



## INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PRIMARIA

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

\*C.E.I.P.

Torres Naharro. Avda. de Portugal S/N. 06172.Torre de Miguel Sesmero. Badajoz. Tfn: 615558550  
evamartinlopez2@hotmail.com

\*\*Dpto de Psicología y Antropología y de la Educación, Universidad de Extremadura.  
Facultad de Educación. Badajoz

\*\*\*Dpto de Psicología y Antropología de la Educación, Universidad de Extremadura.  
Facultad de Formación de Profesorado. Cáceres.

### 1. INTRODUCCIÓN

El concepto de inteligencia emocional, engloba por un lado el estudio de la emoción (etimológicamente proveniente del latín *movere*, que significa "mover hacia"), que ha venido siendo abordado de forma más o menos sistemática en el contexto de la Psicología, la Psicobiología y las Neurociencias de la conducta desde finales del siglo XIX y principios del siglo XX, y el concepto de inteligencia.

Fue ya en el siglo XX, cuando los psicólogos investigadores empezaron a hablar del concepto de inteligencia y a preocuparse por su medida. Primero fue el concepto de instintiva de Binet y Simon (1908), seguido del de inteligencia social de Thorndike (1920), derivando en el concepto de inteligencias múltiples de Gardner (1993), entre otros, y en el concepto actual de inteligencia emocional.

El término inteligencia emocional, si bien fue utilizado por algunos autores previos, fueron Mayer y Salovey (1993), psicólogos de la Universidad de New Hampshire, quienes englobaron la inteligencia intrapersonal e interpersonal en el término inteligencia emocional. Con él, pretendieron describir las cualidades emocionales que parecen tener importancia para el éxito. Estas pueden incluir: la empatía, la expresión y comprensión de los sentimientos, el control de nuestro genio, la independencia, la capacidad de adaptación, la simpatía, la capacidad de resolver los problemas en forma interpersonal, la persistencia, la cordialidad, la amabilidad y el respeto.

Todas estas cualidades se pueden resumir en el modelo de cuatro ramas de Mayer y Salovey (1997): 1. Percepción valoración y expresión de la emoción; 2. Facilitación emocional del pensamiento; 3. Comprender y analizar las emociones empleando el conocimiento emocional; 4. Regulación de las emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual.

Con nuestro trabajo, pretendemos demostrar como tras la aplicación de un programa de inteligencia emocional en el primer ciclo de primaria, mejoran ciertas habilidades de percepción, comprensión y regulación de las emociones de los alumnos, así como la aptitud en profesores y padres.



## INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PRIMARIA

### 2. MÉTODO

#### Muestra.

El sistema de elección fue de tipo aleatorio por conglomerados. Se seleccionaron al azar cuatro centros educativos de educación primaria de la provincia de Badajoz. La muestra se compuso de 344 alumnos que cursaban 1º y 2º de primaria. Con relación al género, 187 alumnos son niñas y 157 niños. La edad estaba comprendida entre los 6 y los 8 años. A continuación, en la Figura 1, podemos ver que la distribución de la muestra por sexos.

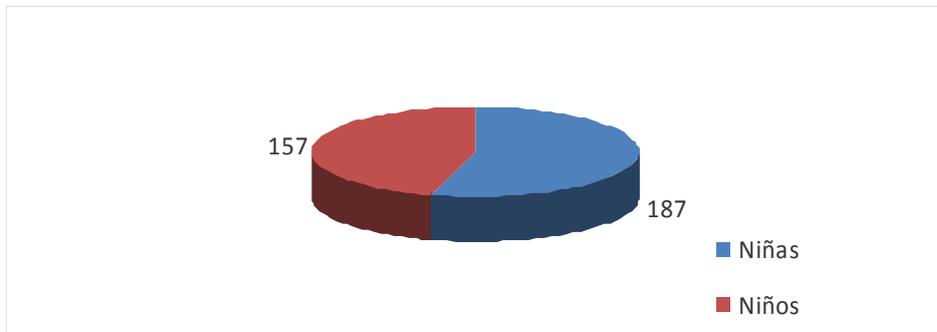


Figura 1. Número de alumnos/as según el sexo.

#### INSTRUMENTOS.

Hemos utilizado el Programa DIE (**Desarrollando la Inteligencia Emocional**) elaborado para desarrollarlo dentro la clase, e incorporarlo al currículum de los alumnos. Este programa es desarrollado por el tutor del grupo, el orientador del centro y el maestro especialista en Educación Musical. La causa por la cual se implica de manera directa al especialista en Educación Musical, es porque investigaciones anteriores (Martín, León y González, 2009) con alumnos de primer ciclo de E.S.O. han mostrado una correlación positiva entre la I.E. y la vivencia de la música, es decir, los alumnos que más y mejor vivencian la música son aquellos que mejor reconocen y expresan las emociones presentes en los distintos estados de ánimo.

El Programa DIE está constituido por los siguientes contenidos:

- Autoconocimiento: Conoce tu autoestima y tus emociones.
- ¿Cómo te sientes? Controló 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 y a comunicarme bien.
- Soluciono problemas con los demás. Llegamos a acuerdos.
- Mejoro relaciones interpersonales. Yo, tú, él, nosotros ...algo más que pronombres personales.

- Trabajo en Educación Musical. Vivenciamos la música (estados de ánimo, relajación, percepción de sentimientos, comprensión y regulación de emociones).

**Con alumnos:** Se incluyen en su currículum 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.



## PSICOLOGÍA POSITIVA Y CICLO VITAL

**Procedimiento.**

Una vez seleccionados al azar los cuatros centros educativos, nos pusimos en contacto con los directores de los centros y los tutores de los cursos para informales del objeto de nuestro trabajo y solicitarles su colaboración. Los respectivos centros mostraron disponibilidad y gratitud hacia el programa.

**3. RESULTADOS**

**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. DISCUSIÓN**

Tomados en su conjunto, los resultados de nuestro trabajo, ponen de manifiesto que la implantación del programa DIE (Desarrollando la Inteligencia Emocional) produce resultados positivos tanto en alumnos, como en profesores, como en padres.

Dichos resultados, nos animan a continuar el trabajo con el programa, y si las condiciones lo permiten, lo pondremos en marcha próximamente en el segundo y tercer ciclo de primaria. De este modo, podremos valorar los resultados más a largo plazo y realizar un interesante estudio longitudinal tras la aplicación del mismo.

Finalmente, podemos concluir que los resultados obtenidos son altamente positivos para todos los miembros de la comunidad educativa: alumnos, profesores y padres, lo cual nos hace reflexionar sobre la importancia de un trabajo más sistemático con esta materia no en detrimento de las demás, pero si de forma simultánea y paralela.

En cuanto al área de Educación Musical se refiere, hemos de señalar, que los resultados obtenidos resultan también altamente satisfactorios puesto que con dicho trabajo se mejora no solo el “rendimiento emocional” ( se aumenta la autoestima, se favorece el autoconocimiento y el autocontrol...) de nuestros alumnos, sino también el rendimiento académico de los mismos.

**5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Binet, A y Simon, T. (1908). Le développement de l'intelligence chez les enfants. *L'Année psychologique*, 14, 1-94.

Martín, E., León, B., González, J. (2010). II Congreso Internacional de Convivencia Escolar. Almería.

Mayer, J.D. y Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17, 433-442.

Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp.3-34). New York: Basic Books.

Thorndike, E.L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's Magazine*, 140, 227-235.

*Fecha de recepción: 25 de febrero 2010*

*Fecha de admisión: 19 de marzo 2010*

