

La Educación Emocional en Educación Infantil

Autores: Espinosa Moreno, Carmen (Maestra de Educación Infantil, Maestra de Educación Infantil); Gregorio Olivares, María (Maestra de Educación Infantil y postgraduada en Exclusión e Inclusión social y educativa, Maestra de Educación Infantil).

Público: Maestros de Educación Infantil. **Materia:** Temas transversales. **Idioma:** Español.

Título: La Educación Emocional en Educación Infantil.

Resumen

Con el presente artículo se pretende describir la importancia de la Educación Emocional en Educación Infantil, jugando esta un papel fundamental en la formación de la personalidad e interacción social del alumnado. Además, abordaremos la inteligencia emocional y la competencia emocional como factores imprescindibles y disociables de la Educación Emocional. La puesta en práctica de la Educación Emocional requiere llevar a cabo estrategias de intervención fundamentadas teóricamente y llevadas a cabo por un profesorado debidamente cualificados y conscientes de la ventaja de la Educación Emocional como fruto generador de ciudadanos competentes en los distintos ámbitos de la vida.

Palabras clave: Educación Emocional, Educación Infantil, alumnado, estrategias de intervención, profesorado.

Title: The Emotional Education in Infantile Education.

Abstract

This article describes the importance of emotional education in early childhood education, which is playing a key role in the formation of the personality and social interaction of students. In addition, we will treat the emotional intelligence and emotional competence as severable and essential factors of emotional education. The implementation of emotional education required to carry out theoretically-informed intervention strategies carried out by teaching staff duly qualified and aware of the advantage of the emotional education as a generator result of competent citizens in different spheres of life.

Keywords: Emotional education, early childhood education, students, intervention strategies, teachers.

Recibido 2018-09-08; Aceptado 2018-10-04; Publicado 2018-10-25; Código PD: 100032

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, la Educación Emocional tiene como objetivo dar respuesta a aquellas necesidades sociales base de un adecuado desarrollo personal y social del ser humano.

Es, por ello, por lo que la competencia emocional debe ser objeto de estudio y desempeño dentro del ámbito educativo, ya que esta se puede considerar un aspecto decisivo para el desarrollo de aquellas habilidades sociales que nos permitan vivir en una sociedad democrática.

En este sentido, se puede destacar que, tradicionalmente, los objetivos fundamentales de la escuela se basaban en la transmisión de contenidos conceptuales y medibles en términos cuantitativos. A lo largo de los años, este concepto ha ido cambiando dando importancia al desarrollo integral del alumnado. Por lo que, si la educación debe perseguir el pleno desarrollo del ser humano, la Educación Emocional debe estar integrada en cualquier currículo académico.

En dicho desarrollo integral, la Educación Emocional cobra una especial relevancia para contribuir a un pleno desarrollo cognitivo, social, físico, afectivo, etc. del alumnado. De este modo, la inteligencia emocional se ha convertido en un aspecto esencial del desarrollo humano.

En este sentido, Chías y Zurita (2009) consideran la etapa de Educación Infantil como una etapa educativa importante para el desarrollo emocional, ya que es un periodo en el que se llevan a cabo la puesta en práctica de habilidades y el fomento de su autonomía. Siguiendo las permisivas de estos autores, es preciso señalar que es a edades tempranas cuando el ser humano empieza a tomar conciencia de sus emociones, a regularlas, a tomar conciencia de las emociones de los demás, etc. por lo que una buena Educación Emocional evitará la frustración futura. Los niños deben entender que hay una serie de normas sociales, entendiendo estas como algo positivo y no como la imposición de una serie de reglas que le prohíben hacer lo que ellos quieren. Hoy en día, es fácil observar que el no llevar a cabo una buena Educación Emocional desde edades tempranas da fruto al fracaso académico, social, emocional, etc. de muchos adolescentes.

En el largo camino de educar emocionalmente deben estar implicados tanto los profesionales de la educación como las familias. Estos son las figuras humanas con las que los niños se identifican, por lo que, tanto familia como maestros/as deben ofrecer modelos conductuales correctos.

A lo largo de los años, la Educación Emocional ha cobrado especial relevancia en el ámbito educativo. Por ello, los profesionales de la educación deben tener claros los objetivos y contenidos que pretenden conseguir con ello para llevar a cabo adecuadas estrategias de intervención a través de programas o proyectos específicos de Educación Emocional.

Por otro lado, señalar que la puesta en práctica de programas o proyectos de Educación Emocional requiere la adquisición de una base teórica por parte del profesorado. Es preciso tener claro que, para el desarrollo de la competencia emocional es necesaria una formación inicial por parte del profesorado en lo que respecta a las emociones y la competencia emocional.

CONCEPTO DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

Antes de adentrarnos en el concepto de Educación Emocional es preciso clarificar qué se entiende por emoción.

Según Bisquerra (2000, p.61), “una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno”.

Según este mismo autor la producción de una emoción sigue los siguientes pasos:

- 1) Unas informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro.
- 2) Como consecuencia, se produce una respuesta neurofisiológica.
- 3) El neocortex interpreta la información.

Teniendo en cuenta los pasos que sigue la producción de emociones, es preciso señalar que gran parte de las emociones se producen de forma automática, es decir, se generan de forma inconsciente. No obstante, es oportuno clarificar que hay reacciones emocionales innatas y otras voluntarias. En este sentido, según LeDoux (1999, p.300), “cuando hablamos de las acciones emocionales voluntarias nos referimos a los sentimientos”.

Por otro lado, según James y Lange (citado en LeDoux, 1999), las emociones siguen una secuencia de sucesos que comienza con la presencia de un estímulo y finaliza con una producción de una experiencia emocional consciente.

Partiendo de la terminología de emoción, según Frijda (1994), señala que las emociones reflejan qué hechos son verdaderamente importantes en la vida de las personas.

Ahora bien, ¿qué se entiende por Educación Emocional?

López (2005, p.156) afirma que:

- Educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas.

Por otro lado, según Bisquerra (2000, p.243) la Educación Emocional es:

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

Partiendo de las afirmaciones de estos autores, vemos como la Educación Emocional es fundamental para el desarrollo de la personalidad del ser humano, por lo que debe ser objeto primordial de atención dentro del campo educativo desde la etapa de Educación Infantil.

Para llegar a entender la etimología de la Educación Emocional debemos partir de la inteligencia emocional y la competencia emocional, aspectos que clarificaremos a continuación.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Para adentrarnos en el concepto de inteligencia emocional, es oportuno hablar de sus antecedentes. Dicho esto, podemos señalar que el primer artículo científico sobre esta fue el “Emotional Intelligence” de Salovey y Mayer en 1990. No obstante, este no tomó relevancia hasta que, en 1995, Goleman lo divulgó mediante la publicación de su libro “Emotional Intelligence”.

Con anterioridad a la publicación del libro de Goleman, se creó una institución en 1994 “Collaborative for Academic, social and Emotional Learning (CASEL)”. El objetivo de esta institución es potenciar la educación emocional y social.

A partir de entonces fueron surgiendo muchas investigaciones y teorías sobre la inteligencia emocional hasta llegar a la Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner. Gardner (2006) define la inteligencia como “la habilidad de resolver problemas o crear productos de necesidad en cualquier cultura o comunidad”. Gardner (1995), en su teoría, establece que el ser humano no tiene una inteligencia global, sino que disponemos de múltiples inteligencias entendiendo estas como distintas capacidades independientes. Para este autor las personas tenemos distintas capacidades y diferentes maneras de aprender.

Gardner (2006), distingue ocho tipos de inteligencias: musical, cinético-corporal, lógico-matemática, lingüística, espacial, interpersonal, intrapersonal y naturalista. De todas estas inteligencias la interpersonal y la intrapersonal son las que más se relacionan con la inteligencia emocional, ya que estas se pueden relacionar con la inteligencia social y la inteligencia personal.

Gardner (2006), afirma que “cada persona tiene la capacidad de ampliar sus múltiples inteligencias con la motivación apropiada”. Como bien podemos observar, según este autor, la motivación es un factor relevante en el desarrollo de todas las inteligencias.

Una vez argumentados, brevemente, los antecedentes de la inteligencia emocional es preciso describir qué significa este concepto.

Según Mayer y Salovey (1997p.10):

La inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.

Mayer y Salovey (1997p.5), diferencia cuatro habilidades:

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud; la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Goleman (1995, p.25), amplió la definición de inteligencia emocional definiéndola como:

La capacidad de motivarnos a nosotros mismos, de perseverar en el empeño a pesar de las posibles frustraciones, de controlar los impulsos, de diferir las gratificaciones, de regular nuestros propios estados de ánimo, de evitar que la angustia interfiera con nuestras facultades racionales y, por último —pero no, por ello, menos importante—, la capacidad de empatizar y confiar en los demás.

Por lo que, Goleman (2008) identifica los siguientes factores de la inteligencia emocional: autoconocimiento emocional; autocontrol emocional; automotivación; empatía y relaciones interpersonales.

Teniendo en cuenta estos dos modelos podemos observar que no hay una definición unánime de inteligencia emocional. Lo que sí podemos afirmar que hay una serie de competencias emocionales indispensables para desarrollar en toda persona la Educación Emocional. Pero, ¿qué es la competencia emocional?

COMPETENCIA EMOCIONAL

En referencia a la competencia emocional, según Mayer y Salovey (1997), esta tiene lugar cuando se logra un determinado nivel de rendimiento emocional.

Saarni (1999) define las competencias emocionales como las capacidades y habilidades que una persona necesita para desenvolverse en un ambiente, con el objetivo llegar a ser un individuo mejor adaptado, eficiente y con mayor confianza en sí mismo.

Por otro lado, Bisquerra (2011, p.11), define las competencias emocionales como un “conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales”.

Autores como Salovey y Sluyter (1997, p.11) han identificado cinco dimensiones básicas en las competencias emocionales: cooperación, asertividad, responsabilidad, empatía, autocontrol.

No obstante, existen diferentes modelos de competencia emocional. Nos centraremos en el modelo del Grup Recerca en Orientación Psicopedagógica (GROP) de la Universidad de Barcelona (citado en Bisquerra et al., 2012). Este modelo ha tenido una gran repercusión en el ámbito educativo. Dicho modelo engloba las siguientes competencias, todas ellas necesarias para el desarrollo de una propuesta de intervención relacionada con la Educación Emocional:

- *La conciencia emocional.* Es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y las emociones de los demás, además de la habilidad para captar un clima emocional en un determinado contexto.
- *La regulación de las emociones.* Es la capacidad para manejar de forma adecuada las emociones mediante estrategias de afrontamiento, etc.
- *Autonomía emocional.* Está relacionada con la autogestión personal entre las que podemos destacar la autoestima, responsabilidad, capacidad para analizar de forma crítica las normas sociales, capacidad de buscar ayuda, etc.
- *Competencia social o inteligencia interpersonal.* Es la capacidad para mantener buenas relaciones con los demás. todo ello implica dominar las habilidades sociales, la comunicación efectiva, el respeto, etc.
- *Competencias para la vida y el bienestar.* Es la capacidad de adoptar comportamientos responsables de solución a problemas personales, familiares, sociales, etc.

Teniendo en cuenta estas competencias, se puede determinar que no es una tarea fácil educar emocionalmente. Por lo que las relaciones tanto interpersonales como intrapersonales son objeto de atención.

De acuerdo con lo, anteriormente, expuesto cabe preguntarse ¿por qué en las últimas décadas la Educación Emocional ha incitado tanto interés tanto en el panorama educativo como en la sociedad en general?, ¿por qué es positivo enseñar a los niños Educación Emocional? A continuación, analizaremos la importancia de esta en la etapa de Educación Infantil.

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL DESDE LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL

A lo largo de la etapa de Educación Infantil, los niños tienen una gran plasticidad cerebral, lo que facilita su desarrollo intelectual, afectivo, motor, social, lingüístico, etc. Por ello, todos los aprendizajes y experiencias en esta etapa deben optimizar su desarrollo integral.

Tradicionalmente, se asociaba el éxito de una persona con la inteligencia cognoscitiva. En las últimas décadas este concepto ha cambiado, considerando que el CI (coeficiente intelectual) no es factor determinante en dicho éxito.

Los seres humanos nos enfrentamos, cada día, a distintos retos presentes en la sociedad en la que estamos inmersos. En este sentido, el Informe Delors (UNESCO, 1996), señala que para hacer frente a los retos sociales del siglo XXI es imprescindible asignar nuevos objetivos a la educación, y por lo tanto dar un nuevo enfoque a su utilidad.

Además, este famoso informe consideró la educación como imprescindible, tanto para el desarrollo cognitivo del ser humano como para la formación de personas responsables capaces de convivir con los demás, siendo esta la base para la

prevención de conflictos y considerando los siguientes pilares básicos para la educación en el siglo XXI: aprender a conocer; aprender a hacer; aprender a ser y aprender a convivir.

Los primeros años de vida es un periodo en el que los niños deben aprender habilidades para manejar las emociones mediante la utilización de situaciones y recursos que puedan generalizar con situaciones de la vida cotidiana. Por todo esto, la Educación Emocional es un aspecto clave en la educación de los más pequeños, es una forma de prevención ante múltiples situaciones futuras de riesgo como: consumo de drogas, prevención de estrés, depresión, impulsividad, agresividad, violencia, etc.

Dicho esto, según Bach y Darder (2002), al educar emocionalmente se produce una simbiosis entre pensamiento, emoción y acción, llevando a cabo la resolución de problemas de manera que no se vea afectada la autoestima. Teniendo en cuenta a estos autores, podemos señalar que, en la formación de la personalidad de cualquier ser humano, la forma en la que de respuesta a las diversas situaciones a las que se enfrenta en su vida cotidiana va a ser un factor decisivo tanto para la formación de su personalidad como la de un autoestima positiva. Es fácil entender, que en todo lo mencionado es imprescindible llevar a cabo la Educación Emocional en cualquier planteamiento educativo, ya que esta va a ser decisiva para la convivencia del ser humano.

Pero no solo eso, está demostrado que las emociones negativas disminuyen las defensas del sistema inmunitario lo que conlleva enfermedades, en cambio las emociones positivas contribuyen a aumentar las defensas.

Por otro lado, Moreno (1998) relaciona problemas comportamentales a una falta conocimiento emocional tanto a nivel personal como en los demás.

Además, tal y como afirma Hurtado (2015, p.24):

En la actualidad está aceptado el hecho de que cuando se educa de forma integral, teniendo en cuenta la educación emocional, son múltiples los beneficios que se obtienen: mejora la autoestima, el bienestar emocional, la salud, la prevención de adicciones, las relaciones y cohesión del grupo, la disminución de conductas disruptivas y curiosamente también potencia el desarrollo cognitivo, sacando el mayor potencial de cada uno de nuestros alumnos.

Esta claro y demostrado en muchas investigaciones relacionadas con la inteligencia emocional que, si se potencia esta, el niño irá adquiriendo confianza en sus capacidades, lo que influirá en todas las áreas de su vida. Y es que, tener buena competencia emocional e inteligencia emocional garantiza la formación de personas con valores éticos. Por esto, la Educación Emocional debe desarrollarse a través de programas acompañados de principios éticos. Ello posibilita alcanzar un bienestar emocional y por consecuencia el bienestar social.

La Educación Emocional debe estar presente en la formación a lo largo de la vida, debe ser un proceso educativo continuo y permanente. Por ello, debe llevarse a cabo a través de la práctica de programas iniciándose en la etapa de Educación Infantil y llevándose a cabo a lo largo de toda la formación académica.

A continuación, hablaremos tanto de las estrategias de intervención como de los objetivos, contenidos y orientaciones metodológicas relacionados con la Educación Emocional.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN EL AULA DE INFANTIL

Generalmente, las estrategias de intervención relacionadas con la Educación emocional se llevan a cabo a través de programas. Estos programas, no solo es conveniente ponerlos en marcha cuando existen niños con conductas que dificultan la convivencia en el aula, sino que, con carácter preventivo, deberían comenzar desde la etapa de Educación Infantil pasando por toda la educación obligatoria y siguiendo el ciclo vital de cada persona.

Según Hurtado (2015, p.39), un programa de Educación Emocional es eficaz cuando:

- El Equipo Directivo ha visto la necesidad de ponerlo en marcha en su centro.
- Se trabaja en coordinación con el orientador (bien del centro o de los Equipos).
- Se trabaja con todo el grupo aula (al margen de que se pueda trabajar en alguna sesión individual de forma ocasional).

- Se implica el profesional más representativo para el grupo (es mejor si todos los profesionales que intervienen en el grupo se implican también).
- Se hace partícipe del programa a las familias de los alumnos.

Es conveniente comenzar con una valoración inicial del grupo clase, a través de diferentes actividades y mediante la observación directa. (Hurtado, 2015).

Para ello, Hurtado (2015), en su libro “Educación Emocional”, propone diferentes módulos y actividades para llevar a cabo una correcta intervención. Esos módulos son: conciencia emocional; regulación de las emociones; autoestima; empatía; habilidades sociales y de comunicación y solución de problemas y conflictos.

Aunque todos los módulos se complementan entre sí, esta autora propone trabajar en primer lugar los primeros tres módulos, ya que, primeramente, los niños deben tomar conciencia de sus propias emociones y ser capaces de regularlas. De esta forma, se llegará a una mejor comprensión del resto de módulos.

Pero, ¿qué objetivos debemos perseguir con los programas de educación Emocional?

OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

Para el desarrollo de programas de Educación Emocional se deben tener claros los objetivos que se persiguen con ello. Para el establecimiento de objetivos, haremos referencia a los establecidos por Bisquerra (2005, p.96):

1. Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
2. Identificar las emociones de los demás.
3. Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
4. Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
5. Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
6. Desarrollar la habilidad de automotivarse.
7. Adoptar una actitud positiva ante la vida.
8. Aprender a fluir.

Para la consecución de objetivos es fundamental la colaboración de todos los miembros de la comunidad educativa así como la implicación positiva de las familias. Familia y escuela son los principales agentes educativos de los niños, por lo que deben llegar a un consenso que ayude a alcanzar los objetivos propuestos.

CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

En primer lugar destacar que los contenidos deben trabajarse de forma globalizada, todos ellos se interrelacionan y se deben trabajar de forma conjunta.

De acuerdo a los cinco bloques relacionados con las competencias emocionales nombradas anteriormente de Bisquerra y otros (2012) y con los objetivos propuestos, algunos de los contenidos de Educación Emocional que se pretenden alcanzar en las propuestas de intervención son los siguientes:

- Reconocimiento e identificación de emociones: ira, alegría, sorpresa, miedo, etc.
- Reconocimiento y expresión de las propias emociones.
- Identificación y comprensión de las emociones de los demás.
- Vocabulario emocional: tristeza, ira, alegría, miedo, etc.
- Expresión emocional adecuada mediante diferentes lenguajes: escrito, artístico, oral, etc.
- Forma de afrontar conflictos.
- Conocimiento de uno mismo.
- Planteamiento de situaciones que fomenten el pensamiento crítico.

- Habilidades sociales básicas: escuchar, saludar, despedirse, dar las gracias, etc.
- Recursos para lograr el bienestar emocional.

Para la consecución de objetivos y contenidos, los programas de intervención deben tener en cuenta una serie de orientaciones metodológica que facilite el éxito de dichos programas.

ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

Cualquier propuesta de intervención debe tener claro qué orientaciones metodológicas son las que mejor se adapta al planteamiento educativo que se pretende llevar a cabo para la consecución de objetivos y contenidos propuestos.

Las orientaciones metodológicas en relación al desarrollo de la Educación Emocional tienen como finalidad el desarrollo de las competencias emocionales, desarrollando todas las potencialidades de los niños y estableciendo relaciones positivas con los demás mejorando la convivencia. Por ello, tal y como establece Hurtado (2015, p.42), “es importante que el alumno aprenda vivenciando, haciendo, compartiendo...”.

Hurtado (2015, p.42), señala que:

- La metodología propuesta se basa en acercar al alumno a las distintas habilidades que estamos trabajando y para ello vamos a utilizar el diálogo guiado y la realización de las actividades propuestas a través del juego, las dramatizaciones y dinámicas de grupo.

Además de la importancia de la metodología para el desarrollo de programas de Educación, la figura del profesor es fundamental. Este es el mediador entre el aprendizaje y el alumnado. Por lo que resulta de interés tener en cuenta los siguientes ítems establecidos por Hurtado (2015, p. 42), en relación al profesorado:

- Atiende a la diversidad de su grupo teniendo en cuenta las diferencias de cada uno.
- Facilita el crecimiento del alumno poniendo el énfasis en lo mejor de cada uno.
- Dinamiza al grupo para mejorar las relaciones entre iguales.
- Motiva para el aprendizaje.
- Es un modelo empático y de escucha activa.
- Proporciona seguridad.

Partiendo de todo lo descrito relacionado con las orientaciones metodológicas, la dinámica de clase debe ser práctica a través de sesiones grupales. Es decir, la Educación Emocional debe seguir una metodología práctica siguiendo dinámicas grupales, dialogando, a través de juegos, etc. con objeto de desarrollar todas y cada una de las competencias emocionales.

FORMACIÓN DEL PROFESORADO

El desarrollo de programas de Educación Emocional exige una formación inicial por parte del profesorado, ya que el desarrollo de las competencias emocionales en el alumnado debe llevarse a cabo de forma intencional y sistemática.

Una de las principales razones que justifican la formación del profesorado en la adquisición de conocimientos en materia de emociones y competencias emocionales es su propio desarrollo profesional. De esta forma el profesorado podrá llevar a cabo su labor educativa teniendo en cuenta la complejidad que esto supone. En este sentido, debemos tener en cuenta que la docencia es una de las profesiones que más estrés generan, ya que implica para el docente un gran esfuerzo no solo para regular sus propias emociones sino también las del alumnado.

En los últimos años, las Administraciones Educativas apuestan por una formación basada en estrategias didácticas cooperativas, el fomento de la convivencia, resolución de conflictos, etc. a través de planes o proyectos como el Plan de Igualdad en los centros, Planes de Convivencia, Comunidades de Aprendizaje, etc. Sin una formación previa sería inviable llevar a cabo una buena labor educativa en lo que respecta al desarrollo de estos planes. Y es que, de acuerdo con Vaello (2005, p.45):

La educación emocional no puede seguir siendo la gran olvidada en los currículos, casi siempre arrinconada a los espacios ocultos y marginales del voluntarismo y el tratamiento poco riguroso, quedando al albur de la intuición y la improvisación de cada profesor.

Como bien señala este autor, la formación del profesorado es decisiva para llevar a cabo de forma adecuada el desarrollo de programas de Educación Emocional. Esa formación debe ir encaminada a ofrecer estrategias de carácter preventivo de forma vivencial y con carácter práctico en donde se trabaje las competencias emocionales del profesorado de manera que mejore sus habilidades sociales, las cuales repercutirán en las distintas áreas de su vida.

Ya son varios años apostando por la Educación Emocional y, como hemos ido exponiendo, la formación del profesorado es indispensable. Y es que todo maestro, debe mostrar un buen desarrollo intelectual, moral, emocional, promover valores y ser capaz de transmitirlo a su alumnado.

CONCLUSIÓN

Como conclusión, y tal como hemos visto a lo largo del presente artículo, la Educación Emocional es fundamental para un óptimo desarrollo de la personalidad de los niños. Ello contribuirá a su desarrollo integral, además de permitirle la adquisición de valores que le ayude a convivir de forma pacífica en la sociedad en la que se están desarrollando.

Tradicionalmente, no se consideraba la Educación Emocional un aspecto clave para la formación académica del ser humano. Esta idea ha ido cambiando con los años, considerando esta un aspecto clave para lograr el éxito de las personas en las diferentes áreas de su vida.

Esta claro, que las actitudes tanto del docente de Educación Infantil y demás etapas educativas y de las familias influyen en la formación de la personalidad de los niños. Dicho esto, las propuesta de intervención deben contemplar este aspecto, proporcionando la formación e información pertinente, tanto a los docente como a las familias relacionada con la Educación Emocional, llegando a la unificación de criterios a seguir para la puesta en marcha de programas de Educación Emocional, dado que estos son los principales agentes educativos de los niños.

Bibliografía

- Bach, E. y Darder, P. (2002). *Sedúcete para seducir. Vivir y educar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927006>
- Bisquerra, R. (2006) orientación psicopedagógica y Educación Emocional. *Servicio de Publicaciones de la Universidad de Navarra*. Recuperado de <http://dadun.unav.edu/bitstream/10171/9208/1/Ea.pdf>
- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (coord) (2011). *Educación Emocional. Propuesta para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bisquerra, R. Punset, E, Mora, F...López, C.(2012). ¿Cómo educar las emociones? Inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia. Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu. Recuperado de <http://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/2232.1-Faros%206%20Cast.pdf>
- Brotheridge, C.M. y Grandey, A.A. (2002). Emotional intelligence and burnout: Comparing two perspectives of 'people work'. *Journal of Vocational Behavior*. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001879101918159?via%3Dihub>
- Chías, M. y Zurita, J. (2009). *Emocionarte con los niños: el arte de acompañar a los niños en su emoción*. Sevilla: Desclée De Brouwer.
- Delors, J. (1996). *La Educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI*. Madrid: Santillana-Unesco. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0010/001095/109590so.pdf>
- Frijda, N.H. (1994). Emotions are functional, most of the time. En P. Ekman y R. Davidson (eds), *The nature of emotion*. Oxford: Oxford University Press.
- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Gardner, H. (2006). *Multiple intelligences: New horizons*. Nueva York: Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ*. Nueva York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2008). *Inteligencia emocional*. Barcelona: kairós.
- Hurtado, M.D. (2015). *Educación Emocional*. Murcia: Consejería de Educación y Universidades. Recuperado de: [file:///C:/Users/super%20carmen/Downloads/10185-Texto%20Completo%201%20Educaci%C3%B3n%20emocional.%20Programa%20y%20gu%C3%ADa%20de%20desarrollo%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/super%20carmen/Downloads/10185-Texto%20Completo%201%20Educaci%C3%B3n%20emocional.%20Programa%20y%20gu%C3%ADa%20de%20desarrollo%20(1).pdf)
- LeDoux, J. (1999). *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel-Planeta.
- López, C. (2005). La educación emocional en la Educación Infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is Emotional Intelligence?. En P. Salovey y D. Sluyter (eds.): *Emotional development and emotional intelligence: educational applications*. New York: Basic Books. Recuperado de http://ei.yale.edu/wp-content/uploads/2014/02/pub219_Mayer_Salovey_1997.pdf
- Moreno, M. (1998). Sobre el pensamiento y otros sentimientos. *Cuadernos de Pedagogía*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=36424>
- Salovey, P., y Mayer, J. D. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition, and Personality*. Recuperado de http://ei.yale.edu/wp-content/uploads/2014/06/pub153_SaloveyMayerICP1990_OCR.pdf
- Salovey, P. y Sluyter, D. J. (Eds.). (1997). *Emotional development and emotional intelligence. Educational implications*. Nueva York: Basic Books.
- Saarni, C. (1999). *The development of emotional competence*. Nueva York: Guilford.
- Vaello, J. (2005). *Habilidades sociales en el aula*. Madrid: Santillana.