

Educación emocional como prevención al acoso escolar

Autor: López Salmerón, Marta (Graduado en Educación Primaria. Especialidad Educación Física).

Público: Maestros Educación Infantil y Educación Primaria. **Materia:** Educación Primaria, Educación Física. **Idioma:** Español.

Título: Educación emocional como prevención al acoso escolar.

Resumen

El objetivo principal del presente trabajo es analizar diferentes estudios sobre la implantación de programas que trabajan la Inteligencia Emocional en escolares. Tomando como piedra angular de este proyecto el acoso escolar, se atenderá la prevención del mismo mediante la educación de las emociones. Conocer las características principales de la Inteligencia Emocional proporcionará las claves para la formación de los discentes en las aulas de Educación Primaria. Finalmente, los resultados nos advierten de los beneficios que supondría el educar las emociones desde la infancia para favorecer la adquisición de competencias emocionales y mejoras en las relaciones sociales y de amistad.

Palabras clave: Inteligencia emocional, educación emocional, acoso o bullying, educación integral.

Title: Emotional education as prevention of bullying.

Abstract

The main objective of the present work is to analyze different studies on the implementation of programs that work Emotional Intelligence in schoolchildren. Taking as cornerstone of this project bullying school, will be addressed the prevention of it by the education of emotions. Knowing the main characteristics of Emotional Intelligence will provide the keys for the training of students in the Primary Education classrooms. Finally, the results warn us of the benefits of educating emotions from childhood to favor the acquisition of emotional competences and improvements in social and friendship relationships

Keywords: Emotional Intelligence, emotional education, bullying, integral education.

Recibido 2017-06-28; Aceptado 2017-07-07; Publicado 2017-07-25; Código PD: 085083

1. OBJETIVO Y JUSTIFICACIÓN

El Decreto n.º 198/2014, de 5 de septiembre, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, referenciado a partir de ahora como Currículo de la Región de Murcia, configura la Educación Primaria como “una etapa educativa en la que se inicia la escolarización obligatoria y se contribuye a garantizar una formación integral que favorece el pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos”. Una formación integral contribuiría al pleno desarrollo de la personalidad del alumnado, dirigiéndose así a las dimensiones psicológicas, intelectual académica, formación en valores, física y social. Para poder educar atendiendo a todos esos ámbitos es imprescindible comprender la realidad del niño, lo que espera, lo que siente, lo que piensa y lo que le emociona. El currículo de la Región de Murcia, además añade:

“La Educación Primaria es una etapa educativa determinante por cuanto se construyen en ella las bases del pleno desarrollo de la personalidad, así como el conjunto de conocimientos, recursos y herramientas de aprendizaje que capacitan a los alumnos para cumplir con éxito sus objetivos. Solo un sistema educativo de calidad, inclusivo, integrador y exigente, garantiza la igualdad de oportunidades y hace efectiva la posibilidad de que cada alumno o alumna desarrolle el máximo de sus potencialidades”.

Las necesidades que requiere la sociedad actual exigen un cambio radical en el sistema educativo que permita cumplir con éxito aquellos objetivos que propone, por un lado, el Currículo de la Región de Murcia y, por otro lado, los centros educativos. La realidad en las aulas ha variado en los últimos años. Alumnos, docentes, metodologías, orientaciones y recursos han sufrido una alteración provocada por una inminente y veloz transformación social. Esta mutación de la población ha ocasionado dentro de la comunidad educativa, entre otros, graves problemas sociales como el acoso escolar o bullying. La preocupación sobre este malestar comunitario ha ocasionado que profesionales de diferentes índoles se responsabilicen de su causa y estudien su solvencia.

El objeto de estudio que se propone en el presente trabajo se centra en análisis de varias investigaciones previas basadas en la propuesta de incluir programas de Inteligencia Emocional en las aulas para prevenir o paliar problemas de acoso escolar o bullying. Las investigaciones seleccionadas en las que me he basado son tres: la primera investigación, presta la información necesaria para conocer la Inteligencia Emocional en las víctimas de acoso y los agresores; en la segunda se evalúa el efecto de la Inteligencia Emocional en las aulas como factor preventivo a las conductas disruptivas y violencia y, finalmente, la tercera investigación promulga la eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria.

La Inteligencia Emocional se asentó como término en 1995 con la majestuosa obra del periodista e investigador Daniel Goleman. Este autor nos propone en su *best seller* los beneficios que supone el trabajo de la Inteligencia Emocional con individuos de diversas características. El profundo interés que ciñe esta memoria se centra en conocer los resultados de programas ya implantados en Educación Primaria y valorar su viabilidad, principalmente para prevenir el acoso escolar, y para mejorar aspectos relevantes de la vida del alumnado promoviendo cumplimentar una formación integral.

La justificación más evidente para la realización del presente estudio, viene dada por el paralelismo de la teoría académica dada en las aulas con las vivencias prácticas de las asignaturas Prácticas Escolares II y Prácticas Escolares III en el Grado de Educación Primaria. A diario, se observan como los alumnos se encuentran en continuas disputas por inmensidad de asuntos, la preocupación ante ello es máxima ya que estos enfrentamientos, en muchas ocasiones muy graves, suponen un retraso en cuanto al desarrollo humanitario y académico de los educandos de este presente siglo. El problema acecha cuando los altercados, las tensiones o discrepancias alcanzan índices de violencia muy elevados. Y sobre todo, cuando estos desacuerdos parecen envolver a un solo individuo en concreto. Tristemente, los casos de acoso están aumentando hoy en día a nuestro alrededor, en nuestros centros escolares y entre nuestros educandos.

El acoso escolar es un tema que todavía parece ser tabú en muchos centros, quizás sea un problema tan grave que muchos profesionales pretenden evitar su confortamiento con el término para, de alguna manera, esquivar cualquier apunte que les acerque a su definición. Se trata de una preocupación común, duramente visible que se debe afrontar para prevenir o solventar. Atendiendo a la realidad más cercana experimentada durante la asignatura de Prácticas Escolares II, se tratará la Programación General de Aula como la primera intervención real de prevención en los centros escolares mediante el Programa para la Mejora de la Convivencia Escolar. Este programa está diseñado para paliar los problemas de conducta en el aula que constituyen la mayor dificultad con la que se encuentra el profesorado para desarrollar su tarea educativa. Los problemas de conducta en el aula no sólo afectan profesional y/o personalmente al profesorado, también puede resultar severamente dañada la capacidad de aprendizaje y de relación social del resto de alumnos/as., así como las relaciones entre profesores/as., entre padres y madres y el centro educativo. Las repercusiones negativas de los problemas conductuales no sólo preocupan a profesores y padres, también la Administración Educativa, y concretamente la Dirección General de Centros identifica la disrupción en el Aula y en el Centro Educativo como uno de los problemas más acuciantes de los Centros de Enseñanza.

Supone un reto para los Claustros de los Centros Educativos, iniciado el siglo XXI, dar una respuesta educativa adecuada a esta necesidad, que siempre ha estado presente en los Colegios pero de una manera más directa en el momento actual. La respuesta educativa que el profesorado ha de dar a la problemática de convivencia en las aulas y en los centros, con la ayuda de los padres y madres del alumnado, requiere sensibilidad, coherencia y trabajo en equipo. Por otro lado se ha de intervenir de forma preventiva y correctiva si queremos realmente cubrir dicha necesidad educativa. La normativa que se encuentra en vigor referente a la convivencia escolar y que más claramente destacaría sobre el caso, comentada anteriormente, sería la *Resolución de 4 de abril de 2006, de la Dirección General de Ordenación Académica, por la que se dictan instrucciones en relación con la situación de acoso escolar en los centros docentes sostenidos con fondos públicos que imparten enseñanzas escolares (B.O.R.M. de 22)*.

El tratamiento de educar las emociones en este tipo de programas supondría disminuir el riesgo de que se produzcan casos de acoso escolar, así como posibles descensos en índices de alumnos con agresividad, violencia, ansiedad y depresión. A todo ello, habría que sumar que la ocupación y educación de las emociones en edad escolar beneficiaría, como analizaremos en la bibliografía más adelante, el rendimiento escolar y la adquisición de competencias emocionales y, mejoraría las relaciones sociales y de amistad.

2. CONTEXTO Y PARTICIPANTES

El centro educativo en el cual se ha llevado a cabo el análisis de observación para la investigación teórica del presente trabajo ha sido un colegio céntrico del municipio de Cieza.

Este centro cuenta con dos líneas de Educación Primaria siendo doce unidades de edades comprendidas entre los seis y doce años y seis unidades de Educación Infantil de tres a seis años.

La plantilla del Centro está compuesta por 31 maestros y maestras, la mayoría en propiedad definitiva, lo que garantiza la estabilidad y la cohesión entre ellos. Realizan Cursos de formación y actualización asiduamente, tanto a nivel individual como colectivo.

Con el propósito de conocer los aspectos más relevantes que pueden ser útiles para cuestionarnos el objeto de estudio, es necesario analizar el entorno en el que viven, sus familias y profesionales al cargo.

El colegio, en su Programación General Anual, recoge los datos de una encuesta realizada por el equipo directivo del Centro en el año 2014 en base a las familias de los alumnos y alumnas que acuden al centro:

De un total de 349 familias han respondido y entregado el cuestionario 260, es decir un 74,5%. Se ha efectuado el vaciado de dichas encuestas y se ha realizado el presente informe atendiendo punto por punto las diferentes cuestiones planteadas, siendo el resultado el siguiente:

En cuanto al núcleo familiar, las edades de los padres de los alumnos han sido hasta los 30 años, un 2% y 4%; entre los 30 y 50 años, un 46% y 44%; más de 50 años, un 1,5% y 1% respectivamente. Un 80% de las respuestas corresponden a familias de uno o dos hijos y un 20% son familias numerosas, la mayoría de éstas con tres hijos (15%), correspondiendo el resto a familias con cuatro o más hijos.

La gran mayoría de las familias son estables y sólo un 5% de los padres son separados o divorciados. También es destacable que un 11% de las familias viva en compañía de los abuelos o abuelas. En cuanto al trabajo, el porcentaje de padres en activo es de un 75%, el porcentaje de madres en activo es de un 52%, el porcentaje de padres-madres jubilados es de un 4,3% y el porcentaje de padres-madres en paro es de un 21% y sólo un 1% cobra subsidio de desempleo.

El nivel de estudios alcanzado por los encuestados es inferior a medida que avanza la edad de la población, existiendo sólo un pequeño porcentaje de padres (9,5%) y madres (7,5%) con estudios inacabados. Al mismo tiempo el número de padres y madres de alumnos, con estudios superiores es bastante apreciable 19% y 18% respectivamente.

Por su parte, en el ambiente familiar, punto clave para nuestro estudio, cabe destacar que un 90% de los padres afirma mantener siempre diálogo con sus hijos; un 98% también tiene establecidas unas normas de convivencia en casa de las que el 80% señalan que sí que las cumplen. La gran mayoría de las familias señalan que las decisiones las toman conjuntamente ambos padres (más del 90%). A medida que la población es más joven este porcentaje asciende hasta alcanzar un 94%.

Entre los temas que más preocupan a la mayor parte de las familias se halla el de la educación (del 15-18), el respeto con un 20% y la cultura un 25%.

Los valores que más se fomentan en casa se reparten entre el respeto más del 95% y la tolerancia, más del 70%. La relación de las familias con el centro se basa en tener, al menos, una entrevista con el tutor. Generalmente son convocadas por el propio tutor al principio de curso.

Prácticamente todos coinciden que son suficientes las reuniones con el Centro. Ahora bien, más de un 20% de padres tienen dos o más entrevistas con el tutor; en educación primaria, un 14% considera que necesita más reuniones, a pesar que más de la mitad de las mismas las convoca el tutor y no los padres.

La mayoría de las reuniones son voluntarias por parte de las familias y un 40% son previa citación del profesorado siendo la asistencia a estas últimas de un 90% de los encuestados y sólo un 6% no acude prácticamente nunca a una reunión.

Respecto a la pregunta, ¿Qué importancia le dan a los siguientes objetivos en la educación de su hijo (puntuar del 1 a 5)?

Estos son los resultados obtenidos:

- Que sepa ser solidario con sus semejantes: 65 % (5), 15,5 % (4), 3,9 % (3), 2,7 % (2) y 4,7 % (1).
- Que tenga amigos personales: 45 % (5), 18,6 % (4), 18 % (3), 5,8 % (2) y 2,3 % (1).
- Que adquiera muchos conocimientos: 52 % (5), 19 % (4), 7,4 % (3), 4,7 % (2) y 7,8 % (1).
- Que obtenga buenas calificaciones académicas: 50 % (5), 24,5 % (4), 8,9 % (3), 5,8 % (2) y 1,9 % (1).
- Que adquiera hábitos de higiene, salud y de vida deportiva: 59 % (5), 19 % (4), 6,6 % (3), 3,1 % (2) y 3,1 % (1).

Los padres de alumnos coinciden en que la relación colegio-padres mejoraría con un mayor número de entrevistas (20-30%) con los profesores.

Por último, un 81% considera que la formación religiosa es una cuestión de la familia y escuela, por el contrario, a un 16% no le preocupa esta cuestión y sólo un 1% considera a la escuela como única responsable.

La encuesta realizada por el centro permite darnos a conocer el contexto sociocultural en el que se encuentran estos alumnos. Considerar de gran importancia que las respuestas que han quedado reflejadas en el estudio, servirán de apoyo para el análisis de los estudios por el hecho de que la violencia y agresiones cometidas en las aulas se verán directamente relacionadas con el entorno bajo el que se desenvuelve el alumnado.

Aunque la observación directa para la reflexión de este estudio se llevó a cabo de manera global sobre el centro, se prestó una mayor atención en aquellos individuos sufridores de acoso, así como en sus presuntos acosadores. Cabe destacar, por tanto, que será un suceso concreto el que tendremos en cuenta para la elaboración del presente análisis y obtención de resultados.

El discente acosado perteneciente a quinto curso de Educación Primaria, no parecía haber tenido problemas sociales, ni dentro ni fuera del centro, hasta el momento en el que le llega al equipo directivo una notificación por parte de un psicólogo externo al centro con una denuncia por acoso al educando. Se reunió al claustro de inmediato y se produjo un seguimiento exhaustivo del caso siguiendo las pautas marcadas en la *Resolución de 4 de abril de 2006, de la Dirección General de Ordenación Académica, por la que se dictan instrucciones en relación con la situación de acoso escolar en los centros docentes sostenidos con fondos públicos que imparten enseñanzas escolares (B.O.R.M. de 22)*.

La realidad presenciada durante el período de prácticas me permitió conocer con objetividad la vida en el centro escolar. Tras impartir las clases correspondientes, los docentes prácticamente no atienden aquellas necesidades básicas que exige el alumnado. La excesiva preocupación por el currículo por parte de algunos profesores, sin prestar demasiada atención a otros asuntos de índole no cognitivos, sino personales o sociales, provocan, en cierto modo, que no se le dedique el tiempo suficiente a situaciones tan serias como la mencionada.

3. MARCO TEÓRICO

El currículo de Educación Primaria de la Región de Murcia redacta:

Este currículo propugna que las habilidades cognitivas, siendo imprescindibles, no son suficientes; es necesario adquirir desde edades tempranas competencias transversales, como el pensamiento crítico, la gestión de la diversidad, la creatividad o la capacidad de comunicar, y actitudes clave como la confianza individual, el entusiasmo, la constancia y la aceptación del cambio.

Las competencias transversales que debería satisfacer la escuela actual serían aquellas que permitan al individuo formarse como ser social, le permita bienestar y éxito en diversos aspectos de su vida.

El desarrollo de las capacidades académicas e intelectuales es, sin duda, uno de los pilares básicos de la Educación Primaria, pero no se debe obviar que existen otras competencias esenciales y vitales que posibilitan el desarrollo humano. Aparece para dar respuesta al tratamiento de esas competencias lo que se denomina como Inteligencia Emocional. Rafael Bisquerra (2000, p. 144) hace su particular alusión a la educación de las emociones:

“El poder de educar emocionalmente potencia y permite el desarrollo de competencias emocionales, conocidas como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar

conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. Dentro de las competencias emocionales están la conciencia y regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales, habilidades de vida y bienestar”

Para llegar al concepto que hoy conocemos como Inteligencia Emocional, es imprescindible conocer los pensamientos y corrientes que han influido en su construcción a lo largo de la historia. En opinión de Manuel Sosa Correa (2008, p. 7):

El tema de la Inteligencia Emocional (IE), se considera importante debido a que intenta describir aspectos del ser humano que no eran tratados de manera integral sino que se estudiaban de forma separada, por un lado la razón o los procesos cognitivos y por otro lado las emociones, de tal forma que la IE sin que vea estos dos aspectos como uno sólo, sí los ve como interdependientes, ya que considera al individuo como un ser en el que de manera indisoluble, piensa y siente, aún más, que sus pensamientos están influenciados por sus sentimientos y éstos por sus pensamientos. En un primer análisis, se ha de valorar el concepto de inteligencia desde varios puntos de vista.

“Siguiendo con Sosa Correa (2008), este expresa que el concepto de inteligencia ha ido poco a poco cambiando y, según al autor que se haga mención, la inteligencia abarcará desde dimensiones y habilidades creativas, afectivas, sociales, motivacionales, volitivas, hasta de personalidad.”

Será en siglo XIX cuando la Psicología como disciplina científica tome como objeto de estudio la inteligencia. El autor Manuel Sosa Correa realiza en su tesis titulada *“Escala Autoinformada de Inteligencia Emocional”* una descripción del desarrollo teórico de la inteligencia, así como de las emociones, a lo largo de la historia, de esta forma, Sosa Correa (2008), concreta cómo el estudio de la inteligencia se podría tratar desde tres enfoques fundamentales:

En el primero, el psicométrico, prevalece una concepción de la inteligencia que puede caracterizarse por ser de naturaleza biológica y susceptible a la medición. La atención se centra en los aspectos operacionalizables y cuantificables. El segundo enfoque es el cognitivo, viene marcado por el paradigma del procesamiento de la información. Podemos, entre otros, encuadrar dentro de este modelo a autores como Guilford, Campione, Brown y Sterberg. Para el primero la inteligencia es un proceso dinámico, en el que intervienen diversos factores que conforman un sistema complejo de interacción enfocado a los productos; para Sterberg, está formada por una diversidad de habilidades de pensamiento y de aprendizaje que son empleadas en la resolución de problemas académicos y extraacadémicos. Estos autores consideran que es posible mejorar la inteligencia y no sólo eso, sino que además, es un deber. El tercer enfoque pretende ir más allá del enfoque cognitivo. Es el que encabeza Gardner, quien hace un esfuerzo por plantear un enfoque del pensamiento humano más amplio y completo que el cognitivo y que abarca un amplio abanico de inteligencias”.

En el análisis del último enfoque mencionado, considerar de vital importancia la teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner (1998). “Este psicólogo e investigador sostiene que poseemos siete inteligencias: Inteligencias lingüística, Inteligencia lógico-matemática, Inteligencia musical, Inteligencia kinestésica-corporal, Inteligencia espacial, Inteligencia intrapersonal e Inteligencia Interpersonal. Estas dos últimas inteligencias están directamente relacionadas con la competencia social y, en suma, con la Inteligencia Emocional”. Actualmente, lo que se imparte y ofrece en las aulas se basa en una educación basada en contenidos y procedimientos orientados a una evaluación de inteligencias lingüística y lógico-matemática en primer orden. Más lejos de la realidad quedaría una educación donde se desarrolle plenamente todo el potencial de los discentes.

Focalizando nuestra tesis al mundo de las emociones, hemos de reconocer que estas siempre han sido un tema de reflexión. Mariano Chóliz (2005, p. 3):

Se puede entender que la emoción es una experiencia multidimensional con al menos tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo; conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo. Cada una de estas dimensiones puede adquirir especial relevancia en una emoción en concreto, en una persona en particular, o ante una situación determinada.

Siguiendo en esta misma línea, Cristina Casado y Ricardo Colomo (2006, p. 4), expresan:

Se propicia la separación de dos planteamientos filosóficos en cuanto a las emociones a lo largo de la historia. Por un lado, aparecen las doctrinas que dotan de significado a las emociones y, por otro lado, encontraríamos aquellas que niegan dicho significado. Haciendo un fugaz viaje por los comienzos de la filosofía clásica encontramos pensadores como Aristóteles quien mantiene una concepción funcionalista de las

emociones, así, señala en su obra “Ética a Nicómaco” que las emociones pueden ser educadas y a la vez utilizadas a favor de una buena convivencia. Sócrates con su “Conócete a ti mismo” señalaba la importancia de identificar las emociones y sentimientos del ser humano como base fundamental para articular la propia conducta. Por su parte, Platón dividió la mente o alma en los dominios cognitivo, afectivo y apetitivo, la trilogía básica de Platón es razón, apetito y espíritu, que en actualidad se corresponde en Psicología con la cognición, motivación y emoción. Este mismo planteamiento funcionalista de las emociones es defendido por las doctrinas naturalistas de Telesio, Patrizzi o Giordano Bruno, formuladas en los siglos XVI y XVII.

Continúan, Casado y Colomo (2006):

Sin embargo, para los estoicos las emociones no tienen significado ni función alguna, son tratadas desde un punto de vista totalmente negativo, tratándolas de juicios errados, opiniones vacías y privadas de sentido. Para ellos, son consideradas emociones de estulticia e ignorancia. En esta corriente estoica encontramos filósofos como Séneca y Crisipo quienes hacen una valoración cognitiva de las emociones y las consideraban como algo perturbador.

Actualmente, tanto el pensamiento filosófico, como el psicológico, sociológico o biológico asumen que para aprehender la conducta y existencia del hombre es imprescindible la exploración y conocimiento de las emociones. De este modo, el interés e importancia dada a las emociones han propiciado nuevas líneas de estudio.

Las emociones están presentes en nuestra vida, a cada momento y en cualquier paso o decisión que tomamos. Es algo complejo, abstracto, en definitiva, muy difícil de explicar. Como hemos visto en los párrafos anteriores, desde la antigüedad hasta nuestros días se ha intentado comprender qué son las emociones, de dónde vienen, sus características y repercusiones, así, encontramos un amplio abanico de posibilidades atendiendo a la posición teórica de los investigadores que se han dedicado a su estudio.

Gracias al estudio de Souza Barcelar (2001) podemos saber que “las emociones han sido tratadas desde diferentes corrientes: evolucionista, interesándose en el estudio de las emociones partiendo de dos enfoques: el genético (estudio de la hereditariadad de las emociones) y el social (función social de las emociones); psicofisiológica, analizando las emociones como la percepción de los cambios fisiológicos; conductista, enfatizando el estudio de las emociones en análisis de los fenómenos observables y medibles y, por último, la corriente cognitivista donde se afirma que las emociones surgen por la acción conjunta de la activación fisiológica a través de la atribución cognitiva, la cual interpreta los estímulos situacionales”.

Ambos términos, inteligencia y emoción, fueron unificándose gracias al trabajo de diversos autores. Los pioneros en fijar la atención en fusión de inteligencia y emoción fueron Peter Salovey y John Mayer.

Será en 1994 cuando Daniel Goleman publica “Inteligencia Emocional” abriendo una trascendental veda en este campo de estudio. Este psicólogo y periodista resume su best seller en que necesitamos una nueva visión de estudio de la inteligencia humana. Considera que no es suficiente encasillar a los individuos por su cociente intelectual y valorar solamente los aspectos tanto cognitivos como intelectuales y sus logros académicos sino que existen otras competencias de igual importancia.

Para Goleman (1995) la Inteligencia Emocional se refiere a:

La capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos, los de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que sostenemos con los demás y con nosotros mismos. Esta capacidad engloba cinco capacidades: autoconocimiento, autocontrol, automotivación, empatía y habilidades sociales.

“Según María Isabel Jiménez Morales y Esther López Zafra (2009), y atendiendo a nuestras inquietudes particulares, una de las líneas de investigación que más interés ha generado en los últimos años, dentro del campo de la Inteligencia Emocional, ha sido el análisis del papel que juegan las emociones en el contexto educativo”.

Goleman (1995) resalta las palabras de “Extremera y Fernandez-Berrocal (2001), quienes consideran que la sociedad ha sobrevalorado la inteligencia de las personas en detrimento de otras cualidades de los individuos, la evidencia empírica ha demostrado que ser cognitivamente inteligente no es suficiente para garantizar el éxito académico, profesional y personal”.

Actualmente, en multitud de escuelas en todo el mundo, encontramos un revolucionario cambio en innovación educativa donde el trabajo con la Inteligencia Emocional está provocando mejoras en diversos ámbitos. Las

demonstraciones experimentales y prácticas sobre los beneficios de la educación emocional son extraordinarias, por lo que se propone como objeto de estudio el análisis de programas impuestos en centro educativos en cuanto a educación de las emociones con el fin de prevenir problemas sociales como el acoso escolar.

Nos proponemos, finalmente, la necesidad de insertar el trabajo de la Inteligencia Emocional con los niños en Educación Primaria en las aulas para mejorar su rendimiento académico, su bienestar, y prevenir problemas futuros.

4. DESARROLLO

Era una bochornosa tarde de agosto en la ciudad de Nueva York, uno de esos días asfixiantes que hacen que la gente se sienta nerviosa y malhumorada. En el camino de regreso a mi hotel, tomé un autobús en la avenida de Madison y, apenas subí al vehículo, me impresionó la cálida bienvenida del conductor, un hombre de raza negra de mediana edad en cuyo rostro se esbozaba una sonrisa entusiasta, que me obsequió con un amistoso “¡Hola! ¿Cómo está?”, un saludo con el que recibía a todos los viajeros que subían al autobús mientras éste iba serpenteando por entre el denso tráfico del centro de la ciudad. Pero, aunque todos los pasajeros eran recibidos con idéntica amabilidad, el sofocante clima del día parecía afectarles hasta el punto de que muy pocos le devolvían el saludo.

No obstante, a medida que el autobús reptaba pesadamente a través del laberinto urbano, iba teniendo lugar una lenta y mágica transformación. El conductor inició, en voz alta, un diálogo consigo mismo, dirigido a todos los viajeros, en el que iba comentando generosamente las escenas que desfilaban ante nuestros ojos: rebajas en los grandes almacenes, una hermosa exposición en aquel museo y qué decir de la película recién estrenada en el cine de la manzana siguiente. La evidente satisfacción que le producía hablarnos de las múltiples alternativas que ofrecía la ciudad era contagiosa, y cada vez que un pasajero llegaba al final de su trayecto y descendía del vehículo, parecía hacerse sacudido de encima el halo de irritación con el que subiera y, cuando el conductor le despedía con un “¡Hasta la vista! ¡Qué tenga un buen día!", todos respondían con una abierta sonrisa. (Goleman, 1995, p.23)

Esta anécdota, tan peculiar a la vez que insignificante, contiene más poder y sabiduría que muchas de las lecciones que me enseñaron en el colegio allá por el año 2000 de teorías y fórmulas inútiles sin uso práctico para la vida. Me ha resultado de gran trascendencia, pues en nuestro día a día nos encontramos con pocas personas así. Este suceso marcará la presente investigación ya que personalmente me ha sobresaltado y lo considero un punto de reflexión para la vida.

Así comienza el prelude del libro de Daniel Goleman, “Inteligencia Emocional”. Un suceso del periodista científico donde nos deja entreabierta una puerta a la esperanza, a la educación, a la esperanza en la educación, a confiar en el hombre como un ser lleno de sentimientos positivos, de buen corazón, como relata el escritor: “aquel conductor era un conciliador nato, una especie de mago que tenía el poder de conjurar el nerviosismo y el mal humor que atenazaban a sus pasajeros, ablandando y abriendo un poco sus corazones”. (Goleman, 1995, p.24)

En la actualidad, solo nos basta con encender el televisor o poner la radio para percatarnos de los sobrecogedores altercados que están sucediendo a nuestro alrededor. Es verdaderamente trágico y demoledor observar cómo niños y niñas en edad de seis a doce años son acosados y maltratados por compañeros y compañeras de clase o de su propio centro escolar. Las noticias que nos inundan los últimos años sobre el acoso y bullying van en aumento a una velocidad descontrolada. Disminución del rendimiento escolar, baja autoestima, trastornos emocionales, depresiones y hasta pensamientos suicidas son provocados por pequeños agresores capaces de convertir la vida de otro ser en un auténtico calvario. No es un tema que nos pille de sorpresa ni, mucho menos, lejos de la realidad. El 19 de febrero de este mismo año, el periódico La Opinión nos sorprendía con un artículo donde recoge que la Región de Murcia es la comunidad autónoma con la tasa de acoso escolar más alta de todo el país, “El 11% de los escolares de la Región se siente víctima de agresiones e insultos ocasionales y un 2,8% asegura sufrirlos con frecuencia, según un estudio de Save The Children”.

Nos encontramos en una sociedad en la que el acoso escolar se ha convertido en un auténtico problema social y no es de extrañar, ya que nuestra realidad se basa en una continua competitividad e insolidaridad ante todo. Buscar el prototipo del individuo acosador no podemos considerarlo como trabajo forzoso o costoso ya que estos presentan, generalmente, características desconcertantes a la vez que observables. Son sujetos que actúan movidos por el abuso de poder y el deseo de intimidar y dominar. Suelen ser seres autoritarios, líderes tóxicos, prepotentes y chulescos. En suma, diversos estudios nos revelan que estas entidades muestran trastornos de ansiedad, comportamientos antisociales,

siendo propicios a depender de las drogas y con altas probabilidades de presentar una sicopatología en algún momento de su vida.

Ante el aumento a la tendencia de la presente generación infantil al aislamiento, a la depresión, la ira, la falta de disciplina, el nerviosismo, la ansiedad, la impulsividad y la agresividad, Goleman (1995), nos propone que existe una solución al respecto, la cual se basa en la forma de preparar a los jóvenes para la vida: "Una posible solución consistiría en forjar una nueva visión acerca del papel que deben desempeñar las escuelas en la educación integral del estudiante, reconciliando en las aulas a la mente y al corazón".

El ojo del huracán de este grave e importante problema podemos encontrarlo en un alarmante malestar emocional. Mi observación durante los periodos de prácticas me llevan a analizar cómo los docentes focalizan parte de su actuación en cubrir las necesidades que les exigen en el momento, más concretamente y a modo de ejemplo, los cursos donde iban a llevarse las pruebas de diagnóstico en lengua castellana y matemáticas estaban totalmente inmersos en un aprendizaje casi absurdo, agobiados e incluso presionados por los resultados que pudieran salir. La maestra encargada de impartir ambas asignaturas vivía un suplicio, totalmente agobiada y estresada, por transmitir unos conocimientos a toda prisa, sobrecargando a los escolares de temario que ni siquiera la mitad de ellos eran capaces de asimilar para que fueran capaces de vomitar, metafóricamente, las obligaciones y exigencias que desde la consejería se propusiesen.

Con esto no expongo ninguna crítica a la demanda académica exigida en las escuelas de Primaria sino que considero inoportuno el focalizar el desarrollo a una inteligencia académica que, en solitario, no ofrece la menor preparación para la multitud de dificultades o de oportunidades a la que los estudiantes se enfrentarán a lo largo de su vida.

Goleman nos comenta en su obra cómo Gardner (1998), psicólogo de la Facultad de Pedagogía de Harvard y autor del libro *Inteligencias Múltiples: la teoría en la práctica*, realiza una crítica al sistema educativo actual ya que este debería contribuir al desarrollo del niño asistiéndole a encontrar "una parcela en la que sus facultades personales puedan aprovecharse plenamente y en la que se sientan satisfechos y preparados". Sin embargo, describe en palabras del propio Gardner que se ha disipado por completo ese objetivo, y en su lugar, se oprime a los individuos ante un estilo educativos que, "en el mejor de los casos, les proporcionará una excelente preparación para convertirse en profesores universitarios. Y nos dedicamos a evaluar la trayectoria vital de una persona en función del grado de ajuste a un modelo de éxito estrecho y preconcebido". Por tanto, la reflexión que nos aporta el autor del libro *Inteligencia Emocional* sería la de dedicar menos tiempo en catalogar a los educandos y, a favor de ellos, proporcionales las herramientas y medias necesarios para instruir sus habilidades y dones natos. Concluye, existen miles de formas de alcanzar el éxito y multitud de habilidades diferentes que pueden ayudarnos a conseguirlo".

Tradicionalmente, una persona inteligente ha sido descrita por cubrir una serie de competencias de índole cognitivo y metacognitivo, y es lo que parece que busca el sistema educativo actual.

El debate que se tiene sobre la inteligencia es inevitable, así como su evaluación. El desarrollo de estudio de la inteligencia surge como una necesidad de clasificación y de detección de lo que es un individuo inteligente y uno poco inteligente. Pero, tratar de evaluar y clasificar quién es inteligente de quién no lo es, me atrevería a exponer que, es un error, incluso una aberración. Se ha analizado mediante multitud de estudios científicos, y resalta Goleman (1995), "que la determinación del cociente intelectual solo parece aportar un 20% de los factores determinantes del éxito, mientras que el 80% restante dependerá de otra serie de factores".

Si focalizamos, por un instante, nuestra atención al Currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia encontramos:

La Educación Primaria es una etapa educativa determinante por cuanto se construyen en ella las bases del pleno desarrollo de la personalidad, así como el conjunto de conocimientos, recursos y herramientas de aprendizaje que capacitan a los alumnos para cumplir con éxito sus objetivos. Solo un sistema educativo de calidad, inclusivo, integrado y exigente, garantiza la igualdad de oportunidades y hace efectiva la posibilidad de que cada alumno o alumna desarrolle el máximo de sus potencialidades.

Acorde a lo aquí expuesto y en relación a la práctica en las aulas, permítaseme que discrepe. Desde mi punto de vista, confío plenamente en la labor competente y comprometida de nuestros docentes, pero quizás el epicentro sobre el que se basa nuestro sistema educativo presente ciertas carencias, imprescindibles de analizar y, por supuesto, solventar. La mayor preocupación durante un curso académico se basa en satisfacer plenamente los objetivos académicos propuestos, en definitiva, complacer una evaluación final de cada tema, unidad, trimestre, curso y, finalmente, de la etapa en primaria.

Se forma a grupos de individuos con el principal objetivo de prepararlos para el paso a la Educación Secundaria Obligatoria.

Saber que una persona ha sido capaz de sacar notas estupendas equivale a saber que es realmente buena en las pruebas de evaluación académicas más nos e insuficiente para conocer el modo en que reaccionará ante las vicisitudes que le presente la vida. Por tanto, debemos estar alerta todos aquellos que formamos parte del interesante y peculiar mundo educativo. Todos formamos parte de este gran mundo, estudiantes, docentes y familias. Todos debemos involucrarnos en la educación y para ello, debemos, en primer lugar, saber qué es lo que buscamos y qué es lo que pretendemos conseguir. Quizás, este sea uno de los grandes problemas que debemos afrontar, Goleman (1995) añade que “la inteligencia académica no ofrece la menor preparación para la multitud de dificultades –o de oportunidades- a la que deberíamos enfrentarnos a lo largo de nuestra vida”, y continúa:

Nuestras escuelas y nuestra cultura, en general, siguen insistiendo en el desarrollo de las habilidades académicas en detrimento de la inteligencia emocional, de ese conjunto de rasgos que tan decisivo resulta para nuestro destino personal. Al igual que ocurre con la lectura o con las matemáticas, por ejemplo, la vida emocional constituye un ámbito –que incluye un determinado conjunto de habilidades- que puede dominarse con mayor o menor pericia. Y el grado de dominio que alcance una persona sobre estas habilidades resulta decisivo para determinar el motivo por el cual ciertos individuos prosperan en la vida mientras que otros, con un nivel intelectual similar, acaban en un callejón sin salida. (Goleman, 1995, p.77).

Lo que viene a decirnos este referente de la Inteligencia Emocional es que al igual que se prepara al alumno en el desarrollo de habilidades cognitivas, es imprescindible necesario hacerlo en otras habilidades igual de importantes, las emocionales. El éxito en la vida no se consigue cuanto más conocimiento se tiene, sino quien mejor lo sabe aplicar y, para ello, es necesario de una inteligencia emocional para su puesta en práctica. Este referente nos explica cómo existe una clara evidencia de cómo personas emocionalmente desarrolladas disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida, desde relaciones sociales hasta el éxito en el mundo laboral. Aquella persona que logra desarrollarse emocionalmente es capaz de gobernar adecuadamente sus sentimientos, y en consecuencia sabe interpretar y relacionarse satisfactoriamente con los demás. Explica Goleman:

Estas personas que han desarrollado adecuadamente las habilidades emocionales suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Quienes, por el contrario, no pueden controlar su vida emocional, se debaten en constantes luchas internas que socavan su capacidad de trabajar y les impiden pensar con suficiente claridad. (Goleman, 1995, p.78).

Actualmente, existe un descontento generalizado en cuanto a la educación en España. Son muchos los factores que influyen en este detrimento educacional pero no podemos mirar hacia otro lado y seguir como si nada. Es imprescindible evaluar las deficiencias más importantes y trabajar conjuntamente para lidiar con ellas. Somos nosotros, los docentes, los que ahora tenemos el testigo, los encargados de luchar por la educación que nos merecemos, por un futuro para todos y una prosperidad rotundamente necesaria.

Las pruebas que se realizan a diario en la escuela esclavizan a nuestros jóvenes. Son pruebas discriminatorias, “basadas en una noción restringida de la inteligencia que no tiene en cuenta el amplio abanico de habilidades y destrezas que son muchas más decisivas para la vida que el cociente intelectual”. Puede que una prueba determinante para la mejora en educación sea trabajar la inteligencia emocional. Una inteligencia estrictamente necesaria que, trabajada junto con el desarrollo del conocido cociente intelectual, puede darnos la clave para el éxito.

Destaco la importancia que se le da a la inteligencia emocional sin dejar de lado el desarrollo cognitivo, el cual destaca aparentemente en las escuelas. El educar emocionalmente supondría, por tanto, ayudar a la persona a desarrollarse en todos los ámbitos de la vida y no solo en aquellos aspectos solamente teóricos y, consecuentemente, incompletos.

Estudios científicos avalan que la Inteligencia Emocional es una realidad, qué está actualmente en auge y que tienen efectos extraordinariamente beneficiosos en el contexto educativo.

Horas Villareal (2008) en su análisis “La Inteligencia Emocional en los Centros Educativos”, comenta cómo La Inteligencia Emocional no trata de medir la capacidad, el rendimiento académico del alumno o su Cociente Intelectual porque este no es el único que mide el éxito profesional, social o sentimental, sino otros factores como la motivación, el optimismo, la empatía o el autocontrol. Siguiendo a este autor, destacaremos los cinco componentes de la Inteligencia Emocional para desarrollar las habilidades destacadas anteriormente:

- Autoconciencia (habilidad de reconocer y entender nuestras emociones, estado de ánimo...).
- Autorregulación (habilidad para controlar o redirigir impulsos y estados de ánimo, pensar antes de actuar).
- Motivación (pasión para trabajar por razones que van más allá del dinero y status).
- Empatía (habilidad para entender la apariencia emocional de los temas y tratar con las personas de acuerdo a sus relaciones emocionales).
- Habilidades sociales (habilidad para encontrar un espacio común y construir simpatía).

Potenciar estas habilidades ayudaría a sacar mejor partido de nuestra propia información emocional y de las personas que nos rodean, a integrar esta información en nuestra forma de pensar y a usar esta valiosa información para tomar decisiones que nos faciliten conseguir nuestros objetivos.

Así, la Inteligencia Emocional intelectualiza nuestras emociones, creando una simbiosis entre emoción y razón, para corregir nuestro comportamiento. De esta manera, mejorará nuestra relación con nosotros mismos y con las personas de nuestro entorno. En suma, el desarrollo de la Inteligencia Emocional beneficiará el rendimiento de los escolares y la forma de trabajar de los mismos.

Bisquerra (2000, p.124) destaca que “la educación emocional supondría una innovación educativa que responde a necesidades sociales no atendidas en las materias académicas ordinarias”.

El ser humano, como ser complejo, necesita potenciar tanto sus capacidades académicas e intelectuales como aquellas que le posibilite formarse como persona.

Tras el análisis de Manuel Bisquerra (2000, p.243) sobre la educación emocional, este añade:

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con el objetivo de capacitar al individuo a afrontar mejor los retos que se le plantean en su vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.

Los problemas de integración, las conductas disruptivas y agresivas, las faltas de respeto o las situaciones peligrosamente conflictivas podrían verse paliadas mediante la implantación de la educación emocional. Son muchos los centros que desde hace pocos años llevan implantando programas de prevención con el fin de evitar los conflictos escolares a través del desarrollo de la inteligencia emocional. La propuesta que aquí se pretende presentar es la de analizar los resultados de varios estudios científicos sobre la puesta en marcha de programas de Inteligencia Emocional y las conclusiones obtenidas. La preocupación y curiosidad que alarmó mi persona a raíz del problema surgido en uno de los centros donde realicé mis prácticas escolares, me ha llevado a buscar posibles soluciones al problema.

A continuación, se analizará, entre otros, los resultados de un importante estudio publicado en la revista *European Journal of Education and Psychology* sobre la *Inteligencia emocional en las víctimas de acoso escolar y en los agresores*.

Este estudio tuvo lugar en Donostia, San Sebastián, a 248 alumnos de Educación Secundaria Obligatoria. Para evaluar las variables objeto de estudio se utilizaron 3 instrumentos de evaluación con adecuadas garantías psicométricas de fiabilidad y validez. El objetivo principal era analizar las relaciones existentes entre ser víctima de acoso escolar y ser agresor con inteligencia emocional.

Los autores, Maite Garaigordobil y Jose. A. Oñederra, (2010), resaltan en sus conclusiones que:

En primer lugar, los resultados de este estudio han puesto de relieve que los adolescentes que recibían muchas conductas sociales positivas, tenían alto pensamiento constructivo global o inteligencia emocional, alto nivel de pensamiento positivo, alto nivel de responsabilidad, poca suspicacia, pocas creencias, alto nivel de ilusión, y de ingenuidad.

En segundo lugar, los adolescentes que habían sufrido muchas conductas de intimidación o bullying y los que tenían alto índice general de agresión, también tuvieron bajo nivel de pensamiento constructivo global o inteligencia emocional, baja emotividad, baja autoestima, baja tolerancia a la frustración, baja eficacia y poca actividad (baja capacidad para aceptar desafíos y no abandonar ante el fracaso).

En tercer lugar, los adolescentes que tenían un nivel alto en conductas antisociales-delictiva mostraban bajo nivel de pensamiento constructivo global o inteligencia emocional, bajo nivel de eficacia, de actividad, de responsabilidad, de extremismo, de ilusión, de pensamiento estereotipado y de tolerancia. Finalmente, los resultados han evidenciado que tanto las víctimas de acoso escolar como los agresores tienen bajo nivel de Inteligencia Emocional.

La conclusión que podemos obtener gracias al estudio realizado por Garaigordobil, M. y Oñederra, J.A.(2010) se basa en la necesidad de implantar programas de intervención en contextos educativos que estimulen la Inteligencia Emocional (autoestima, tolerancia a la frustración, afrontamiento de situaciones estresantes, optimismo, afrontamiento de desafíos con orientación al éxito, responsabilidad...), ya que tendrán implicaciones positivas de cara a disminuir el número de niños y adolescentes que sufrirán situaciones de violencia o acoso.

La preocupación de los educadores por las deficiencias académicas de los escolares ha provocado que se deje de lado a aquellos individuos analfabetamente emocionales.

Cabe destacar que entre las intervenciones que hasta ahora se hacían, y se hacen, en la escuela ante situaciones conflictivas o comportamientos disruptivos alternan la indiferencia con los castigos duros y arbitrarios.

Por desgracia, he sido testigo de comentarios tales como “*déjalo, es un caso perdido*”, “*no tiene remedio*” o “*yo ya no sé qué hacer*”. Equivocadamente se intentan enderezar a este tipo de alumnos con castigos verdaderamente inútiles y poco efectivos. A día de hoy, pocas situaciones he presenciado donde el maestro, padre, madre o familiar hable con el niño, intente mantener un diálogo sobre qué es lo que ha pasado, qué le ha llevado a esa situación o cómo se siente tras el hecho cometido, en definitiva, que interiorice en sus emociones para conocerlas, comprenderlas y poder controlarlas y, por tanto, educarlas. También, parte de esta falta de comprensión e interés por la vida emocional de nuestros jóvenes y adolescentes está provocando el aumento descontrolado de las tasas de depresión, trastornos alimenticios o adicciones a drogas y alcohol.

Goleman (1995), por su parte, nos comenta en Inteligencia Emocional, cómo transcurren las clases de *Self Science*, una escuela privada de San Francisco. El tema fundamental del programa de Self Ciencia son los sentimientos, tanto propios como aquellos otros que tienen que ver con el mundo de las relaciones. La estrategia seguida consiste en convertir las tensiones y los problemas cotidianos en el tema del día. De este modo, los maestros hablan de problemas reales (sentirse ofendido, sentirse rechazado, la envidia, los altercados que podrían terminar transformándose en peleas en el patio del recreo, etc.) Como dice Karen Stone McCown, directora de Nueva Learning Center y creadora del programa de Self Science: “*el aprendizaje no sucede como algo aislado de los sentimientos de los niños. De hecho, la alfabetización emocional tan importante como el aprendizaje de las matemáticas o la lectura*”. (Goleman, D. Inteligencia Emocional. Página 393. 1995) A primera vista, las clases de Self Science parecen algo muy normal, incapaces de solucionar verdaderos problemas. Pero, al igual que puede ocurrir con otros altercados cotidianos, es necesario que se impartan de manera regular.

Como nos indica Goleman (1995, p.393):

De este modo, el aprendizaje emocional va calando lentamente en el niño y va fortaleciendo ciertas vías cerebrales, consolidando así determinados hábitos neuronales para aplicarlos en momentos difíciles y frustrantes. Y, aunque el contenido cotidiano de las clases de alfabetización emocional pueda parecer trivial, sus efectos el logro de seres humanos completos- resultan, hoy en día, más necesarios que nunca para nuestro futuro”.

Retomando el análisis de estudios empíricos que evalúan el efecto de la inteligencia emocional en las aulas, nos encontramos con el análisis de Extremera Pacheco, N., y Fernández-Berrocal, P., “*La inteligencia emocional en el aula como factor protector de conductas problema: violencia, impulsividad y desajuste emocional*”.

El objetivo de estos autores fue demostrar la influencia de la IE para promover el bienestar psicológico y reducir comportamientos agresivos e impulsivos en las aulas.

La muestra la formaban trescientos treinta y tres estudiantes adolescentes. Como medida de inteligencia emocional se utilizó la adaptación al castellano del Trait-Meta-Mood Scale (TMMS; Salovey y cols, 1995) que consiste en una escala rasgo de metaconocimiento de los estados emocionales que evalúa, a través de 24 ítems, las diferencias individuales en las destrezas con las que los individuos pueden ser conscientes de sus propias emociones, así como su capacidad para regularlas (Extremera, N., Fernández, P.) Los resultados obtenidos fueron los siguientes:

En primer lugar, los análisis de correlaciones entre variables mostraron que la tendencia a prestar atención a los sentimientos correlacionó negativamente con la salud mental y positivamente con mayor propensión a la supresión de pensamientos negativos, mayor tendencia a justificar las agresiones y niveles más elevados de impulsividad. La capacidad de los alumnos para reparar sus emociones se relacionó positivamente con mayor salud mental y negativamente con la justificación de agresiones frente conflictos interpersonales en el aula.

En segundo lugar, en función de sus niveles de justificación de la agresión aquellos con menor tendencia a justificar comportamientos agresivos informaron de mayores puntuaciones en salud mental, niveles más bajos de impulsividad y supresión de pensamientos negativos, una mayor habilidad para poder distinguir sus emociones y más capacidad para reparar emociones negativas y prolongar las positivas.

Ambos estudios señalados, *Inteligencia emocional en las víctimas de acoso escolar y en los agresores* y *La inteligencia emocional en el aula como factor protector de conductas problema: violencia, impulsividad y desajuste emocional*, fueron destinados a alumnos de Secundario. Quizás este tipo de análisis se realiza a grupos con edades más avanzadas, de doce a veinte años porque es la etapa en la que empiezan a aparecer verdaderos problemas, tales como drogadicción, absentismo escolar, embarazos no deseados, violencia o depresiones.

A pesar de que la etapa posterior a Educación Primaria es cuando aparecen realmente en los individuos estos comportamientos indeseables, es de los seis a doce años cuando se debe educar y potenciar los buenos hábitos para no caer en lo anterior.

A continuación, el estudio en el que focalizaremos la atención está destinado a la etapa de Primaria. Conoceremos los abrumadores resultados de una investigación sobre cómo afecta la Educación Emocional a los niños.

En la revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación, Isabel María Merchán, María Luisa Bermejo y Juan de Dios González (2014), tuvieron el placer de publicar “Eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria”.

El programa de desarrolló en el curso 2012-2013 a 78 alumnos del primer curso de Educación Primaria, con edades comprendidas entre los 5 y 7 años. El procedimiento metodológico usado se trata de un enfoque cualitativo con dos técnicas de recogida de datos: test sociométrico de amistad y una Escala de Inteligencia Emocional. También se implantó un programa de inteligencia emocional con los alumnos señalados para medir el antes y el después de la intervención el nivel de competencia emocional y las relaciones sociales del grupo-clase. Además, se midió la competencia emocional y grado de relaciones sociales de los alumnos del grupo control que no participó de la intervención. Las subescalas que se estudian son la autoconciencia, el autocontrol, el aprovechamiento emocional, la empatía y las habilidades sociales.

Los resultados obtenidos, primero en el Test Sociométrico de Amistad y después en la Escala de Inteligencia Emocional no dejan a nadie indiferente.

En el Test, se analiza como en el grupo control los cambios no han sido significativos mientras que entre el Pretest y el Postest del grupo con el que se ha intervenido si han sido significativas.

Por su parte, con la Escala ocurre lo mismo. El pre-post del grupo control no presenta diferencias significativas, lo cual demuestra que los conocimientos y competencias emocionales no se adquieren si no se trabajan directamente en el aula mediante actividades programadas con dicho objetivo. “En palabras de los autores, Dado que los resultados de ambos grupos en el postest son significativamente diferentes es posible afirmar que la formación de los alumnos en inteligencia emocional ha aumentado sus conocimientos básicos y competencias emocionales”.

Las subescalas que presentan mayores cambios han sido Autocontrol, Empatía y Habilidades sociales mientras que las restantes obtuvieron menos cambios. También, se destaca de la discusión realizada sobre la investigación, los resultados de una niña de la muestra. La alumna presenta discapacidad motora, se desplaza en silla de ruedas y tiene adaptaciones significativas en las áreas de Educación Física y Plástica. Esta chica muestra cambios realmente significativos entre el pretest y el postest, ha mejorado su nivel de integración en el grupo-clase y, por tanto, ha mejorado las relaciones de amistad entre sus compañeros. Algo similar ha ocurrido con un niño inmigrante de raza negra.

Lo que transmite este estudio es una verdadera confianza y fe en la puesta en práctica de programas de inteligencia emocional. Hemos podido apreciar como el desarrollo de competencias emocionales en la integración de niños con dificultades, deficiencias o inmigrantes provoca cambios realmente significativos en las relaciones sociales, favoreciéndose así la participación y respeto entre iguales y su mejora en la convivencia diaria en el grupo-clase.

5. CONCLUSIONES

Atendiendo a todas las necesidades educativas planteadas en el proyecto, debemos prestar especial atención al déficit educacional que hoy en día mantiene gran parte de la población infantil y juvenil. Con ello, nos referimos desde las aparentemente pequeñas faltas de comportamiento como malas contestaciones o conductas disruptivas hasta el acoso o bullying. El acoso o bullying parece haberse puesto de moda en los últimos años. Una moda, que se ha convertido en el quebradero de cabeza de tantos y tantos psicólogos, educadores, padres y madres.

No podemos obviar que estamos insertos en una sociedad complicada, una sociedad en declive por la pérdida de ciertos valores. Vivimos en la época del todo vale, en la lucha por una supervivencia salvaje, donde somos incapaces de mirar a los demás sin hacerlo por encima del hombro, en la que no conocemos el significado de cooperación sino de competición de por y para todo, en la que si queremos algo lo hacemos sin pensar en las consecuencias, incluso si para lograrlo tenemos que pisar a cualquiera, una sociedad, en definitiva, sin educación ni valores. Qué pretendemos conseguir, si nos encontramos solos ante un mundo loco y descontrolado. No es de extrañar que cada día se produzcan más divorcios, más depresiones, más violencia, más delincuencia, más asesinatos y más malestar social.

Con o sin ayuda, cada docente debe plantearse su cometido. Su actuación, su labor, sus objetivos y competencias. Como futura docente, una de mis mayores preocupaciones se cierne a la violencia y agresiones que se producen en la escuela. En mayor o menor medida, todos y cada uno de nosotros nos hemos enfrentado en algún momento de nuestra vida a insultos, ofensas, injurias o mofas, pero todo ello parecen ser cosas de niños, nótese la ironía. La inclusión de programas de prevención podría ser el paliativo ante tal situación.

Para trabajar con nuestro cometido es sumamente importante saber con quién estamos tratando. Nuestros alumnos no son espectadores de nuestras clases, sino cómplices de nuestro aprendizaje. Parece que las escuelas y sus integrantes están más preocupados en introducir en las mentes de los discentes contenidos y conocimientos sin realmente prepararlos para su adquisición. Reflexionar sobre el modo de aprendizaje de nuestros alumnos es el punto clave sobre el que debemos trabajar. No vale de nada ser un docente perfectamente preparado académicamente si realmente no empatiza, conoce, y se interesa por sus educandos. El principal interés que parece haberse puesto de manifiesto en las actuales leyes educativas es formar individuos totalmente capacitados para afrontar examen tras examen, prueba tras prueba, curso tras curso y tramo tras tramo. Pero, ¿realmente estamos preparando individuos para afrontar los problemas de la vida?, ¿les damos la capacidad para reflexionar, recapacitar, pensar y decidir?

Tras los análisis de los estudios mencionados y toda la recopilación bibliográfica sobre la Inteligencia Emocional acontecida, no nos queda otra que propiciar y favorecer su puesta en marcha en los centros escolares. A día de hoy no hemos encontrado inconveniente alguno sobre la implantación de la Educación Emocional en las aulas, sino todo lo contrario.

Compañeros y compañeras en activo me comentan cómo en ciertos momentos del curso realizan actividades relacionadas con la educación emocional en sus aulas, sin embargo, la mayoría me recrimina que no tienen tiempo suficiente para trabajar con ella en profundidad.

Esto supone un gravísimo error, la Inteligencia Emocional debe cuestionarse igual que debe hacerse con el resto de asignaturas que se incluyen en el currículo. Un primer paso hacia la inclusión de la Educación Emocional en las aulas sería en trabajarla a través de otras asignaturas como puede ser la lectura, la escritura o la salud.

La forma en la que cada maestro imparta su clase constituiría la piedra angular a la puesta en marcha de la educación emocional. No bastaría con realizar actividades aisladas o introducir en las unidades formativas que se trabaja con ellas sino realizar un verdadero tratamiento de la inteligencia emocional de los niños desde los seis hasta los doce años.

Todavía existe cierto miedo e inseguridad hacia esta innovadora metodología y, más que eso, falta de conocimiento de la misma. Muchos docentes no tienen formación suficiente para trabajar la inteligencia emocional en las aulas pero lo mismo ocurre con aquellos docentes que dejen de prepararse en cualquier ámbito educacional. La sociedad va cambiando, evolucionando, por lo que no podemos quedarnos obsoletos ante este inminente cambio.

Tomando la Educación Primaria como la clave del futuro de la sociedad, hemos de reconocer que somos los que tenemos que demostrar tal importancia. Consideramos evidente que trabajar la Inteligencia Emocional es imprescindible, que además es útil y valiosa, que se trata de una nueva forma de educar y que es un arma capaz de propiciar el cambio que tantos ansiamos. Reducir la agresividad, la violencia o la depresión en las aulas es posible, está al alcance de nuestra mano y debemos trabajar para ello. Educar emocionalmente es nuestro presente y nuestro futuro, como hemos podido

comprobar en la parte principal de este estudio, la Inteligencia Emocional supondría el propio control personal, el reconocimiento de las emociones y la redirección de las mismas.

Las conclusiones más significativas de este estudio se basan en las respuestas del análisis de la Inteligencia Emocional en la escuela, así hemos podido analizar como en todos y cada uno de ellos, un programa de educación emocional ha propiciado en los individuos de la muestra un aumento en la capacidad de motivación, de perseverancia en el empeño ante posibles frustraciones, en el control ante los impulsos, regulación de los estados de ánimo y en empatizar con los demás.

En definitiva, nuestra hipótesis acerca de la viabilidad de la implantación de un programa de Inteligencia Emocional en las aulas es absolutamente factible.

Los resultados que obtenemos del análisis de estudios previos, indican que la educación emocional favorece la adquisición de competencias emocionales y mejoras en las relaciones sociales y de amistad, factores imprescindibles para el desarrollo de una verdadera educación integral.

6. REFLEXIÓN PERSONAL

Gracias a la elaboración de este trabajo he podido conocer los beneficios de la Educación Emocional en los escolares de Educación Primaria y, en general, en todos los seres humanos.

Considero de vital importancia el formar individuos atendiendo a una educación integral y, no solo aquello que nos exigen leyes, decretos o reales decretos. Los que verdaderamente están insertos en el aula, conocen y valoran su funcionamiento, son los docentes, por lo que son ellos los que deben seleccionar y cuadrar su actuación acorde a la personalidad, preferencias, y estado social, económico, cultural y personal de su alumnado. He podido comprobar como la Inteligencia Emocional supondría una auténtica innovación educativa, capaz de dar respuesta a aquellos interrogantes que tantas veces nos hemos planteado, tales como ¿Por qué el niño no quiere estudiar?, ¿Por qué el niño no quiere ir al colegio? ¿Por qué tiene esa actitud tan rebelde? En verdad, el educar las emociones supondría favorecer todos los aspectos que envuelven al educando pudiendo valorar y construir su forma de ser para convertirse en un individuo capaz de alcanzar el éxito tanto profesional como académico y personal.

Toda la bibliografía recogida en este proyecto me ha hecho conocer aspectos que no conocía del ser humano, desde dimensiones fisiológicas neuronales como conductuales, las cuales son, la mayoría de ellas modificables y, sobre todo, potencialmente educacionales.

El autor que más me ha llamado la atención ha sido Goleman, en su obra "Inteligencia Emocional" he descubierto cómo el comportamiento del ser humano puede llegar a ser terriblemente precario, cómo sin saberlo se llegan a ciertos límites y se cae en la depresión, la ira, los enfrentamientos, la violencia o cualquier tipo de situación lamentable. Para evitar todas estas situaciones se nos plantea el propósito de redirigir nuestras emociones, conocerlas, comprenderlas y, por lo tanto, educarlas.

Realmente me ha resultado un trabajo muy interesante, con mucho potencial y realmente valioso. Tenemos a nuestro alcance la capacidad de poder conocernos nosotros mismos si trabajamos por y para ello, la capacidad de controlarnos, de educarnos para saber cómo actuar, para ser conscientes de nuestros actos, de nuestras decisiones y, en definitiva, de nuestras emociones, que en verdad son las que guían nuestra vida, nuestro presente y nuestro futuro.

A lo largo de los cuatro años de carrera nos han intentado mostrar el verdadero cambio que se está produciendo en las escuelas en estas últimas décadas, cómo las generaciones que vienen son las más competentes académicamente pero las más deficientes emocionalmente. La teoría que nos ha sumergido durante el Grado en Educación Primaria nos ha hecho valorar la importancia de la educación, y más en estos tiempos, pero no nos han mostrado que para paliar el problema y, por su parte, revolucionar la educación y promulgar un nuevo sistema de mejora en los centros es necesario conocer de lleno a las personas más importantes que lo forman, el alumnado. La Inteligencia Emocional es la llave que nos abriría las puertas a la esperanza que comentábamos al principio de este trabajo, el educar las emociones supondría una mejora en la vida de los individuos y, por lo tanto, en la sociedad y todo lo que esta conlleva.

Bibliografía

- Bisquerra, R. (2000). Educación Emocional y bienestar. Barcelona, España: Editorial Wolters Kluwer.
- Casado, C. y Colomo, R. (2006). Un breve recorrido por la concepción de las emociones en la Filosofía Occidental. *A Parte Rei: Revista de Filosofía*, 47, 1-10. Recuperado de <http://serbal.pntic.mec.es/~cmunoz11/casado47.pdf>
- Choliz, M. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional. (Dpto. Psicología Básica, Universidad de Valencia). Recuperado de <http://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>
- De Souza Barcelar, L. (2011). *Estudio de las emociones: una perspectiva transversal*. (Contribuciones a las ciencias sociales. Eumed.net). Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/cccss/16/lbs.html>
- Decreto nº 198/201, por el que se establece el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. Boletín Oficial de la Región de Murcia, nº 206, 2014, 5 de septiembre
- Departamento Administrativo. (2016). Programación General Anual (PGA)
- Extremera Pacheco, N. y Fernández Berrocal, P. (2003). *La evaluación de la Inteligencia Emocional en el aula como factor protector de conductas problema: violencia, impulsividad y desajuste emocional*. Actas I Congreso Hispanoamericano de Educación y Cultura de Paz (599-605). Granada, España: Universidad de Granada
- Garaigordobil, M. y Oñederra, Jose A. (2010). Inteligencia emocional en las víctimas de acoso escolar y en los agresores. *European Journal of Education and Psychology* 2, 243-256. doi:10.1989/ejep.v3i2.63
- Gardner, H (1998). *Inteligencias Múltiples: la teoría en la práctica*. Barcelona, España: PAIDOS IBERICA
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona, España: Editorial Kairós, S.A.
- Horcas Villarreal, M. (2008). *La Inteligencia Emocional en los centros educativos*. (Contribuciones a las ciencias sociales. Eumed.net). Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/cccss/02/mhv2.htm>
- Jiménez Morales, M.I. y López Zafra, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41 (1), 69-79. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>
- La Opinión de Murcia, S.A. (2016, Febrero 19). El acoso escolar en Murcia es el más alto de todo el país. *La Opinión de Murcia*. Recuperado de <http://www.laopiniondemurcia.es/comunidad/2016/02/19/murcia-comunidad-acoso-escolar/715070.html>
- Ley orgánica para la mejora de la calidad educativa (LOMCE) (Ley Orgánica 8/2013, 9 de diciembre). Boletín Oficial del Estado, nº 295, 2013, 10 de diciembre
- Merchán, I.M., Bermejo, M.L., y González, J.D. (2014). Eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria [Effectiveness of an Emotional Intelligence Program in Elementary Education]. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1, 91-99. doi: 10.17979/reipe.2014.1.1.30
- Sosa Correa, M. (2008). Escala Autoinformada de Inteligencia Emocional (EAIE) (Memoria para optar al grado de doctor). Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Psicología, Madrid.
- Resolución de la dirección general de ordenación académica, por la que se dictan instrucciones en relación con situaciones de acoso escolar en los centros docentes sostenidos con fondos públicos que imparten enseñanzas escolares. (Comunidad autónoma Región de Murcia (CARM), nº 92, 2006, 22 de abril