y trabajar en equipo; adquirir habilidades para comunicarse de manera asertiva; aprender a ponerse en el lugar del otro desarrollando la empatía; proporcionar

estrategias para resolver conflictos de manera constructiva y “no-violenta”; e identificar e interpretar el lenguaje no verbal.

En la elaboración de la estructura del programa se han tenido en cuenta dos aspectos, por un lado los postulados sobre Inteligencia Emocional y, por otro lado, dos de las competencias básicas que son la Competencia social y ciudadana y la Competencia de autonomía e iniciativa personal. Por ello, han establecido seis bloques temáticos que comienzan con una breve introducción teórica, los objetivos que pretenden alcanzar con cada uno de ellos y las actividades pensadas. Estos bloques cuentan con 11 actividades relacionadas con el autoconocimiento emocional; 11 actividades dirigidas a desarrollar la autoestima; otras 10 actividades para fomentar el autocontrol emocional; 10 actividades para trabajar la empatía; 10 actividades destinadas a alcanzar habilidades sociales y de comunicación; y, por último, 10 actividades para aprender a realizar una buena resolución de conflictos. Todas ellas están divididas en diferentes apartados que facilitarán su puesta en práctica en el aula, puesto que indican el nivel de aplicación recomendado, la edad, los objetivos, las competencias emocionales que desarrolla, la descripción de la actividad, las orientaciones, las variaciones de la actividad, los materiales, la duración y la bibliografía (en algunas incluyen los anexos necesarios para realizarlas correctamente).

Estas 62 actividades están dirigidas a los alumnos de tres a ocho años de edad con una duración variable de unas a otras. Por lo que se seguirá un enfoque constructivista para que sus aprendizajes sean significativos y funcionales, llevando a cabo una metodología basada en el juego y las dramatizaciones. Este método situará a los alumnos en contextos adecuados para el aprendizaje de dichos contenidos, favoreciendo la comunicación entre ellos y pudiendo modelar sus habilidades y comportamientos. Para que estas actividades no parezcan simples juegos y sean conscientes de su importancia, al finalizar cada sesión se realizará una pequeña reflexión para comprender el qué hace, por qué lo hace y qué está aprendiendo.

ESCUELA. ESPACIO DE PAZ (CEIP. Poetas Andaluces, s.f.)

Este programa es elaborado por un centro público de Infantil y Primaria de un pueblo de Sevilla, por lo que está destinado a alumnos de estas dos etapas educativas. Se decidió llevarlo a cabo en el momento de la asamblea en todas las edades, pudiendo tener una duración variable dependiendo de las necesidades de cada grupo. Como objetivos se han propuesto aprender a conocer y expresar emociones; interiorizar los conceptos trabajados; mejorar el nivel de amistad y solidaridad en grupo; desarrollar

habilidades para el diálogo; reconocer los conflictos como situaciones propias de las relaciones personales; aprender a buscar soluciones constructivas e imaginativas satisfactorias que ayuden a superar los conflictos cuando requieran intervención; asumir la responsabilidad que les corresponda en la organización del aula y valorar la importancia de cumplir adecuadamente las tareas asignadas; y, aprender a participar democráticamente, respetando los turnos de palabra y cumpliendo los acuerdos establecidos. Estos objetivos se plantean debido a que “Escuela. Espacio de paz” se basa en la idea de que la infancia y la adolescencia son dos etapas críticas en las que es necesario que se instauren unos hábitos emocionales que les acompañarán en su vida futura. Esto favorecerá su capacidad de aprendizaje. Por ello, desde este programa se abordan principalmente tres de las Competencias Básicas del Currículo: competencia en Comunicación lingüística, competencia Social y ciudadana y Autonomía e iniciativa personal.

Todo ello se trabajará a lo largo de todo el curso, dividiendo distintos conceptos de la Inteligencia Emocional en los tres trimestres. Así su estructura sería la siguiente: en el primer trimestre se centrarán en la conciencia emocional, la regulación emocional, la autoestima y el conocimiento de los miembros del grupo; en el segundo trimestre pondrán más énfasis en la asertividad, el autoconocimiento y la confianza; y acabarán el curso tratando la distensión, la empatía y la escucha activa. Además, durante todo el curso se abordarán otros aspectos como las dinámicas emocionales, habilidades sociales y de la vida, toma de decisiones, los conflictos en el aula, las normas de convivencia, el control colectivo del cumplimiento de las normas, la distribución de las responsabilidades y los derechos y deberes del alumnado y del profesorado.

En dicho programa exponen una serie de estrategias para realizar en diferentes sesiones relacionadas con los contenidos expuestos anteriormente. Así pues, algunas de las actividades que se llevarían a cabo serían: *el baúl de las tonterías* (favorecer el bienestar), *pensamos en positivo* (fomentar el autoconcepto positivo), *cómo nos sentimos* (empatía y asertividad), *las preguntas mágicas y somos responsables* (autorregulación), *nos relajamos* (relajación). Tras estas actividades, se plantea también una evaluación del programa de manera inicial, continua y final.

INTELIGENCIA EMOCIONAL. 5 AÑOS (Agirrezabala, 2008)

Para promover la Inteligencia Emocional en la comunidad educativa de su provincia, realizan este programa práctico, orientativo y transversal con el fin de que desde los tres años comiencen a adquirir habilidades emocionales con las que harán frente a

situaciones difíciles dentro del entorno educativo y podrán extrapolarlo a los contextos familiar y social, y poder acabar su formación académica con un mayor bienestar personal, siendo personas responsables, comprometidas y colaboradoras, y aumentando sus logros profesionales.

En la elaboración del programa proponen unos objetivos que distinguen entre generales y específicos. Para los objetivos generales se basan en los propuestos por Bisquerra (2000), entre los que se encuentran los siguientes: promover el desarrollo integral de los alumnos; adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones del resto; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida; mejorar las relaciones interpersonales; y, desarrollar habilidades de vida para el bienestar personas y social. Con base en éstos, han establecido los siguientes objetivos específicos: desarrollar la capacidad para prevenir y controlar el estrés, la ansiedad y los estados depresivos; tomar conciencia de los factores que inducen al bienestar subjetivo; desarrollar el sentido del humor; desarrollar la capacidad para diferir recompensas inmediatas en favor de otras recompensas mayores pero que se obtienen más a largo plazo; y, desarrollar la resistencia a la frustración.

Para poder alcanzar todos o algunos de los objetivos propuestos, las actividades de este programa están divididas en cinco bloques temáticos, que a su vez se dividen en dos competencias emocionales: competencia intrapersonal (conciencia emocional, regulación emocional y autonomía emocional) y competencia interpersonal (habilidades socioemocionales y habilidades de vida y bienestar). Aunque están separadas en estos bloques plantean una visión globalizada de todos ellos, debido a su relación entre sí. Todas las actividades están presentadas siguiendo una misma estructura, es decir: nombre, objetivos, procedimiento, recursos, plazos y orientaciones.

Este programa parte del constructivismo por lo que su metodología será globalizada y activa favoreciendo un aprendizaje emocional significativo que podrán ponerlo en práctica en cualquier contexto de su vida. Será el tutor del aula el que, con un papel de mediador, realizará las actividades en cualquier momento siempre y cuando la duración de éstas sea corta (entre 15-20 minutos). Los espacios más idóneos para la realización de estas actividades serán el aula, el patio o la sala de psicomotricidad. Las actividades acabarán con una reflexión grupal de lo vivido para interiorizarlo mejor.

Para ello será útil emplear imágenes, cuentos o recursos de la vida cotidiana utilizando un lenguaje sencillo y breve. Además, proponen que todo el trabajo realizado en el aula tenga su continuidad en el contexto familiar, por lo que la coordinación con las familias será un punto relevante en su línea de trabajo. Esta colaboración se verá reflejada en algunas de las actividades propuestas en este programa.

TREVA (López González, 2009)

El programa TREVA (Técnicas de Relajación Vivencial Aplicada al Aula) es una propuesta de intervención pedagógica basada en la relajación y la meditación con la finalidad de dar respuesta a la necesidad de calma existente en los centros y disminuir la falta de atención y concentración en los alumnos para mejorar su aprendizaje. Para su elaboración se guiaron por tres marcos teóricos: se encuadra en el marco pedagógico teniendo en cuenta el Informe Delors de la Educación, la legislación educativa vigente y los Programas de Innovación educativa; también tomaron como referencia en el marco psicológico la importancia del neuroaprendizaje y la psicología experiencial; y, por último, tuvieron en cuenta el marco psicopedagógico siguiendo la teoría de las Inteligencias Múltiples y la Educación emocional.

En este programa se plantearon tres objetivos principales que, a su vez, se desglosarían en algunos objetivos específicos. Su primer objetivo es mejorar el rendimiento académico de los alumnos con la intención de mejorar la atención y la concentración, de mejorar el clima del aula y de integrar la experiencia del alumno en su aprendizaje. El segundo objetivo propuesto se trata de educar para la salud, para lo que pretenden disminuir el estrés escolar tanto del alumnado como del profesorado y desarrollar mecanismos de vida saludable a través de la atención del propio cuerpo. Y, como tercer objetivo primordial quieren desarrollar la inteligencia emocional con el propósito de mejorar la convivencia y educar para la paz, aprender a escuchar y reconocer las propias emociones para autocontrolarse, y profundizar en el autoconocimiento y la relación con uno mismo.

TREVA está compuesto por doce técnicas de relajación vivencial que suelen aplicarse agrupadas dependiendo del objetivo propuesto: concentración, relajación o energización. Estas técnicas son las siguientes: autoobservación, respiración, visualización, silencio mental, voz-habla, relajación, sentidos, postura, energía corporal, movimiento, Focusing y centramiento. Cada técnica cuenta con una serie de tipos de ejercicios que se pueden llevar a cabo siguiendo una metodología que trata de manera integral la educación (mente, cuerpo y emoción) y que se trabaja de forma

vivencial en el aula. No es necesario llevar el mismo orden propuesto en este programa en la realización de estas técnicas, sino que será el docente quien, teniendo en cuenta las necesidades y características de su grupo, planteará el orden a seguir. Siguiendo esta línea de trabajo, cualquier técnica utilizada tendrá en cuenta las otras, puesto que existe una gran interconexión entre ellas.

Se trata de un programa diseñado para llevarlo a cabo en el aula de manera abierta a innovaciones, y que contempla las necesidades específicas de cada aula por lo que puede aplicarse de maneras diversas, ya sea a través del currículum, la tutoría o la mediación tras un conflicto.

3.2. Tratamiento del lenguaje oral en estos programas de IE

Tras esta breve descripción de algunos programas de Inteligencia Emocional llevados a cabo en los centros educativos de España, voy a analizar su relación con la comunicación oral en los niños de Educación Infantil.

El programa de *Aulas Felices* trata dos aspectos principales para formar seres con inteligencia emocional. Por un lado, gracias a la atención plena los niños aprenderán a comunicarse tratando de escuchar y hablar de una manera tranquila, controlando los impulsos que les hagan hablar sin reflexionar o desatender al hablante. Así pues, se ejercitará una comunicación activa basada en el contacto visual con la otra persona, tener una mente receptiva a nueva información y/o escuchar con atención.

Por otro lado, como se ha comentado en el apartado anterior, las 24 fortalezas personales se dividen en seis virtudes que están estrechamente relacionadas con las habilidades sociales y la comunicación, así como con la Inteligencia Emocional. Si nos fijamos en el tratamiento que hacen del lenguaje oral de los niños, veremos que la competencia lingüística está más relacionada en la virtud de Sabiduría y conocimiento. Sin embargo, en muchas de sus actividades se propone hacer una reflexión al finalizarlas que pueden compartir con el resto de compañeros. Parten de la idea de que al evocar recuerdos o sensaciones, si los compartimos con otras personas nos produce una mayor sensación de placer.

Cultivando emociones es un programa en el que utilizan la expresión oral como recurso en la gran mayoría de sus actividades. Podemos comprobar como para trabajar la habilidad de autoconocimiento emocional quieren que los alumnos adquieran un vocabulario emocional adecuado y utilicen el lenguaje verbal como medio de expresión. Para alcanzar la autoestima los niños podrán comunicar

verbalmente sus gustos o decir frases bonitas para destacar las cualidades positivas de cada uno. En la adquisición del autocontrol emocional realizarán juegos de rol y dramatizaciones, expresarán oralmente las propias emociones y se intentará crear un pensamiento divergente para la resolución de problemas. Para una buena comunicación con las demás personas, se desarrollará la empatía al tener interés por los demás, argumentar y expresar lo que sentimos o comprender diferentes puntos de vista. Esto irá de la mano de las habilidades sociales y de comunicación, puesto que aquí se tratarán las fórmulas de cortesía, de agradecimiento y/o de ayuda, se favorecerá un comportamiento asertivo así como se utilizarán alabanzas para la comunicación con los demás.

En el tercer programa analizado, "*Escuela. Espacio de paz*", dan mucha importancia a la comunicación lingüística. Pretenden que los niños utilicen el lenguaje oral como herramienta para una buena convivencia y para la resolución pacífica de conflictos. Si se hace uso de códigos y habilidades lingüísticas, como el respetar el turno de palabra, se podrá llevar a cabo un diálogo con otra persona y disfrutar de la escucha y de la expresión oral. Esto favorecerá que los alumnos establezcan vínculos de amistad y unas buenas relaciones con las personas de su entorno.

El programa de "*Inteligencia Emocional. 5 años*" favorece que los niños de esta edad adquieran un vocabulario más amplio relacionado con las emociones para poderlas comprender y ver las ventajas y desventajas que cada una de las emociones tiene. Una vez adquirido este vocabulario, podrán expresar lo que sienten, sus gustos, los porqués de sus elecciones, así como sus opiniones de manera libre. Esto les permitirá comprender que existen varios puntos de vista favoreciendo el respeto a los demás. Si son capaces de adquirir esas habilidades, podrán tener un comportamiento asertivo lo cual les ayudará a mantener unas buenas relaciones con las demás personas cercanas.

Por último, y no menos importante, *TREVA* y sus técnicas de relajación ayudarán a que los alumnos tomen mayor conciencia de su cuerpo, principalmente de la respiración, postura y relajación, que será beneficioso en el acto comunicativo. Si los órganos que intervienen en el lenguaje están relajados y la postura corporal también, ayudará a que la voz salga de manera adecuada favoreciendo el bienestar personal. Además, si realizamos una escucha profunda del propio cuerpo para encontrar la sensación sentida, nos facilitará la expresión oral de nuestros sentimientos. Todo ello,

se aplica con éxito tanto en la comunicación como en la inteligencia emocional, la resolución de conflictos o las relaciones interpersonales.

4. DESCRIPCIÓN DEL PROCEDIMIENTO

4.1. Tipo de diseño

El objetivo de este diseño es elaborar una propuesta de intervención basada en la Inteligencia Emocional que mejore el desarrollo de la expresión oral en niños de educación infantil, y su implementación en el aula.

Se trata de un diseño de pluralidad metodológica ya que se ha llevado a cabo teniendo en cuenta varias metodologías, de manera que entre ellas se complementan y potencian el proceso de la investigación (Sabariego, 2004b). Así pues, el diseño de investigación tendrá metodologías cualitativas y cuantitativas. Esto se puede comprobar en la recogida de la información. Este diseño está enmarcado dentro del paradigma interpretativo ya que se pretende comprender cómo la inteligencia emocional favorece el desarrollo de la comunicación oral de los niños.

En un primer momento se utiliza el estudio de encuestas para recolectar datos cuantitativos a través de los cuestionarios entregados a los alumnos, a la tutora del grupo-clase y a los maestros que vigilan los recreos de educación infantil durante el curso (estas encuestas se utilizan de manera diagnóstica y final), con el fin de acercarme a la realidad del aula y poder elaborar una propuesta de intervención adaptada al aula, flexible y abierta.

Por otro lado, se recogen datos cualitativos tras llevar a cabo la observación directa y participante durante la propuesta, así como la observación indirecta por parte de la tutora y de los otros maestros del centro. A través de estas tres observaciones diferentes se utiliza la triangulación para obtener datos de la realidad desde diferentes perspectivas, evitando así la subjetividad (Dorio, Sabariego y Massot, 2004). También se recolectó información mediante medios audiovisuales (la fotografía y el vídeo), y a través de los materiales individuales y grupales realizados por los niños (dibujos, frases...).

4.2. Descripción del caso de estudio

La población seleccionada es el alumnado de tercer curso del segundo ciclo de Educación Infantil de un colegio público situado a pocos kilómetros de la ciudad de Huesca. Se trata de una muestra heterogénea en cuanto a sexo, 11 niñas y 13 niños, cuyas edades varían entre cinco y seis años, puesto que algunos ya han cumplido los seis años de edad. Aunque los 24 niños se encuentran en el mismo nivel educativo, existen dificultades en la expresión del lenguaje oral en algunos de ellos. Es un colegio rural al que acuden niños de diferentes localidades cercanas, por lo que su nivel sociocultural también es diferente, así como el idioma en dos niños, ya que en sus hogares les hablan en su lengua materna.

Por lo tanto, se trata de un tipo de muestreo no probabilístico, puesto que la muestra se ajusta a los criterios relacionados con las características de la investigación, y más concretamente es un muestreo casual debido a la facilidad de acceso que hay a ellos (Sabariego, 2004a).

Se ha realizado un consentimiento informado tanto al equipo directivo del centro como a las maestras de Educación Infantil. El equipo directivo lo hace conocer al resto de maestros a través de un claustro extraordinario en el cual se pide la colaboración de éstos para la contestación de los cuestionarios. La tutora de este curso lo comunica a las familias para que sean conocedoras de lo que van a realizar sus hijos durante estas sesiones de intervención en el aula, las cuales no ponen ningún impedimento.

El tratamiento de los datos se ajusta tanto a los estándares éticos como al código deontológico de privacidad, respetando por completo al alumnado participante.

4.3. Análisis de datos y limitaciones del estudio

Tras la recogida de información y la selección de la muestra, se realiza la fase de análisis de datos para poder explicar, describir e interpretar el objeto de estudio y encontrar una solución al problema planteado. Para ello, se han llevado a cabo un análisis cuantitativo y un análisis cualitativo.

Para analizar los datos obtenidos en los cuestionarios, se realiza un análisis cuantitativo a través de la estadística descriptiva que se podrá observar en las representaciones gráficas realizadas al inicio y fin de la propuesta, que se muestran a continuación:

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

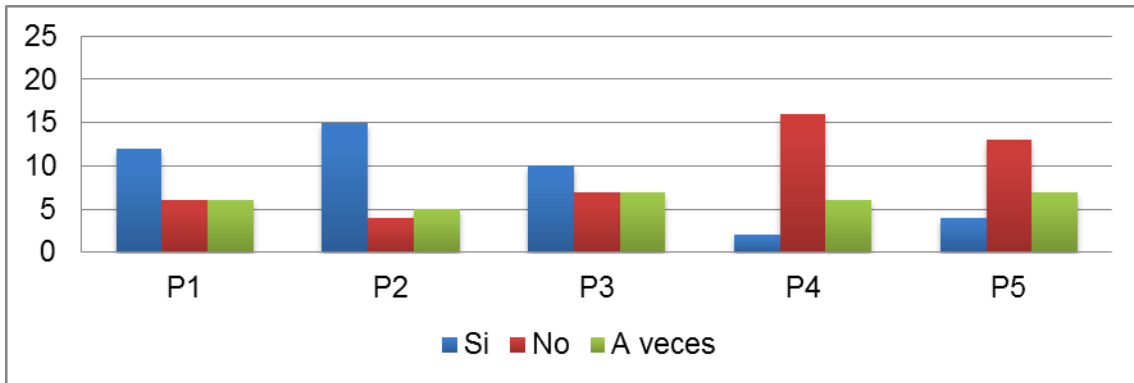


Tabla 1. Respuestas del cuestionario inicial de los alumnos

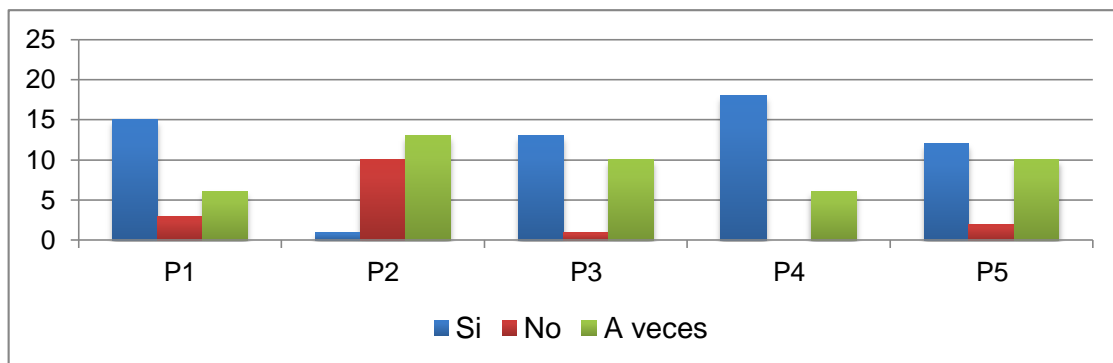


Tabla 2. Respuestas del cuestionario final de los alumnos

Los datos obtenidos a través del cuestionario formulado a los niños participantes en la propuesta reflejan un avance positivo general en relación con las habilidades emocionales alcanzadas, así como el uso del lenguaje que hacen en su puesta en práctica. Sin embargo, donde se ve un cambio positivo significativo es a nivel de autorregulación emocional puesto que ahora controlan sus impulsos ante la emoción de la ira siempre o casi siempre, y han aprendido a volver a un estado de calma tras unas emociones negativas e intensas. Esto ha favorecido que sus relaciones interpersonales mejoren mostrando empatía y habilidades sociales en la ayuda a los compañeros y en el uso del lenguaje para expresar frases o palabras agradables a sus amigos.

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

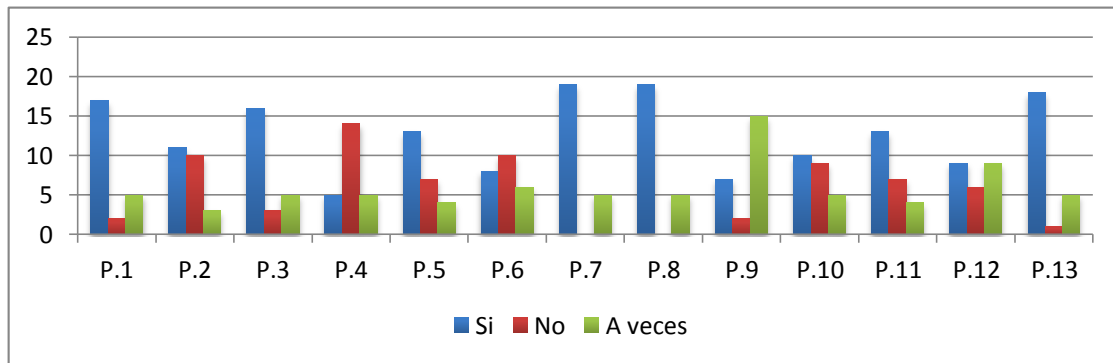


Tabla 3. Respuestas del cuestionario inicial de la tutora

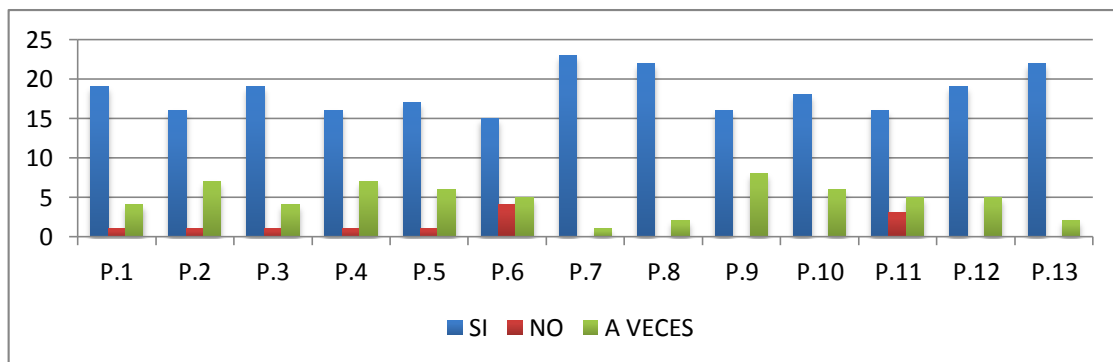


Tabla 4. Respuestas del cuestionario final de la tutora

A través de las respuestas obtenidas en el cuestionario inicial entregado a la tutora de la clase, pude elaborar una evaluación diagnóstica del aula, en la cual se reflejaba un grupo de alumnos en los que había una falta de autoconciencia emocional, puesto que menos de la mitad de los alumnos eran conscientes de las emociones que sentían o no los sabían expresar adecuadamente. También se muestra problemas en la autorregulación emocional ya que no controlan sus emociones desagradables. Tampoco tienen adquiridas habilidades sociales al no respetar las normas de clase ni el turno de palabra, así como tampoco formulan frases de cortesía para relacionarse con las demás personas. Todo ello puede ser causa de que su expresión oral no sea la adecuada a esta edad. Sin embargo, si que se muestra que se trata de unos alumnos sensibles a los problemas de sus compañeros y que respetan a las personas, mostrando una buena habilidad de empatía.

Pero, si analizamos las respuestas del cuestionario final tras la puesta en práctica de la propuesta, destaca como a nivel general los alumnos han mejorado en todos los aspectos significativamente, puesto que más de la mitad de los niños han adquirido la habilidad de autoconciencia emocional, de autorregulación y de habilidades sociales,

mejorando también su expresión oral. Lo cual refleja que ser emocionalmente inteligentes ayuda a mejorar el lenguaje verbal de los niños de esta etapa.

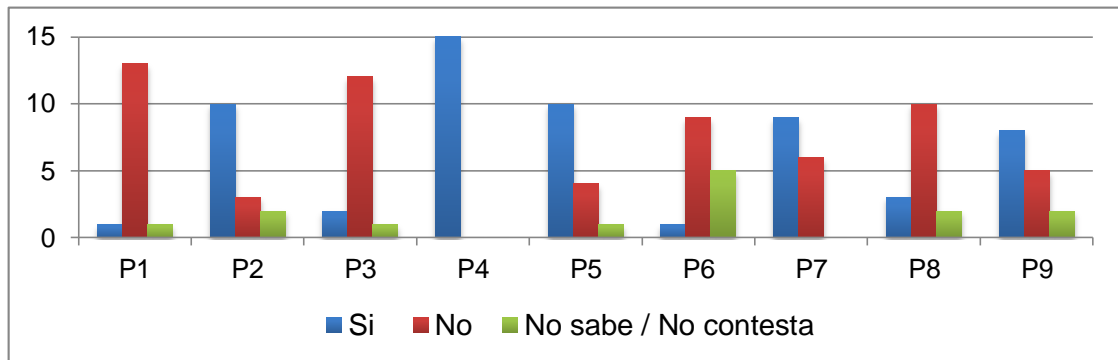


Tabla 5. Respuestas del cuestionario inicial de los maestros encargados de vigilar el recreo

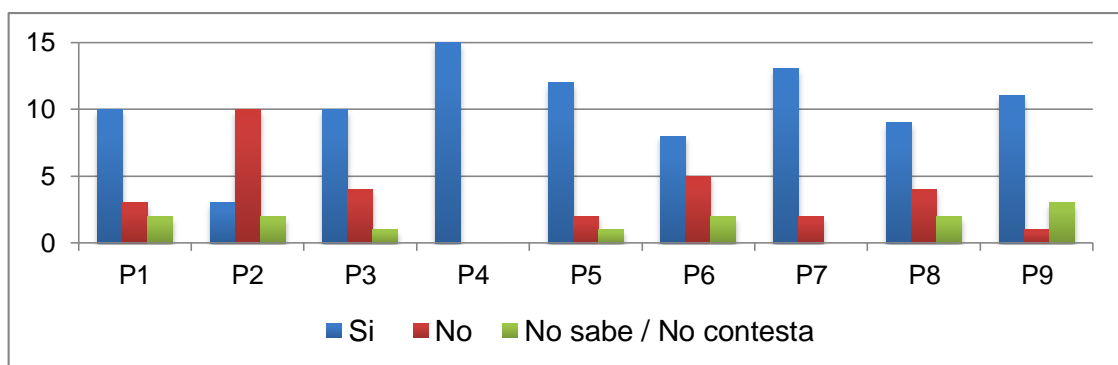


Tabla 6. Respuestas del cuestionario final de los maestros encargados de vigilar el recreo

El recreo es un momento en el cual se puede observar a los niños en una actitud más distendida pudiendo comprobar sus actitudes ante diferentes problemas, la relación entre los niños y los adultos, y el uso del lenguaje en sus juegos. Por ello, se entrega a los maestros del centro que vigilan el recreo de Educación Infantil el cuestionario. Tras su análisis se elabora una evaluación diagnóstica de las relaciones personales de los niños y del uso del lenguaje en sus interacciones. De estas respuestas recojo la información de que estos alumnos viven muchos conflictos entre ellos que no resuelven de manera pacífica, que pueden surgir debido a la falta de habilidad de compartir o a sus relaciones homogéneas. Sin embargo, sí que utilizan en gran medida el lenguaje verbal como medio de relación en el juego y, si lo necesitan, piden ayuda.

También es significativo en las respuestas finales al mismo cuestionario el avance que estos niños han conseguido en todas las habilidades emocionales, sobre todo las relacionadas con las habilidades sociales y la autorregulación emocional.

Por tanto, a través de este análisis cuantitativo se comprueba como los alumnos en un principio tenían falta en la autorregulación y en las habilidades sociales, así como en el uso adecuado del lenguaje tanto emocional como social, y que, tras la intervención en el aula, estos niños han aumentado su inteligencia emocional al adquirir herramientas que les ayudaran a mejorar las habilidades menos desarrolladas y, como consecuencia, han mejorado en su lenguaje oral expresando tanto emociones, como fórmulas de cortesía, halagos o frases para ayudar a sus compañeros.

Si nos centramos en el análisis cualitativo, la estrategia más utilizada ha sido la de la observación directa y participante. Además, se realiza un análisis documental analizando los materiales elaborados por los alumnos: sus dibujos, frases, emociones escritas... En el análisis de estos datos se refleja como algunos niños que antes de la propuesta emitían oraciones simples, palabras o monosílabos para contestar a las preguntas y enfrentarse a distintas situaciones propuestas, han ampliado su participación en las actividades y en sus relaciones con los demás comunicándose a través de oraciones compuestas y haciendo uso del vocabulario trabajado en las distintas sesiones: fórmulas de cortesía, vocabulario emocional, petición de ayuda.

Por tanto, se puede comprobar a través del análisis de los datos obtenidos, que las emociones influyen en el desarrollo de la expresión oral, ya que tras la propuesta de intervención llevada a cabo en el aula los niños han evolucionado significativamente en su comunicación oral, llevando ambos aprendizajes, Inteligencia Emocional y el uso del lenguaje oral, a su vida cotidiana.

Para poder llevar a cabo esta propuesta de intervención se pueden encontrar algunas limitaciones del estudio:

- Desde la legislación educativa actual de España no se recoge el término de Inteligencia emocional de manera explícita. Sin embargo, sí que muestran la importancia que tiene el desarrollo afectivo así como el bienestar personal en esta etapa.
- El Currículo de Educación Infantil en Aragón sólo plantea tres áreas de aprendizaje en esta etapa sin mencionar de manera explícita la Inteligencia Emocional (aunque sí que aparecen aspectos relacionados con ella), por lo que no hay un desarrollo de los objetivos ni contenidos específicos a tratar.

4.4. Instrumentos de evaluación aplicados, procedimiento y diagnóstico posible

La evaluación, definida por Tenbrink (1981), “es el proceso de obtener información y usarla para formar juicios que a su vez se utilizarán en la toma de decisiones”.

Siguiendo esta afirmación, para realizar esta propuesta de intervención tomé como referencia unas evaluaciones diagnósticas para analizar las características emocionales y de lenguaje de estos niños y poder mejorar estas capacidades. Para ello, recogí esta información a través de tres encuestas contestadas por los 24 alumnos del aula, la maestra tutora del grupo y los 15 maestros del claustro de ese centro que vigilaban los recreos de Educación Infantil durante ese curso escolar. Con los datos obtenidos en estas encuestas se elabora la propuesta de intervención que será evaluada posteriormente a través de las mismas encuestas, para poder comprobar la existencia o ausencia de mejora y poder apreciar los resultados obtenidos. Estos resultados se pueden comprobar en apartados anteriores.

Por un lado, a los niños se les preguntó cinco cuestiones para contestar mediante “sí, no, a veces”. Por otro lado, a la maestra se le entregó un cuestionario con varios ítems de evaluación para que los rellenara de cada uno de sus alumnos con la siguiente escala de valoración “sí, no, a veces”. Por último, el cuestionario de los maestros responsables de la vigilancia de los recreos de esta etapa debía ser respondido a través de “sí, no, no sabe/no contesta”, de manera global de toda la clase y tras una observación directa elaborada durante todo el curso, y eran las siguientes. Estos cuestionarios se pueden encontrar en el Anexo 1.

El instrumento utilizado para la evaluación de la observación directa ha sido el diario de clase, en el cual se anotaron las situaciones vividas más relevantes durante cada sesión de manera neutral y objetiva.

Por último, otros instrumentos de evaluación, como he comentado anteriormente, han sido las fotografías y vídeos tomados de cada sesión, así como los trabajos elaborados por ellos. Algunos de ellos se recogen en el Anexo 2.

4.5. Establecimiento de los objetivos principales del programa de intervención

Los objetivos generales planteados en esta propuesta de intervención son los siguientes:

- Identificar las emociones, en sí mismos y en los demás, y utilizar el lenguaje verbal como medio de expresión de las emociones.
- Utilizar diferentes estrategias para gestionar sus emociones negativas como el diálogo, la relajación o la meditación.
- Valorar de manera positiva las diferentes habilidades o capacidades que tienen las personas.
- Mejorar las relaciones interpersonales mediante la expresión oral, desarrollar actitudes y habilidades sociales y crear un clima agradable para la convivencia.

4.6. Descripción de la propuesta de intervención: descripción de las sesiones, número, duración, frecuencia

Esta propuesta se llevó a la práctica durante el mes de mayo de 2018 en nueve sesiones. Estas sesiones se realizaron dentro del horario lectivo los miércoles de 12:00 a 13:00 y los viernes de 15:00 a 16:30, es decir, once horas de duración, tal y como se puede comprobar en el calendario y horario siguiente:

	L	M	X	J	V	S	D
MAYO 2018		1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:30-10:30					
10:30-11:30					
11:30-12:00	RECREO				
12:00-13:00					
13:00-15:00	COMIDA				
15:00-15:45					
15:45-16:30					

Para la elaboración de esta propuesta de intervención se han tenido en cuenta los diferentes programas relacionados con la Inteligencia Emocional analizados en este trabajo. Siguiendo a Goleman (1996), las actividades que se desarrollan se centran en las habilidades emocionales de autoconciencia emocional, autorregulación emocional, autocontrol emocional (o motivación), empatía y habilidades sociales.

Tras analizar las evaluaciones iniciales se crea esta propuesta de intervención, la cual está más centrada en la autorregulación emocional y en las habilidades sociales para ayudar a desarrollar en los niños capacidades de relajación, resolución de conflictos y mensajes positivos a los demás para reforzar sus relaciones interpersonales. Estas sesiones enfocadas a tratar diferentes habilidades relacionadas con la inteligencia emocional, se van a desarrollar a través de actividades lúdicas y amenas para los niños en las que se fomentará el lenguaje oral y tras las cuales siempre habrá una reflexión grupal motivando la expresión verbal de sus percepciones, emociones o conclusiones. Así pues, las sesiones desarrolladas dentro del aula son las que paso a detallar a continuación:

Sesión 1: LA CLASE AGRADABLE

Introducción

Decir las cosas adecuadamente y respetar las normas de clase crea relaciones más agradables y positivas, evita los conflictos y genera una vida en comunidad más sana.

Objetivos

- Consensuar las normas generales de conducta de todo el grupo.

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

- Enriquecer las relaciones sociales.

Habilidades emocionales a trabajar

- Habilidades sociales.
- Virtud de la justicia y la ciudadanía: responsabilidad social y trabajo en equipo.

Descripción de la actividad

En asamblea contarán a los demás cómo les gustaría que fuera su clase ideal el curso siguiente y qué normas debieran existir para que no hubiera conflictos. Tras una lluvia de ideas, las escribirán por grupos de seis niños en folios y, de éstas, se elegirán cuatro (una por cada grupo). Una vez terminadas, cada grupo leerá su norma al unísono y se colgarán en la pared del aula para tenerlas presentes. Si fuera necesario a lo largo del curso, se podrían realizar otras normas y colocarlas junto a estas.

Recursos

- Cartulinas o folios
- Pinturas y rotuladores
- Tijeras y pegamento

Duración

50 minutos.

Sesión 2: YO TAMBIÉN PUEDO

Introducción

Aprender a expresar preferencias y opiniones, a pesar de las negativas del entorno, y tratar a los demás como iguales dando a todo el mundo las mismas posibilidades, creará niños que formarán una sociedad libre de prejuicios y limitaciones.

Objetivos

- Aprender a valorar las cualidades y capacidades de uno mismo y de los demás.
- Desarrollar una autoimagen ajustada y positiva de sí mismos.
- Expresar sus preferencias y opiniones a los demás con confianza.

Habilidades emocionales a trabajar

- Autocontrol emocional
- Empatía

Descripción de la actividad

En la asamblea los niños expresarán a sus compañeros cuáles son sus aficiones y/o si hay algo que les gustaría hacer pero no les dejan. Así, abriremos un debate en el cual aprenderán a defender sus intereses de una manera respetuosa y sincera.

Tras un breve debate, se les mostrará a los alumnos el vídeo “Soy princesa siendo yo”, en el cual aparecen niñas de distintas nacionalidades y/o con algún tipo de discapacidad, disfrutando de aficiones que son más típicas en el género masculino y que son criticadas, por algunas personas, si los realizan las mujeres. Tras este vídeo se abrirá otro debate sobre la igualdad de oportunidades y la no discriminación, para que valoren a todas las personas por igual.

Recursos

- Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=NwDh4b3kAgc> “Soy princesa siendo yo”

Duración

70 minutos

Sesión 3: EL RINCÓN DE LA PAZ

Introducción

Los conflictos a estas edades son muy numerosos, por ello, es necesario sacar partido de estas situaciones ofreciendo estrategias para que los niños resuelvan los conflictos de manera autónoma y desarrollen habilidades sociales, fomentando el diálogo y la expresión de las emociones.

Objetivos

- Identificar y expresar sus emociones aceptándolas sin juzgarlas.
- Aprender a gestionar sus emociones mediante el uso de diferentes herramientas.

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

- Respetar los turnos de palabra en la resolución de conflictos.

Habilidades emocionales a trabajar

- Autorregulación
- Habilidades sociales

Descripción de la actividad

Este rincón estará dentro del aula y los niños pueden ir cuando necesiten calmarse o relajarse debido a un conflicto interno. Además, si surge algún conflicto entre los niños, pueden ir para dar sus versiones de los hechos, escuchar los otros puntos de vista y llegar a una solución, utilizando el lenguaje oral y la comunicación no verbal, evitando la violencia y resolviendo el conflicto de manera autónoma.

Para introducir este rincón en el aula, se leerá el cuento *Uno para dos* (Isern, 2016b), en el que dos amigas se enfadan por no querer compartir un juguete y finalmente se reconcilian. Ellas, en el cuento, se encierran en sus casas tras el enfado. En clase, los niños podrán usar este rincón para solucionar los diversos conflictos que surjan. Durante esta sesión se realizarán dramatizaciones de situaciones que pueden surgir en la convivencia para aprender qué estrategias utilizar para la resolución del conflicto.

Recursos

- Cuento: *Uno para dos* de Susanna Isern y otros cuentos sobre emociones
- Botella de la calma
- Peluche
- Laberintos de la meditación, mandalas y pinturas

Duración

Esta sesión durará alrededor de 50 min. Cuando lo vuelvan a utilizar, podrán estar en este rincón el tiempo que cada niño, pareja o grupo de niños necesite según la situación.

Sesión 4: EL COMECOCOS BONITO

Introducción

Para una adecuada convivencia es necesario adquirir unas habilidades sociales y comunicativas. Se pueden realizar fórmulas de cortesía y agradecimiento y/o mensajes positivos, para transmitir bienestar y felicidad a los que nos rodean.

Objetivos

- Ampliar el vocabulario y las expresiones orales a través del uso de fórmulas de agradecimiento y cortesía.
- Aprender a dar y recibir muestras de afecto interpersonal.
- Fortalecer vínculos sociales y de amistad.

Habilidades emocionales a trabajar

- Habilidades sociales y de comunicación

Descripción de la actividad

En la asamblea se tratará el tema de las “palabras mágicas” que debemos decir cuando pedimos ayuda a los demás, y que debemos recibir de los otros. Guiando la conversación hacia palabras o frases que nos gustaría que nos dijeran nuestros amigos o familiares a lo largo del día como muestra de su afecto y su amistad. Tras un breve debate sobre estas fórmulas de cortesía, elaborarán por grupos un “comecocos” con papel, dibujando diferentes elementos que les creen emociones de bienestar y escribiendo detrás de éstos diferentes frases o palabras que nos gustaría decirles a nuestros amigos. Una vez terminados los cuatro comecocos, iremos por la clase jugando y trabajando la expresión oral ya que tendrán que pronunciar la palabra/frase que toque en cada momento, así como gesticular si se trata de alguna acción.

Recursos

- Papel
- Rotuladores y/o lapiceros

Duración

80 minutos

Sesión 5: EL NIDO

Introducción

La atención plena nos ayuda a ser más conscientes del presente y abrirnos así a nuevas emociones y sentimientos que nos ayudarán a transformar lo negativo en vivencias o pensamientos positivos.

Objetivos

- Favorecer la atención y la concentración
- Practicar la conciencia sensorial
- Mejorar el clima del aula y del centro

Habilidades emocionales a trabajar

- Habilidades sociales
- Atención plena
- Autorregulación emocional

Descripción de la actividad

Haciendo una fila, juntarán las manos como si fuera un nido, tomando consciencia de la forma que toman sus manos. Dejaremos dentro de sus nidos dos o tres canicas a modo de huevos de pájaro, notando su peso, tamaño, forma, textura... Caminarán lentamente manteniendo la concentración para que no se caigan ni se rompan. Al llegar al aula, los depositarán en un recipiente y se sentarán alrededor formando un círculo. Para terminar la actividad, realizarán tres respiraciones profundas. Esta actividad se puede realizar al entrar a clase o al salir, para fomentar momentos de entrada y salida relajada creando así un clima de aula tranquilo.

Recursos

- Canicas
- Cuenco

Duración

5 o 10 minutos

Sesión 6: EL VIAJE MÁGICO

Introducción

Los alumnos y alumnas tendrán la oportunidad de soñar y esto les ayudará a relajarse y tranquilizarse. Si adquieren esta costumbre, su concentración aumentará y podrán controlar mejor su impulsividad.

Objetivos

- Detectar aspectos positivos de sí mismos.
- Consolidar el autoconcepto a través de expresiones verbales.
- Expresar las emociones positivas vivenciadas.
- Conocer diferentes puntos de vista.

Habilidades emocionales a trabajar

- Autoconciencia emocional
- Autorregulación emocional
- Empatía

Descripción de la actividad

Los alumnos se sentarán o tumbarán y cerraran los ojos mientras escuchan música agradable. Cuando estén tranquilos se les contará la siguiente historia:

“Hola, me llamo Happyflor, soy la más pequeña de mi familia. Vengo de muy lejos para hacer amigos ¿Queréis ser mis amigos? Mi país es muy bonito y tiene muchas cosas que nos hacen felices, me gustaría enseñároslo. Para poder llevaros hasta allí, os tengo que decir una cosa: en mi país solo pueden entrar los niños que sean felices, así que tenéis que demostrarme que sois así. Si es así, os invitaré a visitar mi país: un lugar en el que ser felices. Para demostrarlo, sólo tienes que pensar en tu país y en las cosas que te hacen feliz. Relájate y disfruta de este bonito viaje”.

Les invitamos a hacer este viaje mágico a un lugar en el que sean felices. Una vez que hayan pasado 5 minutos, volverán poco a poco de ese viaje. Bajaremos la música y les diremos que abran sus ojos y muevan con calma las distintas partes de su cuerpo. Sentados, dibujarán su experiencia individual del viaje. Tras esta expresión artística

contarán a sus compañeros cómo era aquel lugar y cómo se han sentido en él, haciendo al final una exposición de los distintos lugares que les crean felicidad.

Recursos

- Música relajante.
- Folios, pinturas y rotuladores.

Duración

80 minutos.

Sesión 7: CIUDAD DE LAS EMOCIONES I: Conociendo a sus vecinos

Introducción

Para ser conscientes de las emociones que sentimos tenemos que saber cómo se llaman, por lo que poner nombre a las emociones hará que los niños empiecen a tomar conciencia emocional. Pero no sólo basta con saber su nombre, sino también cómo las expresamos a través de nuestro cuerpo, nuestra cara y nuestra voz.

Objetivos

- Adquirir un vocabulario relacionado con las emociones: alegría, amor, asco, ira, miedo y tristeza.
- Conocer a los personajes que representan a estas emociones: Yupi, Mimo, Puaj, Ceñuda, Asustín y Mister Sad.
- Identificar cuál es la emoción que predomina en sí mismos.
- Utilizar el lenguaje verbal y no verbal para expresar las emociones.
- Dramatizar diferentes emociones mediante la expresión corporal y verbal.

Habilidades emocionales a trabajar

- Conciencia emocional

Descripción de la actividad

Sentados en asamblea, empezaremos una breve conversación sobre las emociones que sienten en ese mismo momento y, si alguno se atreve, explicará el porqué de esa emoción. Tras esto, se presentarán los personajes del libro *Emocionómetro del Inspector Drilo* (Isern, 2016a), que representan a las emociones básicas (alegría,

amor, asco, ira, miedo y tristeza) y que explican cómo se sienten y cómo las expresan a través de la cara (o comunicación no verbal). Una vez conocidos los personajes y sus emociones, se les entregará aleatoriamente a todos los niños una tarjeta que representará a una emoción o un personaje. Después se juntarán los niños que tengan la misma emoción y saldrán en grupo a dramatizar a sus compañeros la emoción que les haya tocado, por ejemplo: los de la alegría saltarán, cantarán, reirán, contarán chistes... y así irán interpretando todos los grupos sus emociones. Para ello, tendrán unos minutos para pensar cómo lo van a teatralizar, ya que podrán hacer mímica, contar historias, utilizar frases, onomatopeyas... El resto de niños tendrán que averiguar de qué emoción se trata. Tras la dramatización, podrán pintar sus tarjetas.

Recursos

- Cuento *El emiconómetro del inspector Drilo*
- Tarjetas de los personajes de las emociones

Duración

60 minutos

Sesión 8: CIUDAD DE LAS EMOCIONES II: Creando su ciudad

Introducción

Escribir lo que sentimos o lo que nos hace sentir las diferentes emociones es una forma de conocerse mejor a sí mismos, y darse cuenta de que todas las personas hemos tenido esas emociones en algún momento de nuestra vida. De esta forma aprenderán que hay diferentes situaciones que nos hacen tener unas emociones u otras.

Objetivos

- Adquirir una adecuada conciencia de las emociones propias y ajenas.
- Ampliar el vocabulario relacionado con las emociones y utilizar diferentes expresiones para definir las emociones básicas.

Habilidades emocionales a trabajar

- Autoconocimiento emocional.

Descripción de la actividad

Utilizando los grupos de emociones que se habían formado en la sesión anterior, los niños pintarán el personaje que representa dicha emoción creando así la mascota de cada equipo.

En la pizarra del aula encontrarán casas de colores que representarán las seis emociones básicas: alegría – amarillo, amor – rosa, asco – gris, ira – rojo, miedo – azul, tristeza – blanco.

Tras esto, tendrán que escribir dos palabras, frases o situaciones que les creen la emoción de su equipo y las pegarán en la casa correspondiente. Al finalizar la sesión, cada equipo leerá las diferentes expresiones de su emoción y los demás niños podrán compartir otras situaciones, frases o palabras que les creen esas emociones.

Recursos

- Papel
- Lápiz, pinturas y rotuladores
- Pegamento

Duración

90 minutos

Sesión 9: BAÚL DE LOS BUENOS MOMENTOS

Introducción

Tener una visión positiva de las cosas que hemos vivido desarrollará la confianza en sí mismos, lo cual les ayudará a esforzarse a alcanzar las metas que se propongan y a expresarse sin temor. El optimismo favorece la superación de las dificultades que presenta la vida.

Objetivos

- Valorar las cosas buenas que nos pasan día a día.
- Cambiar los pensamientos negativos en positivos.

Habilidades emocionales a trabajar

- Autocontrol emocional
- Optimismo
- Atención plena

Descripción de la actividad

Nos sentaremos en la asamblea formando un círculo, cerraremos los ojos, pondremos las manos sobre las rodillas y escucharemos durante unos minutos una música agradable y tranquila. En ese momento, los niños pensarán cuál ha sido el momento más agradable que han tenido a lo largo de esa semana. Cuando se pare la música, nos levantaremos lentamente hasta las sillas donde nos sentaremos para expresar gráficamente el momento elegido. Después, de uno en uno, comentaremos a los demás compañeros qué momento hemos elegido y lo guardaremos en el baúl de los buenos momentos. Al terminar las exposiciones, nos daremos un abrazo grupal.

Recursos

- Música agradable (volumen bajo).
- Papel, lapiceros, pinturas y rotuladores.
- Baúl de los buenos momentos.

Duración

50 minutos.

La evaluación de todas estas sesiones se ha elaborado mediante la observación directa recogiendo la información en un diario, y la recogida de datos a través de las escalas de estimación que se pueden encontrar en el Anexo 3.

Además de estas evaluaciones de las sesiones, también se llevará a cabo la evaluación final de la propuesta mediante los mismos cuestionarios pasados a los alumnos, a la tutora y a los maestros responsables de los recreos de estos alumnos, con el fin de comprobar la evolución de los alumnos tras la realización de estas sesiones, como se puede comprobar en apartados anteriores.

Por último, y no menos importante, también se realiza una evaluación de la puesta en práctica de esta propuesta de intervención en el aula, reflejando a través de una serie de indicadores, evaluados mediante una escala de valoración, qué aspectos se han

tenido en cuenta y cuáles se pueden mejorar. Esta evaluación se encuentra en el anexo 4.

4.7. Justificación de la propuesta analizando su alcance y las limitaciones que se podrían encontrar en estudios previos y metaanálisis publicados

Esta propuesta se elabora teniendo en cuenta la importancia de esta temática en la sociedad española. Las instituciones han resaltado la necesidad de tratar desde el ámbito educativo los aspectos emocionales para facilitar una adaptación global a un mundo cambiante, lleno de desafíos. En este contexto nace la Resolución de 21 de noviembre de 2017, del Director General de Innovación, Equidad y Participación, por la que se facilitan orientaciones para el desarrollo de la competencia socioemocional del alumnado en los centros públicos y privados concertados de la Comunidad Autónoma de Aragón. Es aquí donde dan una gran importancia al tratamiento de las emociones en los niños defendiendo que las emociones influyen en todas las facetas de la vida de las personas. Por ello creen necesario la adquisición de habilidades emocionales para evitar problemas de comportamiento asociados a sus relaciones interpersonales, la aparición de conductas disruptivas y problemas relacionados con la salud mental, como la ansiedad, el estrés o la depresión, y mejorar así su propio bienestar psicológico y el de los demás. De acuerdo con todo esto, plantean unas orientaciones basadas en competencias relacionadas con la Inteligencia Emocional. Aunque esta resolución esté más enfocada a las etapas educativas de Primaria y Secundaria, se puede tomar como referencia para trabajar la Inteligencia Emocional desde Educación Infantil, puesto que cuanto antes vayan adquiriendo estas competencias, antes podremos evitar algunos de los problemas mencionados.

Por ello, viendo que el lenguaje oral sí que es tema de preocupación en los primeros años de vida de los niños y la importancia que se le está dando a las emociones, procedo a elaborar esta propuesta. Sin embargo, he encontrado ciertas limitaciones a la hora de realizar el desarrollo de ésta.

Por un lado, hay poca literatura en la que se refleje la relación de la Inteligencia Emocional con la mejora del desarrollo del lenguaje oral en los niños de Educación Infantil. Esta dificultad se solucionó buscando información de ambos términos por separado y buscando los puntos en común que expresaran esta relación.

Por otro lado, en la puesta en práctica de la propuesta de intervención encontré varias limitaciones puesto que las sesiones fueron limitadas debido al tiempo del que disponía y se trata de una muestra reducida. Por ello, aunque se pudo observar una mejoría en la comunicación oral de los niños de esta clase, no se pudo comprobar con exactitud en qué aspectos del lenguaje y en qué habilidades emocionales habían mejorado. Esta limitación del número de sesiones se ha encontrado en otros Trabajos de Fin de Máster, así como en Trabajos de Fin de Grado, en los que se llevó a cabo una propuesta de intervención en un aula de Educación Infantil. Sería un punto a mejorar hacer una propuesta que durara un trimestre entero o un curso escolar para poder observar unos resultados más específicos en este tema. Además, hubo dificultades en la realización de alguna sesión puesto que, a pesar de utilizar un lenguaje sencillo y adaptado a su edad, no estaban acostumbrados a realizar actividades en pequeño grupo (surgiendo pequeños conflictos y aprovechando estos momentos para su resolución pacífica) ni actividades relacionadas con la relajación.

5. CONCLUSIÓN

En la actualidad, cada vez se está dando más importancia a trabajar el aspecto emocional en todos los ámbitos de la vida. “En España, el interés por la educación de las emociones y el grado de concienciación social sobre el tema es notable” (Fernández-Berrocal, 2008). Esto es debido a que si queremos fomentar el desarrollo integral de los niños, debemos tener en cuenta el papel tan importante que juegan las emociones junto con el desarrollo cognitivo y físico.

Por ello, surgió la idea de elaborar este TFM con el propósito de revisar diferentes programas de Inteligencia Emocional que se llevan a cabo en España, y reflejar que el desarrollo de ésta contribuye a mejorar la expresión oral en los niños de Educación Infantil.

Los centros educativos que incorporan la Inteligencia Emocional en su labor educativa la tratan de manera transversal en las diferentes áreas de aprendizaje, en las Competencias Básicas o en la educación en valores. Es importante incorporar estos programas de IE en los Proyectos Educativos de Centro puesto que el colegio es el lugar idóneo para adquirir habilidades emocionales que les ayuden a desarrollar el bienestar personal y social, y lograr así la felicidad. A falta de una legislación educativa

que refleje los objetivos y contenidos a tratar en relación a la Inteligencia Emocional en las aulas de Educación Infantil, estos programas ofrecen unas orientaciones metodológicas que ayudan a su puesta en práctica.

Por otro lado, la relación entre la Inteligencia Emocional y el lenguaje verbal es evidente, ya que como afirman Mayer, Caruso y Salovey (1999) “la IE se considera un sistema inteligente y como tal debe formar parte de otras inteligencias tradicionales y bien establecidas, especialmente con la inteligencia verbal, por su vínculo con la expresión y comprensión de los sentimientos”

Fernández-Berrocal y Extremera (2002) defienden la importancia que tiene el “reconocer de forma consciente nuestras emociones e identificar qué sentimos y ser capaces de darle una etiqueta verbal”. A través de actividades sencillas y motivadoras para los niños han comenzado el camino para poder identificar las emociones básicas, no sólo en los demás sino también en sí mismos, y poder darles nombre favoreciendo el lenguaje verbal como medio de expresión de las emociones.

A través de las actividades realizadas en la propuesta de intervención relacionadas con la gestión de las emociones, se concluye la facilidad que tienen los niños para adquirir herramientas que les ayuden a volver a un estado de calma y solucionar los conflictos surgidos en la convivencia de manera pacífica.

En este breve tiempo de intervención, han empezado a elaborar una imagen más positiva de sí mismos, ganando autoestima a través de la conciencia de sus capacidades y limitaciones, y consiguiendo la valentía para expresar sus gustos o aficiones.

Por último, gracias a la adquisición de las habilidades emocionales en esta propuesta, los niños que han participado en ella han obtenido un vocabulario emocional más amplio, algunos reflexionan acerca de sus emociones, en general tienen más confianza en sí mismos favoreciendo la expresión de sus preferencias o diferentes puntos de vista, y han conseguido utilizar una comunicación más asertiva con los demás. A través de su expresión oral los niños han mejorado sus relaciones sociales. Todo ello genera un bienestar personal y social que se refleja en el ambiente escolar. Por ello, como afirma Claeys (2012) “desarrollar la capacidad de poner palabras a lo que siente representa el primer paso importante para hacer frente a múltiples desafíos de la vida”. Por tanto, la inteligencia emocional favorece una mejor comunicación lingüística, siendo ambos aspectos importantes para que los alumnos alcancen un

bienestar personal y mejoren sus relaciones sociales, pudiendo alcanzar así la felicidad.

En conclusión, el mundo de las emociones es muy amplio y expresarlas de manera adecuada es difícil a cualquier edad. Por ello, teniendo en cuenta que la infancia es el momento el que el niño está en continuo descubrimiento y aprendizaje, es necesario empezar en esta etapa con el aprendizaje de las habilidades emocionales, a través de experiencias significativas para él. Mediante estas habilidades y el desarrollo de un lenguaje verbal efectivo y asertivo, los niños aprenderán a controlar sus emociones llegando así a alcanzar la felicidad.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agirrezabala Gorostidi, R. (2008). *Inteligencia Emocional. Educación infantil 2º ciclo. 5 años*. Gipuzkoa: Gipuzkoako Foru Aldundia.
- Arguís Rey, R., Bolsas Valero, A. P., Hernández Paniello, S., & Salvador Monge, M. (2012). *Programa "AULAS FELICES". Psicología Positiva aplicada a la Educación*. Zaragoza.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 95-114.
- Caruana Vañó, A., & Tercero Giménez, M. (2011). *Cultivando emociones. Educación Emocional de 3 a 8 años*. Elda: Generalitat Valenciana.
- CEIP Poetas andaluces . (s.f.). *Programa de Inteligencia Emocional. "Escuela. Espacio de paz"*. Dos Hermanas (Sevilla).
- Chomsky, N. (1977). *Crítica de Verbal Behavior, de B. F. Skinner*. Barcelona: Fontanella.
- Claeys, M. (2012). *L'éducation emotionnelle des plus jeunes*.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. UNESCO, Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI. Madrid: Santillana.

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

- Dorio Alcaraz, I., Sabariego Puig, M., & Massot Lafon, I. (2004). Características generales de la metodología cualitativa. En R. Bisquerra Alzina (Coord.), *Metodología de la investigación educativa* (5 ed., págs. 267-284). Madrid: La Muralla S.A.
- Fernández-Berrocal, P. (2008). La Educación Emocional y Social en España. En C. Clouder, *Educación emocional y social: Análisis internacional* (págs. 159-196). Santander: Fundación Marcelino Botín.
- 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. (1987). *Estructuras de la mente: La teoría de las inteligencias múltiples*. Buenos Aires: Paidós.
- Gardner, H. (2005). Inteligencias Múltiples. *Revista de Psicología y Educación*, 1(1), 17-6.
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia emocional* (97 ed.). Barcelona: Kairós.
- Hernández-Pina, F. (1984). *Teorías psicolingüísticas y su aplicación a la adquisición del español como lengua materna*. Madrid: Siglo XXI.
- Ibarrola, B. (2009). *Crecer en emociones*. Madrid: SM.
- Isern, S. (2016a). *El emocionómetro del Inspector Drilo*. Madrid: Nubeocho Ediciones.
- Isern, S. (2016b). *Uno para dos*. Monzón: Cosquillas.
- Jiménez García, A., & Rodríguez Jiménez, M. (2018). *P.E.L.O.S Programa para la estimulación del lenguaje oral y socio-emocional. Nivel Infantil*. Madrid, España: CEPE.
- López González, L. (2009). El programa "TREVA" de relajación en la escuela. *Revista Perspectiva Escolar*(336), 60-66.
- Luceño Campos, J. L. (1988). *Didáctica de la lengua española: lengua oral, vocabulario, lectoescritura, ortografía, composición y gramática*. Alcoy: Marfil.

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey, & D. Sluyter, *Emotional development and emotional intelligence: implications for educators* (págs. 3-31). New York: Basic Books.
- Mayer, J. D., Caruso, D., & Salovey, P. (1999). Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267-298.
- Monfort, M., & Juarez, A. (1992). *El niño que habla: el lenguaje oral en preescolar*. Madrid: CEPE. Ciencias de la Educación Preescolar y Especial.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Vol. 1). Washington: Oxford University Press.
- Piaget, J. (1984). *El lenguaje y el pensamiento del niño pequeño*. (E. Mendolia, Trad.) Barcelona: Paidós Ibérica. (Versión original 1923).
- Sabariego Puig, M. (2004a). El proceso de investigación (Parte 2). En R. Bisquerra Alzina (Coord.), *Metodología de la investigación educativa* (5 ed., págs. 123-160). Madrid: La Muralla, S.A.
- Sabariego Puig, M. (2004b). La investigación educativa: génesis, evolución y características. En R. Bisquerra Alzina (Coord.), *Metodología de la investigación educativa* (5 ed., págs. 49-85). Madrid: La Muralla, S.A.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*(9), 185-211.
- Seligman, M. E. (1999). The president's address. *American psychologist*, 54(8), 559-562.
- Skinner, B. (1981). *Conducta verbal*. México: Trillas.
- Tenbrink, T. D. (1981). *Evaluación. Guía práctica para profesores*. Madrid: Narcea.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Pensamiento y lenguaje*. Madrid: Paidós.

ANEXO 1. Cuestionarios

- Cuestionario realizado a los niños

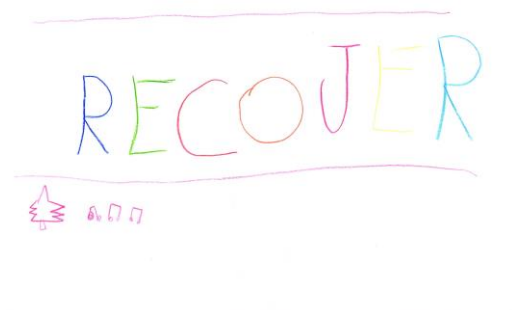
A L U M N O	P1			P2			P3			P4			P5		
	Si	No	A V	Si	No	A V	Si	No	A V	Si	No	A V	Si	No	A V
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															

Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

15															
16															
17															
18															
19															
20															
21															
22															
23															
24															

ANEXO 2. Fotos de las sesiones

- Sesión 1: La clase agradable



Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.

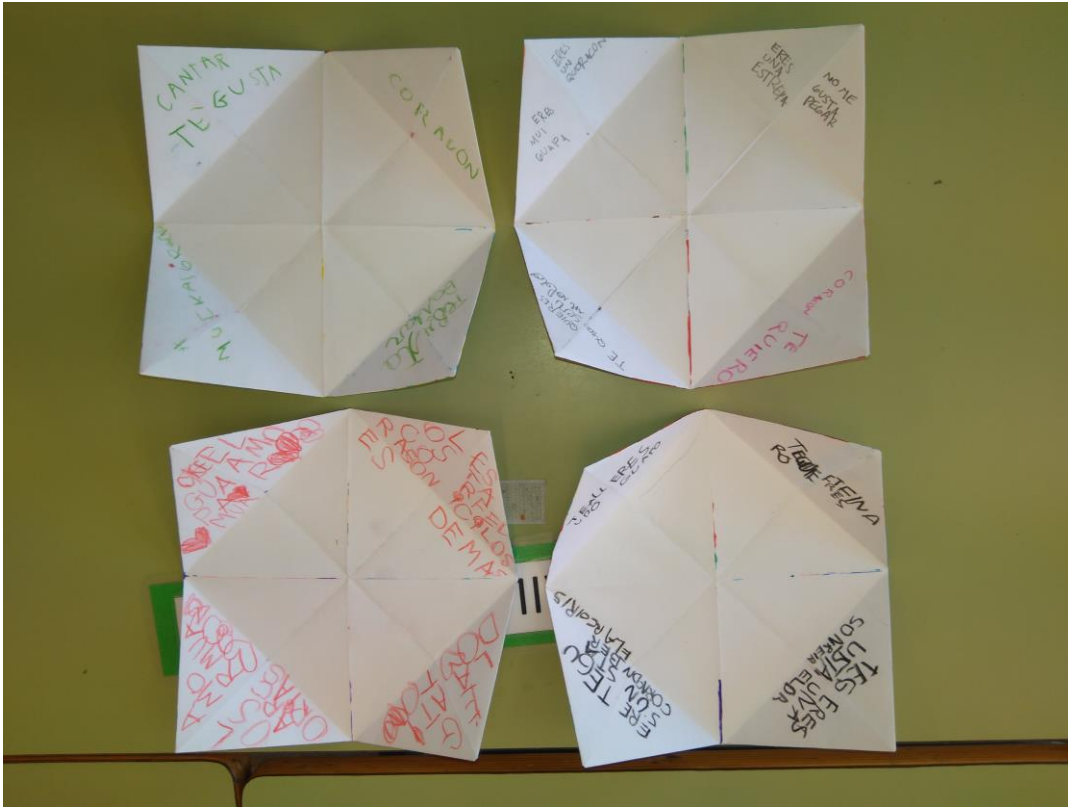
- **Sesión 3: El rincón de la paz**



- **Sesión 4: El comecocos bonito**



Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.



- **Sesión 5: El nido**



- **Sesión 6: El viaje mágico**



Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.



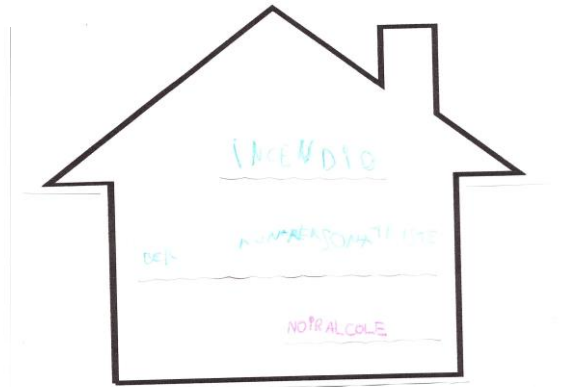
- Sesión 7: Ciudad de las emociones I: Conociendo a sus vecinos



• Sesión 8: Ciudad de las emociones II: Creando su ciudad



Revisión de programas de inteligencia emocional en España y su relación con la comunicación oral en Educación Infantil: diseño y aplicación de una propuesta de intervención.



ANEXO 3. Evaluación de las sesiones

Evaluación Sesión 1

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Respeto el turno de palabra			
Participa en la asamblea			
Se expresa correctamente de manera oral			
Se esfuerza y aporta ideas			

Evaluación Sesión 2

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Muestra interés en la reproducción del vídeo			
Respeto los distintos puntos de vista			
Empatiza con las demás personas			
Se expresa correctamente de manera oral			
Valora sus capacidades			

Evaluación Sesión 3

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Reconoce sus propias emociones			
Respeto el turno de palabra			
Utiliza los diferentes objetos del "rincón de la paz"			
Expresa sus emociones verbalmente			
Consigue calmarse en ese espacio			

Evaluación Sesión 4

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Utiliza fórmulas de cortesía			
Expresa verbalmente muestras de afecto			
Participa en el juego			
Respeto las normas del juego			
Respeto los turnos de palabra			

Evaluación Sesión 5

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Sigue las instrucciones de la actividad			
Mantiene el silencio			
Siente la emoción de la calma			
Respeto el material			
Favorece un buen clima			

Evaluación Sesión 6

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Respeto el turno de palabra			
Explica verbalmente sus emociones positivas			
Se expresa correctamente de manera oral			
Crea una imagen positiva de sí mismo			

Además de esta escala de estimación, también se contestará a una pregunta referida a su expresión artística de las emociones positivas:

<i>¿Expresa gráficamente en su dibujo las emociones positivas que ha vivenciado durante la actividad?</i>				
ALUMNO	Nada (1)	Poco (2)	Regular (3)	Mucho (4)

Evaluación Sesión 7

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Reconoce las emociones			
Expresa correctamente las emociones			
Utiliza un lenguaje oral adecuado			
Respeto el turno de palabra			

Evaluación Sesión 8

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Explica las emociones de forma oral			
Utiliza diferentes expresiones			
Respeto el turno de palabra			
Participa en la asamblea			

Evaluación Sesión 9

	Siempre	Algunas veces	Nunca
Se expresa correctamente de manera oral			
Respeto el turno de palabra			
Aporta ideas diferentes			
Es optimista en sus recuerdos			

ANEXO 4. Evaluación de la puesta en práctica de la propuesta de intervención en el aula

EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA				
<p>Valoración: Cada indicador se valorará en una escala del 1 al 4 siendo:</p> <p>1 – Nunca 2 – Pocas veces 3 – Casi siempre 4 – Siempre</p>				
INDICADORES	1	2	3	4
He tenido en cuenta las características de los niños y sus necesidades			x	
Justifico las actividades				x
Mantengo el interés de los niños con un lenguaje claro y adaptado a su edad			x	
Introduzco las actividades a través de los conocimientos previos de los niños				x
Las actividades planteadas favorecen la adquisición de los objetivos propuestos			x	
Propongo actividades variadas para mantener su interés y motivación			x	
Existen actividades grupales e individuales				x
La duración de las actividades es adecuado		x		
Utilizo recursos didácticos variados			x	
Compruebo que todos los alumnos han comprendido la actividad antes de llevarla a cabo				x
Fomento la colaboración y el respeto entre los alumnos				x
Soy consciente de los diferentes ritmos de aprendizaje, y la diversidad del aula				x