

Prevención de problemas de conducta gracias al desarrollo de la educación emocional en Educación Infantil

Autor: Mellinas Martínez, Ana Isabel (Maestra de Infantil y Maestra de Primaria especialista en Audición y Lenguaje, Maestra de Infantil).

Público: Maestros de Educación Infantil. **Materia:** Educación Emocional. **Idioma:** Español.

Título: Prevención de problemas de conducta gracias al desarrollo de la educación emocional en Educación Infantil.

Resumen

En este artículo se pone de manifiesto la importancia que tiene la incorporación de la educación emocional en el marco de la Educación Infantil, con la finalidad principal de prevenir posibles conflictos y problemas de conducta en las siguientes etapas educativas, por ejemplo: hostigamiento, rabietas, conductas disruptivas, conductas desafiantes, agresiones físicas y psicológicas, aislamiento socioafectivo, etc. Al mismo tiempo que se desarrollan el resto de los beneficios inherentes de la inteligencia emocional en el alumnado.

Palabras clave: Prevención, problemas de conducta, educación emocional, Educación Infantil.

Title: Prevention of behavior problems thanks to development of emotional education in Early Childhood Education.

Abstract

This article highlights the importance of the incorporation of emotional education in the framework of Early Childhood Education, with the main purpose of preventing possible conflicts and behavior problems in the following educational stages, for example: harassment, tantrums, disruptive behaviors, challenging behaviors, physical and psychological aggressions, socio-emotional isolation, etc. At the same time that the rest of the inherent benefits of emotional intelligence are developed in the students of this educational stage.

Keywords: Prevention, behavioral problems, emotional education, Early Childhood Education.

Recibido 2019-01-03; Aceptado 2019-01-11; Publicado 2019-02-25; Código PD: 104009

Los problemas de conducta son una realidad en las aulas: rabietas, enfrentamientos, comportamientos disruptivos, agresiones físicas y psíquicas, son frecuentes a diario en los centros educativos. Gracias al desarrollo y fomento de la educación emocional en Educación Infantil, se consigue asentar bases sólidas de una personalidad estable y con recursos para poder hacer frente a las posibles situaciones a las que se van a enfrentar: duelos, divorcios, celos, acoso escolar, conflictos entre iguales, reconocer sus sentimientos y emociones ante un hecho o situación y saber cómo gestionarlos, entre otros aspectos, es de vital importancia. (Schuttle et al., 2001). Si estos no son resueltos de manera adecuada o no se cuentan con las herramientas necesarias para saber identificar y gestionar las propias emociones y sentimientos ante estos problemas emocionales, tendrán lugar la aparición de problemas de conducta además de ir, en mucho de los casos, ligado al fracaso escolar.

Esto siembra el precedente necesario para que los docentes, y por su puesto también las familias, conozcan la importancia de las emociones y su adecuado desarrollo en la etapa de educación infantil.

Las emociones son trascendentales en la vida de las personas, ya que estas forman parte primordial de su identidad y personalidad. Ellas influyen en los procesos perceptivos, de razonamiento y memoria (Collins y Gunnar, 1990), así como en las relaciones sociales, en las decisiones que se toman, en la comunicación y en el desarrollo del lenguaje, y en el apego (Bowlby, 1999), todo ello debido a que están presentes en el ser humano de forma innata. Tal y como expresa Julio Marchago (2005) entre los siete y nueve meses el bebé ya ha detectado las emociones básicas a través del lenguaje no verbal (expresiones faciales y corporales), los cambios en el ritmo cardiaco y las reacciones somáticas. Asimismo, expresa que las emociones en los años que comprende la etapa educativa de Educación Infantil, de 0 a 6 años, soportan un gran proceso de socialización donde “el niño aprende qué emociones puede expresar en cada momento y cómo regularlas y controlarlas” (Marchago, 2005, p. 109), es decir, va desarrollando su inteligencia emocional.

Según Mayer y Salovey (1997, p.10) la inteligencia emocional son las habilidades para “percibir con precisión, valorar y expresar emoción; para acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; para comprender la emoción y conocimiento emocional; y para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”.

Por todo ello es necesario que en el ámbito escolar se desarrolle y potencie la inteligencia emocional en el alumnado. Gracias a la educación emocional podemos desarrollar en los centros educativos la inteligencia emocional en los niños y niñas.

Actualmente en España la Educación Infantil no es una etapa de escolarización obligatoria, pero se ha demostrado a lo largo de la historia los efectos positivos que tiene la escolarización de los niños y niñas de estas edades en su desarrollo (Sarramona, 2000). La escuela es un agente que compensa y complementa la educación de los niños y niñas recibida en casa por parte de las familias. Facilita modelos de conducta adecuados y proporciona un medio donde establecer diferentes relaciones sociales y afectivas. (Bandura, 1987)

Es primordial que en el centro/aula se desarrollen diferentes proyectos y/o unidades didácticas centradas en la educación emocional. Y es más importante aún, que se aproveche las características propias de la educación emocional, de la propia etapa y las características de los niños y niñas en estas edades; para trabajar de manera transversal en sus emociones y sentimientos, entendiendo que cada momento o situación vital, es un espacio de aprendizaje y entretenimiento.

Sin embargo, la educación tradicional ha priorizado el desarrollo cognitivo y la adquisición de conocimientos, relegando el desarrollo emocional. Además, a causa del elevado egocentrismo de los niños y niñas durante esta etapa, tal y como destaca Piaget (1998) en su teoría del desarrollo cognitivo, se pensaba que los niños no estaban preparados para reconocer y comprender emociones y sentimientos en los demás ni tampoco conductas prosociales; sin embargo, paulatinamente a lo largo de los años y con la llegada del movimiento de la Escuela Nueva, a principios del siglo XX, se desarrolla la idea de la educación integral en todas las capacidades de la persona, incluida la emocional y afectiva, y los beneficios que ello conlleva para el desarrollo global (Darder y Bach, 2006)

Asimismo, se comienza a respaldar la idea que los niños y niñas van adquiriendo la capacidad de empatizar entorno a los dos o tres años y logran ser conscientes de los sentimientos de los demás y responder a ellos unos años más tarde (Shaffer, 1985). Aunque esta concepción de educación sufre un retroceso a mediados del siglo XX, volviendo a dar más valor al conocimiento científico-racional. La necesidad de la innovación educativa, a finales del siglo XX y principios del siglo XXI, vuelve a poner en la palestra educativa la importancia de la educación emocional, se argumenta, tal y como expone Gallego y Gallego (2004), que la parte del cerebro racional y la emocional son inseparables de una unidad global. Destacando por consiguiente que la finalidad de la escuela de hoy en día sea el desarrollo global y armónico del niño/a, educando tanto en aspectos emocionales como académicos.

A partir de esta idea, destacamos la definición de Bisquerra (2000) de educación emocional:

La educación emocional es un proceso educativo continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, construyendo 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. (Bisquerra, 2000, p.243)

Por lo tanto, la educación emocional no es el simple reconocimiento de una emoción, sino que la emoción nos ayuda a mejorar el aprendizaje a través del manejo o la experimentación de emociones que favorecen la asimilación de la información (Salovey, 1990).

La educación emocional persigue que el alumnado logre desarrollar y adquirir las competencias emocionales o socioemocionales básicas en la vida, que les permita alcanzar un mayor bienestar social y personal (Darder y Bach, 2006). Con su intervención favorece el desarrollo de conductas y respuestas constructivas y reduce las destructivas que ayudarán por tanto a disminuir los conflictos y los problemas de conductas futuras. Es decir, la adquisición de estas competencias puede prevenir la manifestación de comportamientos negativos, además de reducir la vulnerabilidad de una persona a padecer diferentes trastornos afectivos (Bisquerra, 2012). Por lo que confirma la finalidad principal de este proyecto.

Como cualquier otra disciplina, la educación emocional consta de una serie de objetivos y contenidos, los cuales son orientativos y están determinados por los autores que los describen, aunque todos tienen la misma finalidad, conseguir el desarrollo integral de la persona. Esto es así, puesto que no existe una regulación específica de la educación emocional, sino que el gobierno central da libertad a cada Comunidad Autónoma para que tomen la decisión más ajustada a su legislación y realidad educativa de qué y cómo desarrollarla.

Aun así, la Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación, modificada por la Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la mejora de la calidad educativa, expone en su art.1 “principios” por los que debe reglarse cualquier ámbito y materia de la educación en cualquiera de las diferentes etapas, la necesidad del desarrollo de la educación emocional y la educación en valores. Así como en su art.2 “Fines” quedan destacados los fines que debe perseguir la educación, los cuales están estrechamente relacionados con el desarrollo de las competencias emocionales y las capacidades sociales.

Estos principios y fines enmarcan el fin y los objetivos generales de todas las etapas. Centrándonos en la Educación Infantil encontramos que en el art.12.2 de la LOMCE la finalidad de esta es “*contribuir al desarrollo físico, afectivo, social e intelectual de los niños*” y niñas de esta etapa. Asimismo, según lo establecido en el art.3 del Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, la Educación Infantil, se establecen los objetivos generales de esta etapa, donde se manifiesta del mismo modo la necesidad de desarrollar una educación en valores y el desarrollo emocional del alumnado para poder conseguir su completo desarrollo.

Atendiendo a esto se exponen los objetivos y contenidos más relevantes encontrados en la revisión bibliográfica sobre este tema, ya que no existe legislación específica.

OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EI

Se destacan los objetivos recogidos por Royo (2004) así como los de la profesora Èlia López (2005) centrados en el desarrollo de la educación emocional en educación infantil:

- Promover el desarrollo global y armónico del alumnado.
- Facilitar destrezas y estrategias que permitan el desarrollo de las competencias emocionales.
- Presentar a los niños las emociones básicas humanas.
- Conocer e identificar el lenguaje de las emociones.
- Reforzar la autoestima.
- Desarrollar la tolerancia a la frustración.
- Favorecer el autoconocimiento y el conocimiento de los demás, emociones y sentimientos: Empatía.
- Proporcionar herramientas para hacer frente a situaciones que conlleven una problemática emocional.

CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EI

Los contenidos de la educación emocional quedan recogidos en las cuatro ramas en las que se estructura la inteligencia emocional. Según Bisquerra (2000) y Mayer, Salovey y Caruso (2000) son:

- Percepción emocional. Percepción, identificación, reconocimiento y expresión de las propias emociones y sentimientos y de aquellos que nos rodean. Quedan incluidas las diferentes formas de expresión de las mismas ya sea a través de obras de arte, música, literatura, danza, lenguaje verbal, lenguaje no verbal, etc. La expresión de las emociones dependerá del bagaje que el alumno tenga procedente de su entorno más cercano (familia, profesores e iguales).
- Facilitación emocional del pensamiento. Asimilación de las emociones recibidas que influyen y priorizan el pensamiento. Bisquerra (2018) expresa que “las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención a la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista” (p.1). Por ello es importante dominar los estados de ánimo porque ayudan al afrontamiento de diferentes situaciones.

- Comprensión emocional. Comprensión de las propias emociones y la de los demás gracias al conocimiento que se tienen de las mismas. Ortiz (2001) vincula la comprensión de las emociones en la infancia con:
 - o El descubrimiento de las emociones opuestas a las de uno mismo (hacia los 5 años).
 - o La comprensión de poder sentir más de una emoción a la vez (entre los 7 u 8 años).
 - o La comprensión de que las demás personas también sienten las mismas emociones. (entorno a los 9 años).
 - o La concepción de la existencia de la ambivalencia emocional (sobre los 11 años).
- Regulación emocional. Esta es una competencia básica del desarrollo de la persona. Se refiere a la reflexión de las emociones y a la habilidad de regularlas en uno mismo y en los demás. Es decir, “la capacidad de regular los impulsos y las emociones desagradables, de tolerar la frustración y de saber esperar las gratificaciones” (López, E. 2005, p. 157). Las estrategias más utilizadas son: estrategia de distanciamiento, externalizantes, de resolución de conflictos, la dramatización, entre otras.

Así, gracias al desarrollo de objetivos y adquisición de contenidos y competencias específicas de la educación emocional; cuando el niño comience la etapa de educación primaria tendrá recursos para hacer frente a una realidad cada vez más exigente y compleja, previniendo por tanto problemas de conducta por la indefensión ante dificultades emocionales. Asimismo, el desarrollo de la educación emocional le facilitará elaborar un núcleo interior seguro, además de una personalidad estable y confiada en sí mismo, y todo ello, gracias a la relación con el medio a través de modelos positivos proporcionados por la escuela y los docentes, en coordinación con las familias (Zigler y Finn-Stevenson, 1987).

Bibliografía

- Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: Praxis
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación al profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación al Profesorado*, 19 (3), 95-114. Universidad de Zaragoza.
- Bisquerra, R. (2018). *La inteligencia emocional según Salovey y Mayer*. Rafael Bisquerra web. Recuperado de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>
- Bowlby, J. (1999) *Vínculos afectivos. Formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata
- Darder, P. y Bach, E. (2006). *Aportaciones para repensar la teoría y la práctica educativas desde las emociones*. Teoría de la educación, 18, 55-84.
- Lopez, E. (2005) La educación emocional en educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19, (3), 153-167. Universidad de Zaragoza.
- Mayer, J. D., Salovey, P., y Caruso, D. (2000b). Emotional Intelligence. En R. J. Sternberg (2000), *Handbook of Intelligence* (pp. 396-421). Nueva York. Cambridge University Press
- Piaget, J. (1998). *Introducción a Piaget: Pensamiento, Aprendizaje y Enseñanza*. México: Longman, S.A
- Royo, M. (2004). *Libertad emocional. Estrategias para educar las emociones*. Barcelona: Paidós.
- Sarramona, J. (2000). *Competencias básicas al término de la escolaridad obligatoria*. Revista de educación, 322, 255-288.
- Schutte, N. S., Malouff, J., Bobik, C., Coston, T., Greeson, C., Jedlicka, C. & Wendorf, G. (2001). Emotional intelligence and interpersonal relations. *Journal of Social Psychology*, 141, 523-536.
- Zigler, E.F. g Finn-Stevenson, M. (1987). *Children. Development and social Issues*. D C. Heath and Company. Massachusetts, Lexington