



## **LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU PRÁCTICA EDUCATIVA CON ALUMNOS DE 1º DE EDUCACIÓN PRIMARIA, PROFESORES Y PADRES**

**Juan de Dios González Hermosell\*, Eva Martín López.\*\*,  
Benito León del Barco\*\*\***

\*Orientador de equipo de orientación educativa y psicopedagógica badajoz 1.  
Dpto de Psicología y Antropología de la Educación,  
Universidad de Extremadura.  
Facultad de formación de profesorado. Cáceres.  
Avd. Colón nº 5 EOEP Badajoz 1. 06005  
Tfnos: 924014653/ 626573774  
juande@unex.es

\*\*C.E.I.P. Torres Naharro. Avda. De Portugal s/n. 06172.  
Torre de Miguel Sesmero. Badajoz.

\*\*\*Dpto de Psicología y Antropología de la Educación,  
Universidad de Extremadura.  
Facultad de formación de profesorado. Cáceres.

### RESUMEN:

Esta intervención psicopedagógica se inicia en el curso 2001-2002 en distintos colegios de Badajoz y continúa en la actualidad. En el proyecto e intervención educativa tratamos de mejorar la competencia emocional en alumnos de 1º de Educación Primaria, grupo clase de 25 alumnos de uno de los colegios del Sector Educativo.

Para ello nos propusimos trabajar la inteligencia emocional desde una triple perspectiva: con alumnos, profesores y padres.

Este proyecto pretende conseguir un adecuado control de las emociones, así como mejorar las relaciones interpersonales en los tres ámbitos de trabajo, (alumnos, profesores y padres )

El objetivo con alumnos se centró en que conocieran qué son las emociones y en mejorar las relaciones interpersonales.

El objetivo con profesores fue mejorar su propia autoestima profesional y automotivación, así como adaptar material para las sesiones con los alumnos. El objetivo con padres fue conocer aspectos básicos sobre qué es la inteligencia emocional y entrenarles en la mejora de pautas educativas.

Los resultados obtenidos, contribuyen a demostrar la relación existente entre la Inteligencia emocional y la mejora del clima social en la escuela y de todos los implicados en los procesos de enseñanza – aprendizaje : alumnos, padres y profesores.

**Palabras claves:** inteligencia emocional, alumnos, escuela.



## LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU PRÁCTICA EDUCATIVA CON ALUMNOS DE 1º DE EDUCACIÓN PRIMARIA, PROFESORES Y PADRES

### 1. INTRODUCCIÓN.

La educación tradicionalmente se ha centrado en el desarrollo cognitivo, con un olvido generalizado de la dimensión emocional. Sin embargo, crece el acuerdo en que la escuela debe orientarse al pleno desarrollo de la personalidad de los niños/as. Esto implica que el desarrollo cognitivo debe complementarse con el desarrollo emocional (Vallés A. y Vallés C 2000)

La educación emocional tiene como objetivo un mejor conocimiento de los fenómenos emocionales: autoestima, emociones, empatía, habilidades sociales, solución de conflictos

De todos es sabido la conflictividad en las aulas, fiel reflejo de lo que los niños y niñas observan y viven en la calle, en casa, en la tele-basura, en los periódicos, de todos es conocido el efecto del acoso de algunos niños, de los nuevos grupos familiares, de la crisis en valores, de los límites educativos y de los diversos estilos educativos. De todos es conocido el fracaso escolar. Todos hablamos.

De algunos es conocido que la inteligencia es uno de los tópicos de estudio más característicos de la Psicología y, no obstante existen diversas definiciones y teorías sobre ella, hay consenso en que alude a la capacidad para adquirir conocimientos y aplicarlos a la solución de nuevos problemas. Inteligencia y éxito son conceptos que han caminado juntos, ya que se supone que la primera es un factor predictor del segundo

Era vista como un conjunto de capacidades esencialmente intelectuales (capacidad de análisis, de síntesis, de razonamiento, de memoria, etc.), siendo el CI (Cociente Intelectual) su medida más aceptada. Sin embargo, ya los primeros psicólogos dedicados a estudiar científicamente esta capacidad, como, habían hecho notar que, probablemente, existían factores no-intelectuales vinculados al comportamiento inteligente. (Elías, M., Tobías, S. y Fienlander B. 1999)

Se plantea con claridad que la inteligencia no era una capacidad unidimensional limitada al ámbito lógico-matemático y lingüístico, sino que existían múltiples tipos de inteligencias y que, en consecuencia, una persona podía ser inteligente en áreas distintas a la meramente intelectual. Al sacar el concepto de inteligencia del ámbito intelectual en que se encontraba confinado.

El calificativo "emocional" que se da a esta inteligencia ha llevado a muchos a pensar que se trata de una nueva psicología de los afectos o de los sentimientos, o que se refiere al control de las emociones primarias, como la ira, la pena, la ansiedad, etc. Sin estar excluidos, estos temas no representan lo esencial de la IE, ni desde el punto de vista teórico ni de los temas que abordan los especialistas que trabajan en este campo. Un modelo descriptivo (Goleman, D. 1996), integrador de la IE es el propuesto, puede ser: la IE estaría integrada por cuatro factores básicos: la capacidad para darse cuenta y tomar conciencia; la capacidad de automanejo, control y autorregulación; la capacidad de darse cuenta de los otros, de su comportamiento y del impacto del nuestro sobre ellos; y la capacidad para influir y manejar las relaciones con los demás. Tales capacidades constituyen los cimientos sobre los que se construyen las competencias de IE. Estas competencias son, esencialmente, destrezas, habilidades y comportamientos de auto-manejo y de interacción con los demás y con el entorno. Entre estas, podemos mencionar la persistencia frente a las dificultades (optimismo aprendido); capacidad para recuperarse de la adversidad; destrezas de manejo de las propias expectativas personales; habilidades para manejar diferencias y conflictos; destrezas de negociación; habilidades para influir en otros y ejercer dirección, para trabajar en equipo, establecer redes sociales, y -en nuestra opinión la destreza más importante-, la habilidad para darle un sentido o significado a lo que se hace (Wüell M. y Muñoz J. 1999). Múltiples investigaciones transversales y longitudinales muestran que, aunque necesarios, el CI y los conocimientos técnicos no son suficiente garantía de éxito. Así, por ejemplo, un trabajo sobre movilidad social, en que participó un grupo de 450 niños, encontró que el CI (cociente intelectual) tenía escasa relación con el éxito de las personas en sus trabajos cuando adultos. Los factores diferenciales más importantes tenían que ver con sus habilidades durante la infancia para manejar las frustraciones, controlar sus emociones y relacionarse con otros. Una de las conclusiones más sólidas de la psico-



## PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

logía en las últimas décadas es que las personas con IE (Inteligencia emocional) son más productivas y exitosas personal y profesionalmente, se recuperan más rápido de las adversidades, gozan de mejor salud y poseen mayor esperanza de vida

Cuando se toma conciencia del potente impacto de la IE la pregunta inmediata que surge es si ésta se puede aprender y desarrollar. La respuesta no sólo es positiva, sino que la conclusión de los expertos es que mientras más temprano se inicien los procesos de enseñanza-aprendizaje socio-emocional, mejor y más sólidos serán los resultados. Esto lleva a preguntarse qué está ocurriendo en las escuelas con el desarrollo de la IE de los alumnos. Uno de los psicólogos líderes en la investigación y el desarrollo de programas de IE para niños y adolescentes, ha destacado que como padres y educadores tenemos absoluta claridad sobre lo que queremos que nuestros hijos y alumnos logren. Queremos que sean personas responsables, no-violentas, cariñosas, con motivación de logro, que no se derrumben ante las dificultades, que no caigan en el alcohol ni en las drogas y que lleguen a ser personas productivas en sus familias, lugares de trabajo y en sus comunidades. En resumen, deseamos que tengan éxito en la vida.

La importancia de este tipo de objetivos educacionales es tan evidente que en muchos colegios forman parte de la declaración de principios de los respectivos proyectos educativos. Pero, en la práctica, cuando se observan los contenidos programados y el quehacer educativo real en los colegios, es fácil darse cuenta de que el énfasis está puesto en los conocimientos y contenidos técnicos: que nuestros hijos aprendan a leer, a escribir, que sepan matemáticas, ciencias sociales, ordenadores, química, física, etc. Padres y profesores también empujamos en esa misma dirección. En cambio, aspectos como el desarrollo personal, moral y social de los alumnos, el respeto al otro, el espíritu emprendedor, el respeto a la diversidad, la autoafirmación, el desarrollo del pensamiento crítico, las habilidades de comunicación, el sentido positivo de la vida, el trabajo en equipo, aparecen débilmente en alguna actividad, charla, consejo de los maestros. Sin embargo, son precisamente estas habilidades de IE las que van a permitir a nuestros hijos no sólo sobrevivir sino hacerlo con éxito. (Fernández Berrocal, P.; Salovey, P.; y Extremera, N. 2001)

En países desarrollados son cada vez más las escuelas y colegios que vienen incorporando programas de desarrollo de IE dentro del curriculum regular de la enseñanza.

También, en algunos colegios públicos en Badajoz (CP Luis de Morales, CP San José de Talavera, CP José Virel de La Albuera, CP San Fernando de Badajoz...en su segundo año, y el CP Santo Tomás de Badajoz) se ha incorporado trabajo específico de estos programas.

Los programas SEL (Social and Emotional Learning) y los de Ciencia de Sí-Mismo (Self-Science) son programas curriculares completos y comprensivos, con objetivos operacionales y metodologías probadas para desarrollar en los alumnos las herramientas claves para el éxito como personas en el largo plazo: tolerancia, residencia, destrezas de comunicación, manejo de emociones, manejo de diferencias, manejo del fracaso y de la adversidad. ¿Cuáles son los beneficios obtenidos por las escuelas en que se han aplicado programas de IE? Disminución de la depresión entre los alumnos, resolución pacífica de conflictos, baja de quejas disciplinarias, disminución de conductas hostiles y agresivas, aumento de los comportamientos pro-sociales, menores tasas de deserción escolar, disminución del stress, disminución de comportamientos auto-destructivos y, de manera muy importante, mejoras notorias en el rendimiento académico. (Gardner H, 2001)

Probablemente el avance más importante en el campo de la IE ha sido aclarar la forma en que este tipo de inteligencia puede ser desarrollada en las personas.

Durante los últimos 40 años las investigaciones han acumulado bastante evidencia sobre los procesos que conducen a este tipo de aprendizaje. Para desarrollar competencias emocionales no es suficiente la tradicional educación en valores basada en charlas sobre el tema, o en folletos ni tampoco las declaraciones de principios y valores contenidos en un proyecto educativo. Los ingredientes claves consisten en estrategias y metodologías especializadas, destinadas a poner en marcha el circuito neurológico emocional en que estas destrezas y competencias se asientan, única forma de producir cambios



**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU PRÁCTICA EDUCATIVA CON ALUMNOS DE 1º DE EDUCACIÓN PRIMARIA, PROFESORES Y PADRES**

actitudinales y conductuales que se autosustenten y perduren en el tiempo. Esto supone estructurar programas con objetivos, contenidos, metodologías y sistemas de evaluación acordes con la naturaleza del aprendizaje socio-emocional e integrarlos formalmente al currículum. Un requisito sine qua non es entrenar a los maestros en pedagogía emocional. También es necesario implicar a padres. Las carreras pedagógicas contemplan poco y nada estos temas en la formación de los maestros. El aprendizaje social y emocional representa la revolución más importante y desafiante en educación en las últimas décadas.

**2. MÉTODO.**

**Muestra.**

Elegimos un grupo de alumnos de 1º de Educación compuesta por 25 alumnos, de los que 12 eran niños y 13 niñas, escolarizados en un colegio público de Badajoz. De éstos, un niño está diagnosticado de Síndrome de Asperger y una niña con Síndrome de Down mosaico. El centro pertenece a una zona sociofamiliar, donde conviven familias desfavorecidas, con otras trabajadoras. La afluencia de familias de inmigrantes empieza a generar algún conflicto con otros colectivos con más arraigo cultural en la zona – minorías étnicas -. El grupo de alumnos es un grupo cohesionado desde el primer nivel de Educación Infantil, aunque la influencia familiar, como modelo educativo, es muy dispar, incluyendo grupos familiares con pautas y estilos educativos más normalizados con otros donde el absentismo escolar es intermitente. Esto dificulta el proceso de socialización y en general, el de enseñanza y aprendizaje.

	<i>Alumnos</i>	<i>ACNNEs*</i>	<i>Inmigrantes</i>	<i>Minorías Étnicas</i>	<i>Absentistas</i>
<i>Varón</i>	12	1	2	2	3
<i>Mujer</i>	13	1	3	1	2
<i>Total</i>	25	2	5	3	5

\*ACNNEs : Alumnos con Necesidades Educativas Especiales

	<b>Total</b>	<b>Varones</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Sesiones</b>
Profesores	7	1	6	21
Padres	18	2	13	7

**Instrumentos.**

Implementamos un Programa DIE elaborado para desarrollarlo dentro la clase e incorporarlo al currículum de los alumnos.

Este programa es también desarrollado por los profesores que imparten clase al grupo –especialistas en Educación Física, Educación Musical, Inglés, Portugués, Profesora de religión y tutora de grupo.

De igual manera es desarrollado por los padres en sesiones de grupo. En estas sesiones interviene el orientador del centro.

El Programa DIE (**Desarrollando la Inteligencia Emocional**) está constituido por los siguientes contenidos: (adaptado de Vallés Arándiga 2000 y del Programa Decide tú, de Manuel Segura Morales 2001)



PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

Bloques de Contenido	Competencia Emocional
Autoconocimiento	Conoce tu autoestima y tus emociones
¿Cómo te sientes?	Controlo y regulo mis emociones
Lograr autoconciencia emocional	Emociones... buenas, no tan buenas,
¿Cómo se sienten los demás?	Yo y los otros .Nos conocemos
Aprendo habilidades emocionales	Aprendo a comunicarme bien
Soluciono problemas con los demás.	Llegamos a acuerdos
Mejoro relaciones interpersonales.	Yo , tú , él , nosotros ...algo más quepronombres personales

**1.-Conoce tu autoestima y tus emociones:** En este bloque se presentan preguntas sencillas sobre la autoestima, sobre las emociones que siente el alumno y situaciones prácticas acerca de cómo debería actuar ante determinadas emociones propias y de los demás. Con ello se pretende que exterioricen sus sentimientos con respecto a sí mismos y al comportamiento de los compañeros de clase.

**2. ¿Cómo te sientes?** Se explican las emociones, los sentimientos y estados de ánimo, proponiendo ejemplificaciones en las que los alumnos y alumnas deben identificar la emoción que se experimenta en las diferentes situaciones de interacción social y escolar. Se hace especial hincapié en la re-interpretación que debe darse a los acontecimientos como generadores de emociones negativas, con el propósito de atribuirles el significado emocional que afecte en menor grado a nuestro estado de ánimo.

En la segunda parte de este bloque se incluyen contenidos relativos a la Inteligencia Social (Ser inteligente con los compañeros), como una dimensión complementaria para expresar adecuadamente las vivencias emocionales y detectarlas en los demás.

**3. Emociones no muy buenas:** Se presentan las emociones negativas que afectan a nuestro estado de ánimo y a las relaciones interpersonales como la ira, los celos, el desánimo, el enfado, la ansiedad, la tristeza, etc. Se ejemplifican situaciones en las que el alumno debe identificar la emoción o estado de ánimo que se vive en ellas. El bloque incluye tareas de aprendizaje para cambiar o reemplazar las emociones negativas en otras positivas, a través de la re-atribución cognitiva o sustitución de pensamientos negativos por otros más adecuados que sean capaces de elicitar emociones o estados de ánimo más favorables para la satisfacción personal, y para la mejora de las relaciones interpersonales y la solución de posibles conflictos de convivencia.

**4. Emociones de las buenas:** En este bloque de contenido se presentan las emociones positivas y sus características, las cuáles tienen una indudable influencia en la autoconfianza, la autoestima y la automotivación: la alegría, la generosidad, la paciencia, la tranquilidad... Asimismo, se incluyen actividades de aprendizaje dirigidas a la identificación de estas emociones en los demás.

**5. ¿Cómo se sienten los demás? (La empatía):** Las habilidades para identificar las emociones y estados de ánimo que expresan los demás se consideran cruciales en el desarrollo de la Inteligencia Emocional.

Ser una persona empática nos permite comprender lo que sienten las personas con las que nos relacionamos y poder adoptar su punto de vista y resolver así los posibles conflictos de entendimiento. Desarrollar la capacidad empática exige aprender a percibir los signos emocionales en los demás e interpretarlos, de acuerdo con los gestos reflejados en el rostro, en el cuerpo y los contenidos manifestados en el mensaje verbal que se nos transmite. Alcanzar habilidades empáticas supone ser un experto observador social, percibiendo las señales que captamos en el comportamiento de las personas con las que interactuamos.

**6. Aprendo las habilidades emocionales:** El bloque está formado por 31 habilidades de la Inteligencia Emocional, aplicándolas a situaciones prácticas y cotidianas.



**LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU PRÁCTICA EDUCATIVA CON ALUMNOS DE 1º DE EDUCACIÓN PRIMARIA, PROFESORES Y PADRES**

**7. Soluciono los problemas con los demás:** Se proponen pautas de afrontamiento según el modelo de solución de conflictos 1. *¿Porqué?*, 2. *Así lo soluciono* 3. *¿Qué ocurrirá si...?* y 4. *La mejor solución es...*

**8. Aprendo a comunicarme bien:** Las habilidades de comunicación son abordadas desde la óptica de los componentes conductuales (verbales y no verbales), enseñando a los alumnos normas prácticas sobre cómo debe ser el contenido y las formas de las conversaciones que se producen con los amigos, compañeros y adultos. Yo , tu , él , nosotros , vosotros y ellos , algo más que prohombres personales

Las actividades propuestas en este programa están concebidas para ser desarrolladas en las sesiones de tutoría, con los alumnos y alumnas del nivel educativo de la **Educación Primaria**.

Para enriquecer las actividades de "papel y lápiz" debe hacerse uso de las técnicas didácticas de dinámica de grupos: trabajo en equipo, debate, torbellino de ideas, etc.

Las situaciones que se proponen para la identificación de las emociones deben complementarse con las que realmente viven los propios alumnos. De igual modo debe hacerse en la propuesta de situaciones conflictivas que deban resolverse; deben trabajarse aquellas que sean las que realmente ocasionen problemas de convivencia en el centro escolar, siguiendo las pautas que en el programa se aportan para la correcta expresión de las emociones, y la interpretación adecuada de los estados de ánimo de los demás.

Es importante que el profesor les facilite la lectura de los textos a aquellos alumnos y alumnas que todavía no dispongan de las suficientes habilidades lecto -escritoras (silabeo, errores de decodificación, falta de fluidez...). En el caso de estos alumnos que todavía no leen ni escriben con la suficiente seguridad, deberá hacerse uso del canal auditivo-verbal para obtener la mayor eficacia del material gráfico, fomentando la expresividad con el lenguaje oral. Para ello es aconsejable que el tutor o tutora monitoren y dirijan las sesiones didácticas, teniendo en cuenta este importante aspecto de competencia lectora en los alumnos.

La técnica del *Role-play* o ensayo de conducta es muy útil para la dramatización de los roles que cada uno de los miembros del grupo debe representar, cuando se hayan de realizar actividades en equipo. Vivenciar estas situaciones proporciona una mayor calidad de aprendizaje. El programa debe estar al servicio de los objetivos que el tutor o tutora se haya propuesto con el grupo-clase, haciendo uso de los capítulos bloques del programa y sus actividades, de acuerdo con las necesidades de mejora de las relaciones personales (casos individuales) e interpersonales, especialmente en la mejora del clima de clase.

El Programa *DIE* está relacionado en su concepción con otros programas orientados a la mejora de la convivencia escolar: Habilidades sociales y solución de conflictos interpersonales

**Con alumnos:** Se incluyen en su currículo actividades con contenidos emocionales que se desarrollan en sesiones semanales de una hora.

**Con profesores:** Se trabaja en reuniones semanales. Todas las actividades del programa que van a desarrollar los alumnos (dinámicas y cuentos ) son vivenciados y dramatizados previamente por éstos.

**Con padres:** Se presentan contenidos básicos sobre qué es la inteligencia emocional y trabajamos con dinámicas de grupo realizando supuestos prácticos. Se realiza en colegio en sesiones mensuales

### 3. RESULTADOS.

#### Discusión

Se realiza una evaluación inicial del grupo, de esta manera podemos partir, dentro de la programación general de aula, del conocimiento individualizado de cada niño.



## PSICOLOGÍA POSITIVA Y SUS DIFICULTADES

De igual manera se realiza con los 7 profesores una autoevaluación, en evaluación inicial, con un cuestionario que permite a las profesoras valorar en qué nivel está su habilidad para fomentar las capacidades emocionales en niños/as. Está adaptado del libro "Confiar en uno mismo. Programa de autoestima" (I. M. Haeussler P. Y N. Milicic. Páginas 40-41. Editorial CEPE).

El programa ha demostrado eficacia, no sólo para niños y niñas, sino también para los padres y profesores, pretende, pues entrenar al alumnado para saber buscar soluciones adecuadas a sus problemas, sobre todo a los problemas interpersonales, es decir, con otros niños y niñas, y con sus padres y madres.

Alumnos: Los conflictos dentro del grupo han descendido, los niños conocen mejor y en más profundidad emociones positivas y negativas, también han aprendido qué es la empatía y la asertividad.

Profesores: Hubo un ligero aumento de autoestima. Todos mostraron una actitud positiva con respecto a la experiencia. Mejoró la relación interpersonal. Eran capaces de llegar a acuerdos con más facilidad.

Padres: Alto nivel de participación en las sesiones, cambio en la actitud para enfrentarse a conflictos familiares, petición de continuidad del curso de entrenamiento

Los resultados obtenidos, contribuyen a demostrar la relación existente entre la Inteligencia emocional y la mejora del clima social en la escuela y de todos los implicados en los procesos de enseñanza-aprendizaje: alumnos, padres y profesores.

### 4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- ELIAS, M.; TOBIAS, S., y FRIEDLANDER, B. (1999): *Educación con inteligencia emocional*. Barcelona, Plaza y Janés.
- FERNÁNDEZ-BERROCAL, P.; SALOVEY, P.; VERA, A.; RAMOS, N., y EXTREMERA, N. (2001): «Cultura, inteligencia emocional percibida y ajuste emocional: un estudio preliminar», en: *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 4.
- GARDNER, H. (2001): *La inteligencia reformulada*. Barcelona, Paidós.
- GOLEMAN, D. (1996): *Inteligencia emocional*. Barcelona, Kairós.
- GÜELL, M., y MUÑOZ, J. (1999): *Desconóctete a ti mismo. Programa de alfabetización emocional*. Barcelona, Paidós.
- M.Haeussler P. Y Neva Milicic.1999 Ed. CEPE
- SEGURA MORALES, M (2001) : Programa decide tú. Ed. CEPE
- SHAPIRO, L. E. (1997): *La inteligencia emocional en niños*. Madrid, Javier Vergara.
- VALLÉS, A., y VALLÉS, C. (2000): *Inteligencia emocional: Aplicaciones educativas*. Madrid, Editorial EOS.

Fecha de recepción: 8 febrero 2010  
Fecha de admisión: 19 marzo 2010

