

Guía de apoyo a promotoras del Centro Infantil Comunitario Santa Rosa de Ayora para trabajar inteligencia emocional con niños de tres a cinco años

Margarita Sánchez

Resumen

El presente trabajo es una guía destinada para promotoras (educadoras) de niños del Centro Infantil Santa Rosa de Ayora. Está orientada a propiciar la participación de los niños y niñas en actividades que potencia la adquisición de habilidades emocionales y sociales, especialmente en un contexto de experiencia personal. Las actividades de la guía están basadas principalmente en actividades lúdicas, creativas y de fácil manejo para que las promotoras puedan incluirlas dentro de su planificación y desarrollarlas sin mayor dificultad y contratiempos. Recoge aspectos concernientes a la Inteligencia Emocional, explicada bajo la visión de autores de relevancia en el tema como: Howard Gardner, Daniel Goleman y Lawrence Shapiro. De cada uno de ellos se exponen las características y elementos esenciales de la inteligencia emocional y su influencia en el desarrollo humano. Además abarca aspectos concernientes a las emociones, la función que desempeña en los seres humanos, como se manifiestan, los fenómenos que pueden producir, el reconocimiento y algunas formas de afrontamiento que permiten mantener el control personal y no ser presos de la impulsividad o represión de las emociones.

Palabras clave: emociones, desarrollo psicosocial, inteligencia emocional.

Abstract

This paper is a guide for developers (educators) of children Children's Center Santa Rosa de Ayora. It is aimed at encouraging the participation of children in activities that promotes the acquisition of social and emotional skills, especially in a context of personal experience. The activities in the guide are based primarily on recreational, creative and easy to use so that developers can include them in their planning and develop without difficulty and setbacks. It includes aspects relating to Emotional Intelligence, explained under the relevant authors view on the subject as: Howard Gardner, Daniel Goleman and Lawrence Shapiro. From each of them shows the characteristics and elements of emotional intelligence and its impact on human development. Also covers aspects related to emotions, the role it plays in human beings, as manifested, the phenomena that may produce recognition and some forms of coping that maintain personal control and not be prisoners of impulsivity or repression of emotions.

Keywords:

Emotional, psychosocial, emotionalintelligence.

Introducción

Durante algunos años en mi ejercicio como educadora he tenido la oportunidad de compartir y observar los cambios que se ha ido dando de generación en generación de niños y niñas que han cursado el Centro Infantil Santa Rosa de Ayora. En este lapso uno de los aspectos que me más me llamó la atención fue el aspecto socioafectivo de los niños, aspecto que considero ha sido descuidado tanto en el ámbito familiar como en el ámbito educativo.

La dinámica y rol familiar ha cambiado: la madre como referente de afectividad y educación ha sido reemplazada por otros “cuidadores”. Ahora los niños pasan el mayor tiempo con personas ajenas a su círculo familiar especialmente en centros de cuidado infantil, lo que provoca en algunos casos, un inadecuado manejo de las emociones en los niños y niñas de las generaciones actuales.

Tradicionalmente las instituciones educativas han dado mayor importancia a la adquisición de conocimientos intelectuales, y olvida que el ser humano es un todo al que no se le puede separar mente y corazón, se ha descuidado su aspecto emocional. Siendo que para alcanzar el éxito en la vida real las habilidades que pueden marcar la diferencia son las relacionadas con la inteligencia emocional, antes que las relacionadas con el desarrollo académico.

Además en la actualidad nos encontramos frente a un mundo cada vez más complicado y complejo, ya no es suficiente una inteligencia que solo abarque ámbitos de abstracción, lógica formal y amplios conocimientos generales; hace falta cultivar cualidades emocionales y sociales que permitan enfrentar las exigencias de la vida cotidiana de forma tanto inteligente como creativa y conciliadora.

Algunos investigadores creen que existen dos formas diferentes de conocimiento que interactúan para construir nuestra vida mental: una que tradicionalmente se le ha dado mayor relevancia es la mente racional capaz de analizar, meditar y reflexionar; y otra es la mente emocional que es mucho más rápida que la mente racional lo que hace que descarte la reflexión y análisis antes de actuar. Estas dos mentes en la mayoría de casos trabajan en armonía, es decir los sentimientos son esenciales para el pensamiento y el pensamiento lo es para el sentimiento; pero en ocasiones la mente emocional puede dominar y aplastar a la mente racional.

La inteligencia emocional reúne todas las capacidades que tienen que ver con las emociones y los sentimientos tanto nuestros como el de los demás, a fin de comprendernos a nosotros mismos: así ser conscientes de nuestros sentimientos, para poder disfrutar y enfrentar de mejor manera las experiencias buenas y no tan buenas que nos ofrece la vida; en sí, poder entender y relacionarnos positivamente con los demás.

Diagnóstico de la situación

El Centro Infantil Comunitario Santa Rosa de Ayora nació en 1986 como una propuesta institucional externa de la Casa Campesina Cayambe, la cual pretendía no solo relacionar a los niños y niñas en procesos de integración y desarrollo intelectual mediante el encuentro entre comunes en un ambiente familiar, sino también “se plantea al niño como un centro de interés comunitario para generar acciones de desarrollo con participación comunitaria” (Herrán, 1989).

A partir del año lectivo 2010 2011 se lo reconoce como Centro de Educación Infantil Familiar Comunitario - CEIFC “Santa Rosa de Ayora” (Educación Inicial Intercultural Bilingüe).

El constituirse en una modalidad educativa formal reconocida por el Ministerio de Educación a través de la Dirección Provincial Intercultural Bilingüe de Pichincha, en la actualidad no ha modificado sustancialmente la dinámica comunitaria como se lo concibió desde sus inicios. Así, el personal se encarga del cuidado y la planificación de actividades que promuevan el desarrollo intelectual de los niños y niñas del CEIFC; está constituido por miembros elegidos de la propia comunidad, denominados como promotores cuyo nivel de formación es de educación básica o bachillerato.

El trabajo psicopedagógico que se desarrolla en el CEIFC es a través de una guía sistematizada por técnicos del área de educación de la Casa Campesina Cayambe gracias a los aportes y experiencias de promotores y promotoras de los Centros Infantiles. Esta guía es una propuesta fundamentada en la educación no-formal y tiene como componentes centros de interés y áreas de estimulación, la misma que se ha constituido para los promotores como un punto de apoyo y referencia básica para el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje; además de otros instrumentos curriculares proporcionados por la DINEIB. Y a pesar de que estas guías se constituyen en herramientas muy importantes para el desarrollo cognitivo, no prestan mucha atención a la dimensión emocional de los niños; dimensión que se debe desarrollar para que las emociones y los sentimientos que son tan importantes en nuestra vida, no se conviertan en nuestros enemigos sino más bien sean nuestros aliados.

Características del personal comunitario (promotores-educadores)

Al ser la comunidad quien tiene la potestad de designar a las promotoras o promotores, maneja sus propios parámetros para dicha selección, los cuales se basan en los siguientes requisitos: 1. Ser mayor de edad (18 años en adelante); 2. Tener como mínimo la instrucción primaria, 3. Tener aptitud para trabajar con niños-as menores de cinco años; 4. Participar activamente en acciones de interés comunitario. Como se puede observar existe una limitada formación del personal comunitario para abordar y enfrentar situaciones de conflictos asociados con problemas de índole emocional en niños y niñas que participan en el servicio educativo del Centro de Educación Inicial Familiar Comunitaria (CEIFC) “Santa Rosa de Ayora”.

Es decir los promotores no están suficientemente preparados para trabajar con niños, por tal motivo se les dificulta enfrentar si-

tuaciones conflictivas que se generan con los niños y niñas de una manera apropiada; puesto que en muchos casos ni docentes preparados tienen la madurez emocional para guiar y enfrentar situaciones difíciles o conflictivas. Lo que a su vez ocasiona un inadecuado manejo del desarrollo emocional de los niños y niñas propiciando mayor frustración en ellos. Esto genera un ambiente de agresividad, debido a que los niños no saben cómo afrontar sus insatisfacciones y deseos, haciéndolos asumir diversas posiciones tales como: agresión física, insultos, intimidación a sus compañeros, burlas, enojo, ira, etc.

Características del contexto familiar

Algunos años atrás el rol de la mujer dentro de la familia se constituía en el eje central en torno al cual giraba la organización del hogar y la formación de los hijos, pues se dedicaba exclusivamente a ser esposa y madre. Sin embargo la situación económica ha obligado a los dos progenitores a buscar trabajos asalariados, fundamentalmente ligados a plantaciones florícolas lo que ha generado que se dedique menor tiempo para compartir y formar a sus hijos.

Desde muy pequeños los niños pasan períodos prolongados de tiempo sin la presencia de los padres, ya que quedan al cuidado de terceras personas entre ellas encontramos a los promotores; como consecuencia se está produciendo un cambio importante en el papel socializador de la familia y generando carencias afectivas; los padres están más preocupados por sus actividades laborales y el resto del tiempo que les queda lo ocupan en tareas del hogar; entonces no se brinda un tiempo significativo para convivir con sus hijos, brindar afecto, seguridad, confianza, establecer normas, reglas claras y correctivos adecuados a tiempo.

Este hecho ha generado que la mayoría de niños de la comunidad se vinculen al CEIFC y compartan mayor tiempo con las

promotoras y con sus compañeros; lo que a su vez origina que las responsabilidades tanto de cuidado como de educación que antes era exclusividad de la familia se traslade a las promotoras, las mismas que tienen que enfrentarse a la difícil tarea de construir un ambiente adecuado para el desarrollo integral de los niños, sin contar con las herramientas y los conocimientos que esta responsabilidad implica.

Además, aunque si bien es cierto que existen diversos tipos de familias, es también cierto que la estructura familiar tradicional predominante en el sector (padre, madre e hijos) durante la última década se ha modificado sustancialmente. Actualmente, es común ver hogares donde la figura paterna no existe debido a varios motivos y situaciones, pero también existen casos donde no existe la figura materna. Lo que a su vez ocasiona un cambio de roles y funciones de los progenitores, que afectan en menor o mayor grado en la construcción de la personalidad de los niños; además de que repercute en sus relaciones sociales haciéndole reaccionar negativamente frente a situaciones y conflictos cotidianos.

Objetivo general

- Aportar con elementos básicos para el conocimiento de la inteligencia emocional, para que las promotoras potencien el desarrollo de capacidades emocionales en los niños y niñas de tres a cinco años del Centro de Educación Inicial Familiar Comunitario.

Objetivos específicos

- Favorecer el abordaje adecuado de los problemas y conflictos que se generen en las relaciones cotidianas entre los distintos actores educativos.
- Mejorar la calidad de las relaciones socioafectivas entre promotoras y niños.

- Contribuir al desarrollo integral de los niños y niñas.
- Mejorar el desarrollo del autoconocimiento, autonomía, autoestima, comunicación, habilidades sociales, resolución de conflictos en los niños y niñas.
- Ayudar a comprender a los niños sus emociones y las de los demás, para que puedan utilizarlas sin agredir ni lastimar a los demás.
- Fomentar en los niños el desarrollo de habilidades que les permitan tomar decisiones adecuadas y superar conflictos.

La guía está concebida con la finalidad de proporcionar conocimientos básicos relacionados con la inteligencia emocional y algunos de sus componentes: servirá para que las promotoras puedan integrar dentro de su planificación, actividades que promuevan la adquisición de habilidades emocionales y sociales, con el objetivo de contribuir al desarrollo integral de los niños de tres a cinco años, a través de la generación de un ambiente emocionalmente adecuado.

Tomando en consideración la edad y características de los destinatarios, la guía está basada principalmente en actividades lúdicas, creativas y de fácil manejo, para que las promotoras puedan desarrollarlas sin mayor dificultad y contratiempo; parte de los hechos particulares que se han podido observar en el desarrollo cotidiano de las actividades y las relaciones sociales dadas entre promotoras-niños, niños-promotoras, niños-niñas. Es decir la guía de inteligencia emocional no solo es un recurso de carácter informativo, sino también contiene actividades que están concebidas para el ámbito pedagógico cotidiano que las promotoras desarrollan: fáciles de incluirlas dentro de las planificaciones y que no requieren muchos recursos para poderlas realizar; propone actividades lúdicas y recreativas, que propiciaran no solo la adquisición de habilidades emocionales, cognitivas y sociales, sino también el gusto y disfrute de los niños/as.

1. Las emociones

Aunque las emociones son parte esencial en la vida del ser humano, las teorías psicológicas durante mucho tiempo se han resistido a estudiar a las emociones, los estudios que se han realizado son recientes.

Todos los seres humanos tenemos la capacidad de sentir emociones, pero no todos sentimos y reaccionamos de la misma manera a situaciones iguales o similares. Las emociones son la esencia misma de la afectividad de las personas, y de la forma como reaccionamos a los diferentes estímulos del ambiente externo, las mismas que pueden o no manifestarse con cambios fisiológicos del organismo y que pueden ser determinante al guiar y regular la conducta al momento de asumir posturas frente a situaciones a las que nos enfrentamos en nuestra vida.

Para algunos la función principal es **motivar** la conducta, debido a que existe una íntima relación entre motivación y emoción; también se puede decir que cumple la función de generar interés y excitación, lo que permite promover la exploración del ambiente y consecuentemente generar conocimiento para proteger o mantener la vida.

Para otros investigadores la función principal de las emociones es **adaptativa**, porque permite al ser humano adaptarse al entorno de manera acorde a las diferentes circunstancias que se presentan; la mayoría de investigadores ha puesto mucho empeño en argumentar y demostrar la función de adaptación que cumplen las emociones en los individuos.

Otra función que se considera que poseen las emociones es la de **informar** o comunicar las necesidades, intenciones o deseos para dar lugar a una respuesta. Esta función se la considera como esencial

para el desarrollo de las relaciones sociales. Esta función puede tener dos dimensiones, una que se relaciona con la información que sirve para el propio sujeto y otra denominada dimensión social relacionada con información para otros individuos con los que convive, la cual nos permite comunicar nuestras intenciones, sentimientos, deseos y hasta influir en los demás.

Aunque no se ha determinado con exactitud las funciones que cumplen las emociones, no podemos negar que se constituyen en el motor de nuestra actividad e influye directamente en la energía, las ganas, el entusiasmo y la predisposición con la que contamos para alcanzar nuestros objetivos.

Es así que el control personal de las emociones está caracterizado de acuerdo a las individualidades de cada individuo para evaluar las experiencias comunes. A todos nos gustaría tener control sobre los acontecimientos y tomar decisiones sobre los acontecimientos que pudieran afectar nuestra vida, sin embargo no todos podemos lograrlo de una manera natural. Las personas que son capaces de realizar una evaluación adecuada de las situaciones, pueden manejar de mejor manera las emociones minimizando sus efectos negativos y potenciando una perspectiva positiva; es decir ser consciente de lo que está sintiendo para dominar o regular su comportamiento de acuerdo a las circunstancias y no caer en el error de reprimirlas o dejarnos arrastrar por ellas.

2. La inteligencia emocional

Como se ha mencionado anteriormente, las emociones juegan un papel importante en la vida cotidiana de los seres humanos; ellas pueden influir de forma positiva o negativa; por lo cual es necesario como manifiesta Goleman en su obra *La inteligencia emocional* “proporcionar inteligencia a la emoción”, puesto que nos hemos enfocado

tanto en tratar de desarrollar las habilidades intelectuales y hemos descuidado nuestro aspecto emocional. Lo que a su vez está generando resultados desastrosos como lo podemos constatar al observar a nuestro alrededor. Pero si conocemos, manejamos y controlamos nuestras emociones, podríamos influir de manera positiva en las personas que nos rodean y ser más felices, para lo cual es necesario preparar a los niños para la vida, no solo pensando en su rendimiento académico, sino más bien educando al niño como un ser integral poseedor de una mente y corazón

Tradicionalmente la inteligencia ha sido asociada con habilidades cognitivas, razonamiento lógico-numérico, orientación espacial, análisis, lenguaje, etc. Pero, el concepto de inteligencia emocional se relaciona con las habilidades sociales que permiten prepararnos para la vida práctica; el concepto de inteligencia emocional es el resultado de los aportes que han proporcionado investigadores de las emociones, así como los descubrimientos recientes relacionados con la neurociencia y la mente emocional, y en especial por el desarrollo de la teoría de las inteligencias múltiples de Howard Gardner.

La inteligencia emocional determina cómo nos manejamos con nosotros mismos y con los demás, se la considera como una forma de inteligencia social que implica la habilidad de dirigir los propios sentimientos y emociones; así como también el de los demás, discriminándolos entre ellos, permitiéndonos guiar el pensamiento y la propia acción. La inteligencia emocional es por lo tanto un conjunto de destrezas, actitudes, habilidades y competencias que determinan la conducta de un individuo, sus reacciones, estados mentales, etc. Estos factores pueden afectar directamente en el nivel de éxito que tengamos al relacionarnos con los demás, así como también nuestro bienestar emocional.

Shapiro a igual que Goleman da la misma importancia tanto a la inteligencia cognitiva como a la inteligencia emocional, pues los estudios realizados en esta materia muestra que quienes poseen capacidades relacionadas con el campo de la inteligencia emocional son más seguros, alegres, confiados y tienen éxito tanto a nivel personal y como a nivel académico; además se constituyen en la base para que los niños se conviertan en personas responsables y consecuentes de sus actos.

A pesar de que existen estudios que muestran que los seres humanos nacemos con predisposiciones emocionales específicas, también es cierto que el medio y la forma como somos educados pueden marcar la diferencia. Por ello es necesario repensar la forma cómo se está educando a las nuevas generaciones e imprimir un cambio a nuestro estilo de vida, puesto que en los últimos tiempos se ha dado un giro radical en cuanto a la educación de nuestros niños, de padres autoritarios sea pasado a padres demasiado permisivos, además de dotarles de una exagerada libertad.

El desarrollo de la inteligencia emocional es una nueva forma de educar a nuestros niños, puesto que poseer un buen nivel de capacidades emocionales y sociales desarrolladas puede ayudar a que se conviertan en personas exitosas y felices. Aunque ello no es una tarea fácil, pero tampoco imposible requiere de constancia y puede requerir un cambio en la forma habitual en que nos manejamos los adultos y educamos a los niños.

3. Características del desarrollo psicosocial de niños-as de tres a cinco años

Existen varias teorías y estudios que tratan de conocer y explicar cómo se realiza el desarrollo social en las personas. Es así que

se han creado varias teorías; entre las más destacadas tenemos las de Freud, Golbert, Erickson, Piaget, Vigotsky, etc.

Piaget basa su teoría en la estructura y desarrollo de los procesos del pensamiento (teorías cognitivas) y cómo estos afectan a la comprensión de la persona sobre su entorno. Piaget suponía que los niños a cada edad tenían capacidad para resolver determinadas cuestiones y problemas, tanto cognitivos como los relacionados con la vida afectiva.

Entendemos, en consecuencia, que en cualquier acto en el que intervenga el razonamiento también se experimentará algún sentimiento. Y desde la perspectiva interaccionista de Piaget, el niño construye el conocimiento a través de la interacción entre la experiencia sensorial y el razonamiento, lo que implica que el niño construye su conocimiento desde dentro, mediante la estimulación de su racionamiento.

Piaget al realizar una de sus investigaciones observó que niños de la misma edad cometían los mismos errores y fruto de ello surge la teoría de los estadios de desarrollo, en la cual se establecen cuatro etapas secuenciales fundamentadas en la evolución del proceso cognitivo; de acuerdo a esta teoría los niños de tres a cinco años de edad se encuentran en el periodo preoperacional caracterizado por el uso del pensamiento simbólico, que es todavía un pensamiento egocéntrico que incluye la capacidad de hablar, utiliza los signos para conocer el mundo y lo entiende desde su perspectiva. Dentro de esta etapa encontramos el estadio de la inteligencia intuitiva, de los pensamientos sentimientos interindividuales espontáneos y de las relaciones sociales de sumisión al adulto.

Para Erikson, el desarrollo del ser humano se forma de etapas, pero se engrandece con el ambiente, esta teoría se la conoce como

teoría psicosocial. Según esta teoría, la vida tiene ocho estadios o crisis que influyen en el desarrollo psicosocial y que van evolucionando de acuerdo a la edad de la persona y su maduración; añade además que cada persona deberá resolver sus crisis y que para poderlas superar o no, depende a su vez de la interacción entre las características propias de cada uno y el ambiente social donde vive el individuo; según Erikson, las cuatro primeras etapas constituyen la base del sentimiento de identidad del niño. Una de ellas es la etapa que se denomina iniciativa versus culpabilidad comprendida entre los tres a seis años de edad, **esta etapa se desarrolla en la edad del juego en la cual el niño quiere emprender muchas actividades, incluso aquellas que estén fuera de los límites establecidos por sus padres**, gracias a ello van descubriendo que hay cosas que tienen aprobación social y otras que no; cuando caen en cuenta que han desobedecido a la par se genera un sentimiento de culpabilidad por dicha transgresión.

Un uso adecuado de la crisis de culpabilidad versus vergüenza que se establecen durante esta etapa en los niños puede ayudar a construir una conducta positiva, pero se debe tener mucho cuidado porque la exageración excesiva de culpabilidad frente a acciones incorrectas puede bloquear la acción e iniciativa del niño.

3.1 Características generales de los niños de tres a cinco años de edad

- El niño se da cuenta de que hace parte de una comunidad.
- Comienza a hacer amigos y también puede crear amigos imaginarios.
- Los niños se tornan más capaces de imaginar cómo pueden sentirse los demás.
- Conocen que ciertas cosas pueden causar tristeza o alegría, pero carecen de una comprensión plena de las emociones dirigidas al yo: como la vergüenza y el orgullo.

- Tienen dificultad para reconocer que pueden experimentar diferentes emociones al mismo tiempo.
- Comienzan a comprender que desean hacer reciben aprobación social y otras no.
- La autoestima de la niñez temprana tiende a ser todo o nada: “soy bueno” o “soy malo”.
- Tienden a considerar que sus atributos son permanentes.
- Todavía muestran cierto grado de egocentrismo, asumiendo que todos piensan, perciben y sienten igual que ellos. Aún piensan que el universo gira en torno suyo.
- Tiene conciencia del efecto que puede causar con la exageración de sus sentimientos. Puede utilizarla también para hacerse notar.
- Empieza a mentir y tienen cierto entendimiento del papel de la intención del engaño.
- Ataca simples reglas como “no pegues”, cuando sus padres o maestros se lo dicen, puede volverse terco, brusco, opositorista y desobediente.
- Busca afirmarse frente al otro y prueba su poder midiéndose con el otro.
- Los juegos en esta edad tienen especiales connotaciones simbólicas sobre aspectos sexuales.
- Es común que en esta etapa los niños utilicen la agresión instrumental.

Estructura de la guía

La guía está estructurada básicamente por siete temáticas:

1. ¿Qué es inteligencia emocional?
2. Autoconocimiento
3. Autonomía
4. Autoestima

5. Comunicación
6. Habilidades sociales
7. Solución de conflictos

Todos los temas se desarrollan con una estructura común:

- Introducción: consiste en una breve descripción o definición del tema a tratarse.
- Objetivos que se pretenden conseguir con la aplicación de las diferentes actividades relacionadas con la temática.
- Aspectos importantes que debemos conocer sobre cada tema y estrategias para desarrollar las diferentes habilidades.
- Actividades y sugerencias para trabajar con los niños y niñas.
- Ficha de observación que permite registrar la evolución de acuerdo a las actividades propuestas en cada tema.

3.2. Ejemplo de un tema de la guía

Autoconocimiento

El autoconocimiento es la toma de conciencia de uno mismo, de lo que somos, sentimos y la forma cómo expresamos nuestras emociones. Es un elemento esencial de la inteligencia emocional.

“El niño que se conoce a sí mismo tiene la capacidad de observarse por dentro y por fuera, lo que siente y lo que hace; utiliza sus preferencias para guiar la toma de decisiones y va descubriendo sus capacidades y limitaciones”(AA.VV, 2010).

Objetivos

- Conocerse a sí mismo y valorarse.
- Confiar en las propias capacidades y cualidades.

- Reconocer los propios gustos y preferencias.
- Saber lo que uno hace bien y lo que hace no tan bien.
- Expresar y reconocer emociones y sentimientos en forma verbal y gestual.



Lo que debemos conocer para desarrollar el autoconocimiento en los niños

Los educadores y las personas adultas en general debemos ser un digno ejemplo de imitar, los niños aprenden más de lo que ven que de lo que oyen. Los adultos somos el principal punto de referencia para los niños por lo cual es importante que se mantenga el control emocional y no nos descontrolamos frente a cualquier percance.

Se debe propiciar espacios donde el niño pueda auto-observarse y tomar conciencia de su esquema corporal, sus expresiones emocionales, sus actitudes positivas y negativas, etc. Y puedan descu-

brir que algunas emociones como el sentirse contento, amigable tiene más ventajas que estar triste o enfadado.

Es necesario que el niño aprenda a poner nombre a las diferentes emociones que expresa y observa, para que pueda apropiarse de ellas y en consecuencia pueda controlarlas. Se debe aprovechar todas las oportunidades que se presenten para hacerle notar las diferentes manifestaciones emocionales y profundizar sobre las emociones y los hechos que desencadenaron tal emoción o sentimiento, en vez de ignorarlas o restarles importancia. Por ejemplo en un inicio centrándose en sí mismo, cuando se siente contento, triste o enfadado; luego animándole a prestar atención a las emociones y sentimientos de los otros.

Tanto las emociones negativas como las positivas forman parte de los seres humanos, nos llevan a actuar y algunas de ellas nos permiten afrontar situaciones verdaderamente difíciles. Por lo tanto se debe evitar etiquetar las emociones como buenas o malas, procurando hablar de forma abierta de las emociones propias, para que el niño lo vea como algo natural y sea consciente de aquellas que experimenta en sí mismo.

Es importante que se pregunte a menudo al niño ¿Cómo se siente? Esto ayuda a que tome conciencia de sí mismo frente a diversas situaciones y a diferenciar la forma cómo se comporta cuando está por ejemplo alegre, triste o enojado.

Otro aspecto importante que puede contribuir en el autoconocimiento de los niños, es el identificar situaciones ya ocurridas y las asocien con lo que sintieron. Ejemplo: contento cuando llega mamá, cuando nos dan un regalo, cuando vamos al parque, cuando jugamos con un amigo; triste cuando hacemos algo mal, cuando se rompe algo

que nos gusta mucho, cuando lloramos; enfadado cuando nos quitan algo que queremos o no nos prestan algún juguete.

Actividades

- Observarse en el espejo y describir las características físicas de cada uno.
- Dibujarse y describir las cosas que puede y no puede hacer, lo que le gusta y no le gusta; lo que le gustaría ser en el futuro.
- Imitar frente a un espejo distintas expresiones que representen los diferentes estados emocionales.
- Observar y describir las emociones que se expresan dibujos de diferentes rostros.
- Observar y describir los sentimientos que expresan en las diferentes escenas.
- Jugar a expresar y reconocer emociones a través de la mímica.
- Realizar caretas que representen diferentes emociones.
- Jugar a hoy me siento, dibujando, bailando, cantando, haciendo mímicas, etc.
- Escuchar cuentos, leyendas, historias, identificar las emociones que expresan los personajes y los porqués de las distintas emociones.
- Crear cuentos que denoten diferentes emociones y sentimientos.
- Escuchar diferentes tipos de música y relacionarlos con los estados de ánimo.
- Jugar a repetir frases cambiando el tono de voz para reflejar y reconocer las emociones que se manifiestan. Ejemplo: decimos “me lastimé la rodilla”, como si estuviera contento, enojado, asustado, triste.
- Dibujar, colorear, pintar caras de personas que expresen emociones básicas y sacar diferencias entre ellas.

- Organizar salidas donde los niños puedan identificar las emociones que vean y las expresen con palabras esas emociones o qué es lo que puede estar provocando esas emociones.
- Realizar simulaciones sin palabras, para que los niños lean el lenguaje corporal de una persona y se imaginen que está ocurriendo.

Registro de observación autoconocimiento

Nombre y apellido:

Fecha de observación:

Pautas de observación	NC	ED	C
Se reconoce como un ser único			
Enumera algunas características propias			
Expresa sus gustos y preferencias			
Es capaz de hablar acerca de lo que siente			
Reconoce emociones básicas en expresiones faciales y corporales			
Relaciona emoción con posibles causas que pueden provocarlas			
Reconoce para lo que es bueno y no tan bueno			
Expresa adecuadamente sus emociones a los demás			
Adecua las emociones de acuerdo a la situación			

NC = No conseguido. ED = En desarrollo. C = Conseguido.

Conclusiones

El desarrollo de los niños y niñas está influenciado tanto por el entorno natural como por el ambiente social donde se desenvuelve y los estímulos que recibe desde la concepción, por lo tanto es imprescindible que la familia y las instituciones educativas se preocupen

por el modelo de educación que estamos transmitiendo a los niños y niñas, hoy más que nunca es necesario que se dé también prioridad a la parte afectiva del niño y no solo a la parte cognitiva.

Podemos percibir claramente que si conocemos, manejamos y controlamos nuestras emociones, tendremos una mejor calidad de vida e influir en los estados de ánimo de las demás personas. De acuerdo con este precepto podemos manifestar la importancia de preparar a los niños para la vida, no solo pensando en su rendimiento académico, sino más bien educando al niño como un ser integral poseedor de una mente y corazón.

La mayor parte de modelos de conducta que los niños aprenden tienen como fundamento lo observado dentro del mundo adulto. Por ello, si deseamos que los niños desarrollen su inteligencia emocional, los educadores debemos contar con la información necesaria que permita cultivar nuestra propia inteligencia emocional y hacer que los niños también la aprendan y la desarrollen.

En la medida que los adultos interactuemos y les transmitamos a los niños confianza, seguridad, sinceridad sobre lo que se dice y se hace, nos pongamos en el lugar del otro, les enseñemos a decir lo que les agrada o desagrada y les animemos a entablar amistades e iniciar conversaciones y juegos con otros niños, lograremos que vayan adquiriendo paulatinamente madurez emocional.

Formar y educar para adquirir una mejor madurez emocional es muy importante porque la inteligencia emocional no solo servirá a los niños para desenvolverse en el ámbito escolar y tener amigos, sino mas bien porque las habilidades emocionales nos servirán para toda la vida, mejorando nuestra calidad de vida como seres humanos y por ende como grupo, parte de una como comunidad.

Cuando el niño va creciendo los padres pueden en ocasiones brindarle una ayuda excesiva anticipando sus necesidades, intuyendo lo que este necesita emocionalmente, sin que llegue siquiera a expresarlo de una u otra forma. Será, por lo tanto, un objetivo a tener en cuenta el hecho de “no darle todo hecho”, sino facilitar momentos de calma donde el niño pueda ir expresando lo que quiere, que se sienta respetado para ir siendo cada vez más autónomo y consiguiendo metas por sí mismo.

Agradecimiento

En el transcurso de estos años de formación profesional, he tenido la suerte de estar rodeada de personas con una gran calidad humana, las cuales me han guiado y ayudado no solo a nivel profesional sino también a nivel personal.

Por ello doy las gracias de todo corazón a Máster Luis Peña coordinador educativo del Centro de Apoyo UPS–Cayambe, por haberme brindado la oportunidad para poder iniciar y culminar mi carrera a través de los proyectos gestados por la Fundación AYUDA EN ACCIÓN, “CASA CAMPESINA CAYAMBE”; quien no solo se ha preocupado por el desempeño académico de los estudiantes sino más bien se ha constituido como fuente de apoyo y guía especialmente para mí.

A la Universidad Politécnica Salesiana, que me ha acogido y posibilitado la oportunidad de superación tanto a nivel personal como profesional. A todos los docentes que compartieron sus conocimientos e inculcaron en mí valores éticos y morales necesarios para ser una buena profesional. A mis compañeros que se formaron conmigo, con los que compartí momentos difíciles y divertidos. Muchas gracias.

Bibliografía

- ANDER-EGG, Ezequiel
2006 *Claves para introducirse en el estudio de las inteligencias múltiples*. Buenos Aires: Homo Sapiens Ediciones.
- ARMSTRONG, Thomas
2001 *Inteligencias múltiples*. Bogotá: Editorial Norma.
- BIZQUERRA, Rafael
2000 *Educación emocional y bienestar*. Barcelona: CISSPRAXIS, S.A.
- BRUNNER, Ilse
2006 *El desarrollo de las inteligencias en la infancia*. México: Editorial Fondo de Cultura Económica.
- COON, Dennis
1999 *Psicología: exploración y aplicaciones*. México: Editorial Thomson.
- CRAIG, Grace
1990 *Manual de psicología y desarrollo educativo*, Tomo I, II, IV. México: Prentice-Hall Hispanoamericana, S.A.
- CONTRERAS, Ofelia
2004 *Aprender con estrategia*. México: Editorial Pax.
- ELORZA, Gustavo
2005 *Programa para el desarrollo de la inteligencia emocional, Volumen I: Inteligencia emocional y comunicación positiva*. Bogotá: Zamora.
- GARDNER, Howard
1995 *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*. Buenos Aires: Paidós.
- GARDNER, Howard
1997 *Arte, mente y cerebro: una aproximación cognitiva a la creatividad*. Buenos Aires: Paidós.
- GLENNON, Will
2002 *La inteligencia emocional de los niños: claves para abrir el corazón y la mente de tu hijo*. Barcelona: Oniro.
- GOLEMAN, Daniel
1996 *La inteligencia emocional: por qué es más importante que el coeficiente intelectual*. Bogotá: Panamericana.
- GOLEMAN, Daniel
1998 *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos S.A.
- KAMII, Constance y DEVRIES, Rheta
1991 *La teoría de Piaget y la educación preescolar*, Madrid: Visor.

- LÓPEZ DE BERNAL, María E. y GONZÁLES, María F.
2003 *Inteligencia emocional: pasos para elevar el potencial infantil*, Tomo III, Bogotá: Ediciones Gamma.
- MARIEQUEIRA, Lidia S.
2007 *Desarrollo emocional del niño pequeño: observar escuchar y comprender*, Buenos Aires: Novedades Educativas.
- MORENO, Ana
2001 *Dinámicas para sentir y pensar*. Madrid: Ediciones SM.
- ORTIZ, Elena M.
s/a *Inteligencias múltiples en la educación de la persona*. Buenos Aires: Editorial Bonum.
- OSTROVSKY, Graciela
2006 *Cómo construir competencias en los niños y desarrollar su talento para padres y educadores*. Bogotá: Círculo Latino Austral.
- SAINZ, M. Carmen
1998 *Educación infantil contenidos, procesos y experiencias*. Madrid: Editorial Narcea S.A.
- SHAPIRO, Lawrence
1997 *La inteligencia emocional de los niños*. México: Vergara Editor S.A.
- SOLER, Jaume
2003 *La ecología emocional*. Barcelona: Editorial Amat.
- VALERO, José María
2006 *La escuela que olvidó su oficio*. Madrid: Publicaciones ICCE.