



Noviembre 2016 - ISSN: 1989-4155

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN UN PLAN Y PROGRAMAS DE ESTUDIOS DE LA ESCUELA PREESCOLAR EN MÉXICO

Janet Medina Clemente¹

Escuela Normal Experimental de Teposcolula, Oaxaca. Instituto Estatal de Educación Pública de Oaxaca.
medinaclementej@gmail.com

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Janet Medina Clemente (2016): "La inteligencia emocional en un plan y programas de estudios de la escuela preescolar en México", Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo (noviembre 2016). En línea: <http://www.eumed.net/rev/atlante/2016/11/emociones.html>

Resumen

El objetivo de este artículo fue determinar la forma en que se concibe a la inteligencia emocional en el plan y los programas de estudios 2012 de educación preescolar que se imparte en México y, para tal caso, se revisaron, detalladamente, en los documentos señalados y en un libro recomendado por la Secretaría de Educación Pública, los aspectos relacionados con la emoción y la educación emocional. Se concluye que, a pesar de la importancia que los teóricos le atribuyen a la emoción y a la educación emocional, en los documentos oficiales mencionados que son la base para la preparación del maestro de educación preescolar, es sumamente escasa la referencia a esos temas.

Palabras clave: emoción, educación emocional, inteligencia emocional, educación preescolar.

Abstract

The aim of this paper was to determine how it conceives of emotional intelligence in the plan and curriculum 2012 preschool education offered in Mexico and, for that matter, were reviewed in detail in the aforementioned documents and a recommended by the Ministry of education book, aspects of emotion and emotional education. We conclude that, despite the importance theorists attributed to emotion and emotional education, in the aforementioned official documents are the basis for the preparation of preschool teacher education is extremely scarce reference to these issues.

Key words: emotion, emotional education, emotional intelligence, preschool education.

1. Conceptuación

Acercas de la emoción, se dice que existe una multitud de definiciones y sucede así ya que, cada una de ellas, está relacionada con la concepción ontoepistemológica de quien la emite. Mayoritariamente, la emoción ha sido definida como una agitación del ánimo, acompañada de fuertes movimientos o perturbaciones violentas del ánimo o del cuerpo, sin embargo, esta definición reduce la emoción y, en concreto, la respuesta emocional a meros cambios fisiológicos. El estado emocional de una persona determina la forma en que ella percibe el Mundo y actúa ante él y, por esta razón, se hace imprescindible acercarnos al mundo de las emociones para comprendernos de una mejor manera. Una emoción se produce cuando las informaciones sensoriales llegan a los centros emocionales del cerebro y, como consecuencia, se producen unas respuestas, inconscientes e inmediatas, del sistema nervioso autónomo (SNA) y, después, el neocórtex interpreta la información.²

Con una filiación conductista, Bisquerra afirma que hay acuerdo en considerar que las emociones son un estado del organismo que se caracterizan por una excitación o una perturbación que predispone a una respuesta de quien las tiene. Las emociones se generan como una respuesta a un acontecimiento externo o un suceso interno (pensamiento, imagen, fantasía o conducta) y esto ocasionan un planteamiento neuropsicológico, un comportamiento o una actitud cognoscitiva. Según Zaccagnini, las emociones son controladas por el neocórtex o cerebro racional que es quien permite al ser humano tener conciencia y también propicia el desarrollo de las capacidades cognitivas como la memorización, la

concentración, la autoreflexión, la resolución de problemas y la habilidad de escoger el comportamiento adecuado, es decir, en la neocórtex se da la parte consciente de la persona.³

Las características de las emociones se agrupan alrededor de tres dimensiones básicas que son las siguientes: cualidad, intensidad y duración. La primera, es decir, la cualidad, permite clasificar a una emoción como agradable o desagradable, positiva o negativa, mientras que la intensidad representa el grado de activación (cognitiva, fisiológica y motora) correspondiente y la duración puede ser puntual, es decir, referida a un instante o perdurar durante más tiempo.

Los tres componentes fundamentales de las emociones son los siguientes: el corporal, el perceptual y el motivacional. El primero, el componente corporal o fisiológico, se relaciona con los cambios en el organismo como la respiración agitada o el aumento del ritmo cardíaco;⁴ en cuanto al componente perceptual puede decirse que las personas presentan patrones específicos de expresión facial y postural cuando viven emociones, tales como tristeza, alegría, miedo, tranquilidad o rechazo; el componente motivacional se manifiesta en diferentes reacciones como, por ejemplo, la tendencia ante el miedo o a llorar ante la tristeza.⁵

Durante la infancia, los niños empiezan a ser conscientes de sus emociones y de las causas que las producen y, además, establecen relaciones sobre el porqué se dan diferentes emociones en ellos y en los demás. Comienzan a reconocer, en la expresión facial de ellos o de otros, diferentes emociones y también empiezan a establecer acciones en torno a lo que observan en la expresión de los demás. Por esta razón, los objetivos que se plantea el niño en torno a los otros y hacia sí mismo, presentan un cambio con relación a la manera previa de abordarlos. La forma en que él ha de poner de manifiesto distintos tipos de emociones, varía sustancialmente dependiendo del repertorio previo del niño y del tipo de situación a la que se vean enfrentados.⁶

El desarrollo y la comprensión de las emociones en los niños son procesos continuos y graduales de aprendizaje que van de las emociones simples a las más complejas. Los niños van cambiando sus estrategias para hacer frente a las distintas experiencias a través del control de las emociones, ellos se enfrentan mejor a sus emociones a medida que va comprendiendo sus causas.⁷

El reconocimiento de la importancia de la emoción ha llevado a los teóricos al establecimiento de la denominada inteligencia emocional y un breve recorrido acerca de su evolución incluye a teóricos como Francis Galton, a Louis Leon Thurstone y a Daniel Goleman, entre otros no menos notables.⁸ Francis Galton fue el primero en interesarse por explicar las diferencias individuales como diferencias en la inteligencia heredada. Él tuvo la influencia de Herbart Spencer, el evolucionista inglés quien planteó que la inteligencia era lo que permitía el ajuste del hombre a su ambiente, en contraste con los animales que se ajustaban a su ambiente por medio del instinto.⁹ Galton también fue el primero en señalar que los individuos tienen tanto una capacidad intelectual general, presente en toda la serie de sus capacidades mentales, como algunas aptitudes especiales. Tiempo después, en 1938, Louis Leon Thurstone sostuvo que la inteligencia no podía considerarse como un rasgo unitario y propuso una explicación multidimensional, suponiendo que la inteligencia poseía una cierta organización sistemática, cuya estructura podía inferirse a partir de análisis estadísticos adecuados.¹⁰

En 1995, Daniel Goleman fue quien difundió el concepto de inteligencia emocional a través de su obra dirigida al mundo empresarial. Él introdujo el estudio de la inteligencia emocional, señalando sus alcances y sus beneficios en la administración.¹¹ El concepto de inteligencia emocional surgió de la necesidad de responder a la interrogante: ¿por qué hay personas que se adaptan mejor que otras a diferentes situaciones de la vida diaria? Según sus autores, la inteligencia emocional está formada por metahabilidades que pueden ser clasificadas en cinco competencias: 1. Conocimiento de las propias emociones, 2. Capacidad para controlar emociones, 3. Capacidad de motivarse a sí mismo, 4. Reconocimiento de emociones ajenas y 5. Control de las relaciones.¹² Goleman destaca que son cinco los elementos determinantes del desarrollo de la inteligencia emocional:

- a. la conciencia emocional,
- b. el autocontrol,
- c. la motivación,
- d. la empatía
- e. la habilidad social.

Los tres primeros elementos dependen fuertemente de la propia persona, correspondiéndose con el propio yo: ser consciente de uno mismo, saber controlar, en cierto modo, los propios estados de ánimo y motivarse a sí mismo. En contraposición, las otras dos dimensiones (empatía y habilidad social) hacen referencia a la relación con las otras personas, configurando ambas la competencia social.

Por otro lado, para Peter Salovey y John Mayer, la inteligencia emocional se relaciona con la habilidad para percibir, con precisión, valorar y expresar emociones; para acceder y/o generar sentimientos; para entender la emoción y el conocimiento emocional y para regular emociones que, a su vez, promueven el crecimiento emocional e intelectual de quien las experimenta. Ellos identificaron cinco capacidades como integrantes de la inteligencia emocional y éstas son las siguientes:

1. Conocer las propias emociones que implica el conocimiento de uno mismo.
2. El manejo de las emociones que implica la capacidad de manejar las emociones de forma apropiada, evitando los sentimientos prolongados de ansiedad o irritabilidad.

3. El motivarse a uno mismo que implica la capacidad de automotivarse, es decir, de regular las emociones al servicio de una meta para prestar atención a lo que sucede alrededor nuestro o para conseguir dominar una dificultad y para la creatividad.
4. El reconocer las emociones en los demás supone la antesala del altruismo y comprende la capacidad de sintonizar con los deseos y las necesidades de los demás.
5. La capacidad de relacionarse con los demás. Se refiere a la habilidad para la competencia social que, a su vez, implica el manejo de las emociones de los sujetos con quienes se interactúa.¹³

La educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de competencias emocionales, entendiendo a éstas como el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para la constitución de la conciencia, así como para comprender, expresar y regular, de forma apropiada, los fenómenos emocionales.¹⁴ Ordinariamente, a la inteligencia se le había considerado como algo unitario, es decir, como una capacidad general de adaptación y de resolución de todo tipo de problemas, sin embargo, actualmente, se considera que la inteligencia es multidimensional y, ante esto, una de las explicaciones que más han influido al respecto es la de Howard Gardner quien ha identificado ocho tipos de inteligencia que son los siguientes:

1. Inteligencia lingüística que incluye la capacidad sintáctica y pragmática para participar en el uso del lenguaje para la comunicación.
2. Inteligencia musical que incluye las habilidades rítmicas y de tono que intervienen en la composición, el canto y la interpretación musical.
3. Inteligencia lógico-matemática que incluye el pensamiento lógico y la habilidad numérica.
4. Inteligencia espacial que incluye la habilidad para percibir el mundo visual, transponer y modificar las propias percepciones iniciales.
5. Inteligencia corporal-cinestésica que incluye el baile, el atletismo, la gimnasia y los deportes.
6. Inteligencia personal que abarca el conocimiento y la comprensión de los otros.
7. Inteligencia naturalística que permite detectar, diferenciar y clasificar los aspectos vinculados con la Naturaleza, como por ejemplo las especies animales y vegetales o los fenómenos relacionados con el clima o la geografía.
8. Inteligencia intrapersonal que abarca tanto el conocimiento de uno mismo e incluye a la inteligencia emocional.¹⁵

La empatía es la capacidad de comprender y aceptar al otro como portador de sentimientos, además de ideas, sin intención posesiva, respetando todas sus potencialidades, su autonomía y facilitando las relaciones personales. Aquél con quien nos comunicamos y vivimos no es un objeto que podamos estudiar, guiar y, a veces, manipular, sino que es alguien con pensamiento, sentimiento y proyecto de vida a quien tenemos que comprender y con quien tenemos que colaborar en la búsqueda del significado de todo aquello que nos rodea, en la toma de decisiones y en las acciones para encontrar la solución a los retos de nuestro medio.¹⁶

La autoestima hace referencia a la valoración que la persona hace de sí misma. Una persona con un nivel adecuado de autoestima (reconocer las propias cualidades y defectos, aceptarse y sentirse a gusto con su persona) genera un sentimiento interno de seguridad, confianza en sí mismo y en las demás personas; su crecimiento personal se ve potenciado y está abierto a los demás. Las personas con baja autoestima están más sometidas a los patrones culturales y a las presiones del grupo y de los medios de comunicación. El autocontrol, o control de sí mismo, es una capacidad básica para enfocar nuestra vida y las relaciones con los demás y requiere la formación del sentido de lo que se hace, donde la persona, de acuerdo con su racionalidad y sensibilidad, planifica su comportamiento y persiste en él. El sujeto que adquiere esta habilidad logra dominar la impulsividad y consigue la máxima independencia de lo que le rodea, manifestando un equilibrio y ajuste emocional a las distintas situaciones. Hay que tener en cuenta que la privación, la frustración, el desánimo, el temor, el miedo, el dolor y la disciplina son experiencias inevitables a lo largo de la vida que revelan nuestra naturaleza psíquica y están relacionadas con el sentimiento de consecución de fortaleza del yo y, por tanto, con el sentimiento de auto respeto y auto confianza saludable. Se dice que quien no ha conseguido, resistido y superado los problemas de la autoestima sigue dudando de su propia capacidad para hacerlo. Esto resulta cierto no sólo si lo aplicamos a los peligros que vienen desde fuera; lo es también en cuanto a la capacidad de control y dilación de los propios impulsos y, por tanto, de serenidad ante ellos.¹⁷

La autoconciencia, es decir, llegar a combinar el pensamiento y la emoción, comienza en edades muy tempranas y parece que puede desarrollarse debido al poder de la imaginación, que permite experimentar estados emocionales ficticios o situarlos en personajes inventados, reuniendo gran cantidad de experiencia sobre lo emocional.¹⁸ De acuerdo con Goleman, la conciencia emocional comienza estableciendo contacto con el flujo de sentimientos que continuamente nos acompañan y reconociendo que estas emociones tiñen todas nuestras percepciones, pensamientos y acciones, un reconocimiento que nos permite comprender el modo en que nuestros sentimientos afectan también a los demás.¹⁹

La educación emocional se entiende como un proceso continuo y permanente que pretende desarrollar el conocimiento sobre las propias emociones y las de los demás con objeto de capacitar al individuo para que adopte comportamientos que tengan presente los principios de prevención y desarrollo humano. En otros términos, la educación emocional podría considerarse como el proceso educativo continuado, tendente al logro de una personalidad rica y

equilibrada, que posibilite la participación activa y efectiva en la sociedad. Con la educación emocional se pretende, entre otros objetivos, ayudar a los niños y adolescentes a:

- Conseguir una vida emocional positiva para llegar a una edad adulta serena y fructífera, - controlar los impulsos y las emociones negativas.
- Capacitar a la persona para gestionar sus emociones.
- Desarrollar las habilidades sociales e interpersonales en el marco de un desarrollo afectivo y equilibrado.
- Desarrollar la capacidad de auto motivarse para conseguir una vida personal productiva, y, en definitiva, para auto realizarse.
- Capacitar a la persona para dar un enfoque correcto de los problemas.²⁰

Según Dueñas, la educación emocional surgió como una respuesta a una serie de situaciones que se dan en la sociedad actual: ansiedad, depresión, problemas de disciplina, violencia, drogadicción o trastornos de la alimentación. Por otro lado, la importancia del control y la regulación de las emociones surgieron, también, de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales ya que, lo contrario, tendría consecuencias muy negativas tanto en el nivel personal como social. Además, todas las personas necesitan sentirse seguras emocionalmente, es decir, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional.²¹

Para conseguir una adecuada educación emocional hay cierta unanimidad en que los cinco factores, habilidades o competencias, que conforman la inteligencia emocional -según Goleman (1995)- deben ser fomentadas y desarrolladas lo más intensamente posible y desde la más temprana adolescencia, a saber:

1. Conciencia emocional: es decir, ser consciente de uno mismo, conocer la propia existencia y, sobre todo, el propio sentimiento de vida, lo que a su vez es fundamental para el autocontrol.
2. Auto control o regulación de las emociones: significa la capacidad para saber manejar ampliamente los propios sentimientos, los estados de ánimo, evitando caer en el nerviosismo y sabiendo permanecer tranquilo para poder afrontar los sentimientos de miedo y las situaciones de riesgo y para recuperarse rápidamente de los sentimientos negativos.
3. Motivación que está muy unida a las emociones y surge del autocontrol, significa ser aplicado, ser constante, perseverante, tener resistencia ante las frustraciones.
4. Empatía, o capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, significa comprender las emociones de los demás, entender lo que otras personas sienten, sentir con las otras personas.
5. Habilidad social: hace referencia a entenderse con los demás, orientarse hacia los otros, no ser un mero observador de los demás, sino hacer algo en común con ellos, sentir alegría de estar entre las personas, colaborar, ayudar, pertenecer a un grupo. Goleman dio una gran importancia a la habilidad social ya que constituye una competencia personal que determina el modo en que el sujeto se relaciona consigo mismo y, a la vez, está influida por el factor social. Todas las experiencias personales vividas, observadas o imaginadas pasarán a formar parte del conocimiento previo del sujeto y, acumuladas, le ayudarán a interpretar el entorno con su memoria personal e influirán en sus emociones.

A través de la orientación educativa, el alumno puede recibir la ayuda necesaria para el desarrollo integral de su personalidad, cooperando para que el proceso de aprendizaje se constituya como el marco de referencia para su desarrollo de manera que su educación abarque no sólo el área cognitiva, sino toda su personalidad. La escuela y la familia constituyen los principales contextos para potenciar el desarrollo emocional de la persona.²²

Siguiendo a Belén García Torres algunas claves para ayudar al niño en la escuela para que él construya un concepto más favorable de sí mismo, se requiere:²³

- Que los profesores enseñen a los niños, poniéndose como modelos, a alabarse a sí mismos. Se trata de corregir la tendencia contraria, pues debido a las correcciones que los niños sufren durante su desarrollo suelen presentar una tendencia a la autocrítica.
- Ayudar a los niños a ser realistas en sus objetivos y en la evaluación de sí mismos. Los objetivos inalcanzables originan sentimientos de incapacidad y la autoevaluación realista evita la tendencia a generalizar el fracaso que se da en algunos individuos a partir de limitaciones concretas e intrascendentes.
- Tratar de que el niño controle su propia conducta en lugar de depender constantemente de las situaciones y de las personas con las que se relaciona.
- Enseñar a los niños a alabar a los demás y a recibir alabanzas de los demás. Estar educado emocionalmente es ser capaz de generar y experimentar emociones positivas (alegría, amor, felicidad u humor), de reconocer las emociones de uno mismo y las de los otros, pensar sobre lo que sucede y reaccionar positivamente. En situaciones de embargo emocional, puede que las emociones no se reconozcan y la persona se deje llevar por ellas sin aplicar razonamiento alguno, o puede que las emociones sean reconocidas, pero que la persona no haga caso de los signos externos, reaccionando inadecuadamente ante determinadas situaciones. De lo anterior, se deduce que la educación no puede reducirse sólo a lo puramente académico, sino que ha de abarcar otras dimensiones -cognitiva, afectivo-emocional, moral, para que se potencie el sano equilibrio entre los aspectos de la persona (mente-cuerpo-relación social) y se dé la oportunidad de conocer y expresar, en lo posible, las distintas potencialidades que cada persona posee. Es decir, el

proceso de aprendizaje no debe hacer referencia sólo a los contenidos culturales y científicos, sino que debe ser el marco de referencia obligado para el desarrollo integral del alumno. En suma, la educación no puede ser concebida como un simple proceso que incide exclusivamente en el área cognitiva del alumno, sino que debe englobar a toda la personalidad, y es precisamente la orientación educativa, como función global de la educación, la que proporciona la ayuda necesaria para que el alumno pueda desarrollarse en todos los aspectos como persona (Álvarez y Bisquerra, 1996). Tales planteamientos educativos exigen ciertas contrapartidas en el otro actor importante del proceso educativo: el profesor.²⁴

Para finalizar este apartado, pensando en algunas zonas marginadas de México, nos queda la pregunta: ¿cómo pueden diseñarse y aplicarse programas de desarrollo de inteligencia emocional en contextos donde coexisten modelos de vida en los cuales los sentimientos y las emociones positivas se mezclan e interactúan con otros modelos de vida donde el egoísmo, la violencia y la mezquindad proporcionan más ventajas financieras que los primeros? ²⁵

2. Como aprenden los niños.

En la biblioteca para la actualización del maestro, promovida por la Secretaría de Educación Pública, se ubica el libro titulado Cohen, Dorothy H. *Como aprenden los niños*. De acuerdo con su autora, ese texto fue concebido con el fin de poner al alcance de los padres de familia y de los maestros una visión integradora del aprendizaje y del desarrollo del niño cuya edad oscila entre los cinco y los once años.²⁶ Se agrega que el libro se distingue por:

- Plantear como referente indispensable de cualquier acción educativa las manifestaciones físicas, relacionales e intelectuales de los niños.
- Ponderar el aspecto emocional y el aspecto social como sustento y motor de lo intelectual.
- Fomentar la autoestima de los niños y su autonomía.
- Reconocer y respetar las diferencias culturales e individuales, en cuanto a interés, ritmo personal y tiempo evolutivo del niño.²⁷

Al analizar el desarrollo intelectual, Cohen argumenta la importancia que tiene el considerar los sentimientos del niño. Convencida que la sociedad de los Estados Unidos de Norteamérica, en los años setenta, planteaba a los alumnos de jardín de niños, a los alumnos de la escuela primaria e, incluso a los alumnos de secundaria una gran exigencia por acelerar el proceso de aprendizaje y abarcar todos los conocimientos que le hicieran posible su ingreso futuro a las instituciones universitarias y al mundo laboral, Cohen alertó contra una exigencia que llegara a impedir el goce por aprender y por ser competente, características que considera más importantes para asegurar el éxito posterior, que la acumulación indiscriminada de información.²⁸

De acuerdo con Cohen, un maestro debe ser una persona cuya propia emoción esté en orden ya que, expuesta a la adoración, la hostilidad, la ambivalencia, la ambición o el ímpetu de los niños, deberá ser capaz de diferenciar entre las necesidades de ellos y las suyas propias, de modo que pueda enfrentarse a las de ellos con buen juicio. Consciente de los sentimientos profundos y apasionados de los niños, el maestro, y no deberá tomar como cosa personal las expresiones de hostilidad cuando les ponga límites, ni exagerar su admiración cuando ceda a ellos. Deberá ocuparse, conscientemente, de sus propias tendencias, temores y angustias para impedir que afecten su criterio acerca de lo que, objetivamente, es el mejor procedimiento a seguir con los niños.²⁹

Siguiendo lo que afirma Cohen, los niños de cinco años son capaces de razonar bien; responden a las ideas y a la razón, pero el centro de la confianza de ellos no está en su pensamiento, aunque les guste sentirse listos y enterados, sino que está en su *plexo* solar, en su sentido de sí mismo como ser físicamente activo, que siente y es capaz de enfrentarse a las cosas.³⁰

Cohen aclara que, según Laretta Bender, los niños con trastornos emocionales no pueden verbalizar las proscipciones y las normas de los adultos, sino que se dejan llevar por sus impulsos, mientras que los niños normales que predicen ya su conducta futura empiezan por repetirlas, sólo de dientes para afuera.³¹ Cohen agrega que los sentimientos son poderosas fuerzas motivadoras a los cinco años. Deseos, temores, envidias y celos; ambición, confianza, cariño, compasión, rivalidad y afán de poder dominar a los niños en uno u otro momento, con reprimida pasión. Este aspecto de la vida infantil resulta muy difícil de tratar por los adultos, en especial cuando los niños hablan muy bien y hasta son brillantes, pero los sentimientos se hacen más profundos y el conocimiento de la experiencia social avanza a su propio ritmo lento y zigzagueante durante los primeros años, por muy notable que sea la brillantez o muy buena la memoria del niño de cinco años. Hasta en los más avanzados y bien informados es raro encontrar uno cuyo desarrollo emocional y social esté muy por encima del promedio como sus talentos intelectuales pudieran indicar. Al parecer, existe poca interrelación real de las bases orgánicas del intelecto y las de la emoción, o poca relación en el ritmo al cual cada una se desarrolla.³²

Cohen considera que, en un niño, una dificultad para la lectura es la perturbación emocional y que, a veces, esa dificultad está centrada en el propio desafío de leer, aunque en otras ocasiones, la dificultad es impuesta desde una base más general de ansiedad. Un niño del primer grado, de la clase de una excelente maestra, ofreció la clave de su lucha con la lectura, gracias a una experiencia muy distinta de lectura. "Es muy brillante", dijo la maestra. "Lo sabe todo. ¿Por qué le cuesta tanto leer?"³³ Cohen remarca algo que, generalmente, se desatiende en la escuela primaria y consiste en que las dificultades de lectura debidas a problemas emocionales son las más difíciles de resolver. El trastorno emocional tiene sus raíces, con frecuencia, en la relación padres-hijos y las ayudas y ejercicios mecánicos al respecto no siempre resuelven esa dificultad. Los niños cuyos padres tienen confianza en ellos se muestran muy tranquilos y relajados al aprender.³⁴

El estrés provocado por la adquisición de conocimientos a costa del desarrollo social y emocional ha sido criticado por expertos en el desarrollo del niño y por psiquiatras. No es accidental que estén apareciendo úlceras en niños pequeños, con un periodo máximo entre los siete y los nueve años de edad.³⁵ El niño motivo de preocupación es aquél que es obviamente infeliz, que teme lo que la maestra pueda decir o hacer, al que lo abruma las exigencias, la competencia y/o el castigo de la escuela, y que responde con un fracaso, o excesiva angustia ante el aprovechamiento o la mala conducta. A la larga, el desarrollo emocional del niño tiene un impacto mucho mayor en su vida que su aprovechamiento escolar o la riqueza de sus programas de estudios, por eso vale la pena hacer todo lo posible para modificar la situación del niño que sufre en exceso. Los efectos negativos en la percepción que tiene de sí mismo como discípulo, y hasta como persona, son mucho más graves que su progreso académico durante la niñez. Es más fácil "ponerlo al día" en habilidades y hechos, en casa o en una etapa posterior de la instrucción, que curar a un niño muy lastimado. Cuando un niño padece humillaciones, culpas, desconcierto e ira impotente en su experiencia escolar, los padres deben salir en su defensa insistiendo en un cambio de maestro o decidiendo un cambio de escuela.³⁶

3. El plan y los programas de estudio de la educación preescolar 2012

En este apartado se alude al plan y los programas de estudio de educación preescolar 2012 y su contenido acerca de la emoción y la educación emocional. Empezaremos diciendo que, en nuestro país, el Artículo tercero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos establece que la educación que imparta el Estado tenderá a desarrollar, armónicamente, todas las facultades del ser humano. Además, se dice que la educación contribuirá a la mejor convivencia humana con el fin de fortalecer el aprecio y el respeto por la diversidad cultural, la dignidad de la persona, la integridad de la familia, la convicción del interés general de la sociedad, los ideales de fraternidad y la igualdad de derechos de todos, evitando los privilegios de razas, de religión, de grupos, de sexos o de individuos. Por lo dicho en este Artículo, puede interpretarse que, con la educación que imparta el Estado, se trata de atender no solamente el desarrollo cognitivo del alumno, sino también el desarrollo emocional porque éste constituye un aspecto importante de la personalidad y, por tanto, del desarrollo integral de la persona.³⁷ Tomando como base los antecedentes anteriores, se revisó el plan de estudios 2012 de educación preescolar y los programas de estudio para determinar la forma en que se trata la emoción y la educación emocional.

La Licenciatura en Licenciatura en Educación Preescolar (plan 2012) revisada en este artículo es la que se imparte en una Escuela Normal. Ella se cursa en ocho semestres de los cuales el último se dedica al trabajo de titulación y a la práctica profesional. El total de asignaturas que se cursan es de 52 y, además, en la mayoría de las asignaturas se incluyen lecturas adicionales y videos. En cuanto al contenido relacionado con el tratamiento de la emoción y la educación emocional, solamente en dos asignaturas (Programa Desarrollo físico y salud y Programa Prevención de la violencia en educación preescolar, éste último como curso optativo) se alude a la atención del desarrollo de la emoción en los niños en los términos siguientes:

Las emociones y los sentimientos aparecen en estudios recientes como uno de los elementos al servicio de la supervivencia del género humano que, al mismo tiempo, le confieren el fundamento del ser y estar en el Mundo. Cuando una emoción funciona en un cerebro consciente se desencadena un sentimiento emocional.³⁸ Los aspectos emocionales y las interacciones sociales constituyen la urdimbre de la imagen corporal que se construye siempre bajo la mirada del otro. Por esta razón adquiere tanta importancia que exista una educación emocional, una verdadera alfabetización emocional adecuada que prime las emociones positivas.³⁹

El conjunto de conductas emocionales básicas que heredamos deben ser orientadas por el influjo cultural y educativo, deben ser pulidas, sobre todo en los primeros años de vida por el medio familiar y el medio escolar, con el fin de conseguir un adulto emocionalmente maduro. Un niño debe aprender a utilizar oportunamente sus emociones, a canalizar su ímpetu, a disfrutar de sus vivencias, porque dominar las emociones no debe implicar el coste de quedarse sin ellas.⁴⁰

Diferentes investigaciones y estudios han puesto de relieve algo que ya se sospechaba desde hace bastante tiempo en relación con el crecimiento y el desarrollo del cerebro humano en cuanto que un cerebro privado de un ambiente estimulante sufre y que los niños que no juegan mucho o reciben pocas caricias desarrollan cerebros entre un 20% y un 30% más pequeños de lo normal para su edad. Además, los neurocientíficos afirman que las emociones condicionan en alto grado el desarrollo de la motivación y que la motivación es, por antonomasia, el elemento impulsor

de nuestra conducta.⁴¹ El Informe Fundación Marcelino Botín, 2008 se señala que la educación emocional y social en la escuela facilita el crecimiento integral de niños y jóvenes, promueve su éxito académico, sirve de estrategia preventiva frente a posibles problemas en su desarrollo y, además, contribuye a la mejora y a la protección de la salud, física y mental.⁴²

La expresión emocional apropiada implica la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa. Esto se refiere tanto en uno mismo como en los demás. En un nivel de mayor madurez, esto supone la comprensión del impacto que la propia expresión emocional y el propio comportamiento pueden tener en otras personas.⁴³

Las funciones esenciales de las emociones pueden resumirse en la forma siguiente: 1. Sirven para defendernos de estímulos nocivos (enemigos) o aproximarnos a estímulos placenteros o recompensantes; 2. Generan respuestas polivalentes y flexibles del organismo ante acontecimientos (enemigos, alimentos). 3. Alertan al individuo como un todo único ante el estímulo específico; 4. Mantienen la curiosidad y, con ello, el descubrimiento de lo nuevo (nuevos alimentos, ocultación del enemigo) con lo que se ensancha el marco de seguridad del individuo. 5. Sirven como lenguaje para comunicarse con otros individuos; 6. Sirven para almacenar y evocar memorias de una manera más efectiva; 7. Pueden jugar un papel importante en el proceso de razonamiento y toma de decisiones, especialmente de aquellas relacionadas con la persona y su entorno social más inmediato.⁴⁴

Del Barrio sostiene que debe aprenderse a utilizar oportunamente las emociones, a canalizar su ímpetu, a disfrutar de sus vivencias, porque dominar las emociones no debe implicar el coste de quedarse sin ellas.⁴⁵ Ante tal situación, se considera que el Jardín de infantes representa el ámbito privilegiado por tratarse de la etapa más temprana, cuando se presentan avances notorios en el desarrollo cognitivo lingüístico y socioemocional del niño, lo que determina que sea un periodo de condiciones óptimas para el desarrollo de competencias emocionales y sociales, que prevengan la aparición de problemas de comportamiento agresivo persistentes.⁴⁶

Actualmente, se reconoce que los niños de 3 ó 4 años saben y adivinan las situaciones que corresponden a determinadas emociones que podríamos llamar básicas (risa, tristeza, miedo...) y que ellos son capaces de predecirlas. Asimismo, también se reconoce que los niños son conscientes de su estado mental y se ejercitan en comprender el estado mental ajeno, sobre todo, a través del juego de ficción o juego simbólico en el cual se satisfacen, imaginativamente, los deseos insatisfechos a través de la reproducción simbólica de los mundos a los que no se accede.

En cuanto a la regulación emocional, se considera que ella es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento y esto incluye tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas.⁴⁷ La regulación de las emociones y los sentimientos incluye la regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo); la tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión); el perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades y la capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior.

Considerando lo anterior, es importante que los futuros maestros con quienes los niños tendrán el primer contacto en el nivel escolar, tengan una preparación adecuada en cuanto a los contenidos y las prácticas educativas para detectar, a tiempo, las deficiencias que presentan los niños con relación a la salud y a la psicomotricidad y para proponer diferentes actividades que les ayuden a compensar o a nivelar el desarrollo psicomotriz de acuerdo con la edad. Esto es vital porque la psicomotricidad integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensoriomotrices del niño en la capacidad de ser y de expresarse en un contexto psicosocial.⁴⁸ De ahí la importancia de reconocer que en la etapa de los tres a los cinco años se presenta la agresión injustificada, por la inestable naturaleza del proceso de agresión/victimización, característico de los años preescolares; agresividad llamada también "normal", en el sentido en que pertenece al desarrollo normal del niño, porque no ha aprendido todavía a utilizar tácticas pacíficas para resolver sus conflictos, a regular sus emociones o a servirse de comportamientos de adaptación que sustituyan a la agresividad. No ha desarrollado todavía la suficiente soltura social que le permita interactuar de forma positiva con su entorno. Sus actos agresivos se explican por su malestar social, su inmadurez neurológica, sus aptitudes lingüísticas recién aparecidas y su incipiente capacidad para integrar las prohibiciones.⁴⁹

Para reconocer las emociones, los teóricos ofrecen algunas pistas y, entre ellas, pueden destacarse las siguientes:

- Las posturas corporales.
- La velocidad y la destreza de los movimientos.
- Los cambios mínimos en la mirada.
- Las variaciones en la velocidad de los ojos.
- Las modificaciones en la dilatación pupilar.
- El grado de contracción de los músculos faciales.

Como puede apreciarse, varias de esas pistas, se reflejan a través del rostro, porque es la cara y sobre todo el triángulo invertido que forman los ojos, la nariz y la boca, el que más rápido y el que mejor refleja una emoción. Por eso, de la expresión corporal de las emociones, quizás la parcela que más atención ha concitado se refiere a la expresión facial de las emociones. Se dice que no cabe duda que la expresión corporal de las emociones, cuyos rasgos básicos nos vienen dados por nuestras predisposiciones genéticas esculpidas por la evolución de la especie, depende, también,

del medio cultural en el que el ser humano se desarrolla. A lo largo de la historia, el cuerpo ha sido concebido de distintas maneras, desde su exaltación en las culturas greco-romanas, hasta ser cárcel del alma en el Medioevo, para convertirse en herramienta de la vida mundana en el Renacimiento.⁵⁰

A partir de la premisa que las habilidades sociales y emocionales son la esencia donde se construyen las relaciones con otros, el docente organiza un espacio de discusión en el que se reflexiona y analizan las siguientes preguntas: • ¿De qué manera podemos entender a la agresividad que muestran los niños preescolares:⁵¹ como actos de violencia o energía que dirige la acción hacia un fin? • ¿Cómo canalizar y aprovechar la agresividad para que los niños se reafirmen, superen y salgan adelante en lo que emprenden? • ¿Por qué es importante el aprendizaje social y emocional? • ¿Qué habilidades sociales y emocionales se deben favorecer en la educación preescolar para enfrentar con ética y responsabilidad los conflictos?⁵²

La competencia para autogenerar emociones positivas incluye la capacidad para autogenerarse y experimentar, de forma voluntaria y consciente, las emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y disfrutar de la vida.⁵³ En la etapa los niños que va de los seis a los 11 años, ellos acceden a un entramado de emociones mucho más complejas como son el orgullo, la vergüenza y la culpa que aparecen ligadas con la responsabilidad personal y el acatamiento de las normas colectivas.⁵⁴

Para concluir puede decirse que, a pesar de la importancia que los teóricos conceden a la emoción y a la educación emocional, en el plan estudio revisado y en los programas correspondientes no se tratan de manera suficiente ya que solamente se alude a ellos en dos programas de estudio de los cuales uno es optativo.

Fuentes de información

- Bisguerra, Rafael. Regulación emocional. Disponible en <http://www.rafaelbisguerra.com/es/competencias-emocionales/regulacion-emocional.html>
- Constitución política de los Estados Unidos Mexicanos. Texto vigente. Última reforma publicada DOF 27-01-2016.
- Coria Arreola, Juana Mónica. "Las inteligencias múltiples: un apoyo al proceso educativo". Revista e-Formadores, Año 2010, Núm. 2, pp. 1-6.
- Cohen, Dorothy H. *como aprenden los niños*, ed. SEP-Fondo de Cultura Económica: México; 1997, 377 pp.
- Dueñas Buey, María Luisa. "Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa". Revista Educación XXI, Año 2002, Vol. 5, pp. 77-96.
- Escámez Sánchez, Juan. "Valores, actitudes y habilidades en la educación para la salud", pp. 557-58. Revista Educación. Año 2002, Vol. XXI, Núm. 4, pp. 41-59.
- Gallardo Vázquez, Pedro. "El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años)". Revista Cuestiones Pedagógicas, Año 2006/2007, Núm. 18, pp. 143-159.
- Goleman, Daniel. La práctica de la inteligencia emocional, Ed. Psicolibro. Disponible en la dirección: http://pmayobre.webs.uvigo.es/master/textos/evangelina_garcia/practica_inte_emocional.pdf
- Heno López, Gloria Cecilia y María Cristina García Vesga. "Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas". Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, Año 2009, Vol. 7, Núm. 2, pp. 785-802.
- Lázaro Lázaro, Alfonso y Pedro Pablo Berruezo Adelantado. "La pirámide del desarrollo humano". Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales, Año 2009, Vol. 9(2), Núm. 34, pp. 15-42.
- Molero Moreno, Carmen; Enrique Saiz Vicente y Cristina Esteban Martínez. "Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional". Revista Latinoamericana de Psicología, Año 1998, Vol. 30, Núm. 1, pp. 11-30.
- Padilla Sierra, Gloria y Magdalena Ramos Tejeda. Psicología del aprendizaje, ed. UNAM: México; 2002, 218 pp.
- Programa Prevención de la violencia en educación preescolar. Curso optativo. Disponible en la dirección: Programa Desarrollo físico y salud. Disponible en la dirección: Psicología de la emoción. Disponible en la dirección: <http://www.psicocode.com/resumenes/2EMOCION.pdf>
- Salmerón Vilchez, Purificación. "Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa". Revista Educación XXI, Año 2002, Vol. 5, pp. 97-121.
- Trujillo Flores, Mara Maricela y Luis Arturo Rivas Tovar. "Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional". Revista Innovar, Año 2005, Vol. 15, Núm. 25, pp. 9-24.

¹Janet Medina Clemente es Licenciada en Pedagogía por la Universidad Bernal Díaz del Castillo y ha laborado en el nivel de educación preescolar y en el de primaria. En la actualidad se desempeña como profesora en la Escuela Normal Experimental de Teposcolula, Oaxaca (Instituto Estatal de Educación Pública de Oaxaca.) Cursa el tercer semestre de la Maestría en Pedagogía de las Ciencias Sociales en el Instituto de Investigaciones Sociales y Humanas, con sede en la ciudad de Oaxaca, Oax. www.isociales.edu.mx

²Gallardo Vázquez, P. "El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años)", p. 144.

³Bisguerra Alzina, Rafael. "Educación emocional y competencias básicas para la vida", p. 12.

⁴Gallardo Vázquez, P. "El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años)", p. 145.

⁵Psicología de la emoción. Disponible en la dirección: <http://www.psicocode.com/resumenes/2EMOCION.pdf>

-
- ⁶Hena López, G. C. y M. C. García Vesga. "Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas", p. 789.
- ⁷Dueñas Buey, M. L. "Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa", p. 86
- ⁸*Ibid.*, p. 77.
- ⁹Padilla Sierra, Gloria y Magdalena Ramos Tejeda. *Psicología del aprendizaje*, p. 192. ed. UNAM: México; 2002, 218 pp.
- ¹⁰Dueñas Buey, M. L. "Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa", p. 78.
- ¹¹Trujillo Flores, M. M. y L. A. Rivas Tovar. "Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional", pp. 12-13.
- ¹²*Ibid.*, p. 13.
- ¹³Molero Moreno, C; E. Saiz Vicente y C. Esteban Martínez. "Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencia emocional", p. 26.
- ¹⁴Bisquerra, R. (Coord.) *Educación emocional*. Propuestas para educadores y familias.
- ¹⁵Coria Arreola, J. M. "Las inteligencias múltiples: un apoyo al proceso educativo", pp. 3-5.
- ¹⁶Escámez Sánchez, J. "Valores, actitudes y habilidades en la educación para la salud", pp. 557-58.
- ¹⁷Dueñas Buey, M. L. "Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa", p. 89
- ¹⁸*Ibid.*, p. 87.
- ¹⁹Goleman, Daniel. *La práctica de la inteligencia emocional*, p. 64.
- ²⁰Dueñas Buey, M. L. "Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa", pp. 89-90.
- ²¹*Ibid.*, p. 86.
- ²²*Ibid.*, pp. 93-94.
- ²³*Ibid.*, p. 91.
- ²⁴*Id.*
- ²⁵Salmerón Vilchez, Purificación. "Evolución de los conceptos sobre inteligencia. Planteamientos actuales de la inteligencia emocional para la orientación educativa", p. 98.
- ²⁶Cohen, D. H. "Introducción a la edición en español" en *Como aprenden los niños*, p. ix
- ²⁷*Ibid.*, p. x.
- ²⁸*Ibid.*, p. xii.
- ²⁹Cohen, D. H. *Como aprenden los niños*, pp. 64-65.
- ³⁰*Ibid.*, p. 75.
- ³¹*Ibid.*, p. 81.
- ³²*Ibid.*, p. 81.
- ³³*Ibid.*, p. 202.
- ³⁴*Ibid.*, p. 203.
- ³⁵*Ibid.*, p. 273.
- ³⁶*Ibid.*, p. 331.
- ³⁷Constitución política de los Estados Unidos Mexicanos. Texto vigente. Última reforma publicada DOF 27-01-2016.
- ³⁸Lázaro Lázaro A y P. P. Berruezo Adelantado. "La pirámide del desarrollo humano", pp. 34-35.
- ³⁹*Ibid.*, p. 24.
- ⁴⁰*Ibid.*, p. 35.
- ⁴¹*Ibid.*, p. 28.
- ⁴²*Ibid.*, p. 35.
- ⁴³Bisguerra, R. Regulación emocional.
- ⁴⁴Lázaro Lázaro A y P. P. Berruezo Adelantado. "La pirámide del desarrollo humano", pp. 34-35.
- ⁴⁵*Ibid.*, p. 24.
- ⁴⁶Programa Prevención de la violencia en educación preescolar. Curso optativo, pp. 1-2.
- ⁴⁷Bisguerra, R. Regulación emocional.
- ⁴⁸Programa Desarrollo físico y salud, p. 3.
- ⁴⁹Programa Prevención de la violencia en educación preescolar. Curso optativo, pp. 1-2.
- ⁵⁰Lázaro Lázaro A y P. P. Berruezo Adelantado. "La pirámide del desarrollo humano", pp. 34-35.
- ⁵¹Programa Prevención de la violencia en educación preescolar. Curso optativo, p. 10.
- ⁵²*Ibid.*, p. 11.
- ⁵³Bisguerra, Rafael. Regulación emocional.
- ⁵⁴Lázaro Lázaro A y P. P. Berruezo Adelantado. "La pirámide del desarrollo humano", p. 30.

