

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN AULAS DE EDUCACIÓN INFANTIL

**Beatriz Llombart Sancho, Eva Mateo Torres, Héctor Benítez Giménez
M^a Carmen Alconchel Lahoz, M^a Jesús Blasco Ferrero, Raquel Zaurín Sancho.**

C.R.A. Bajo Martín. La Puebla de Híjar

FUNDAMENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LA EXPERIENCIA REALIZADA

Al comienzo de este curso, gracias a una compañera, nos topamos con dos palabras que han cambiado en gran medida nuestro día a día en las aulas de Educación Infantil del C.R.A. Bajo Martín en las localidades de Samper de Calanda, La Puebla de Híjar, Vinaceite y Urrea de Gaén; estas palabras fueron Inteligencia Emocional. En un principio nos atrajo el concepto y la posibilidad de realizar un seminario nos ha metido de lleno en ello.

Para comenzar a desglosar lo que está siendo esta práctica educativa en nuestras aulas partiremos de la definición del concepto de Inteligencia Emocional. Fue popularizado por el psicólogo estadounidense Daniel Goleman y hace referencia a la capacidad para reconocer los sentimientos propios y ajenos. La persona, por lo tanto, es inteligente (hábil) para el manejo de los sentimientos. Entonces, ¿por qué introducir la educación emocional en las aulas de Educación Infantil?

Por los importantes beneficios y ventajas que tiene cualquier persona que dispone de inteligencia emocional, muchos son los estudios que se han llevado a cabo hasta el momento. Algunos de ellos vienen a dejar patente que entre las señas de identidad que más identifican a quienes la poseen, se encuentran las personas que huyen de la monotonía, que intentan en todo momento buscar alternativas para tener una vida más plena y feliz, también son firmes cuando así se requiere, siempre miran hacia adelante a la hora de seguir viviendo y les encanta estar aprendiendo continuamente. Todas ellas metas muy deseables para cualquier persona y en las que como maestros nos gustaría poner nuestro granito de arena.

Desde hace algún tiempo hemos ido observando que los niños y las niñas que acuden a nuestras aulas encuentran dificultades a la hora de explicar o incluso mostrar cierto tipo de emociones cuando les sucede algo o cuando surge algún conflicto, sobre todo esto se va incrementando conforme

para fomentar la autoestima y la confianza; conocer y aplicar recursos para fomentar las habilidades personales y sociales; adquirir conocimientos sobre Neurociencia y Neurodidáctica de forma práctica; conocer y aplicar recursos para tener una mayor autoconciencia emocional; y, conocer y aplicar recursos para fomentar una mejor regulación emocional.

Y los grandes activos del seminario han sido las conferencias prácticas de Marta Ligoiz Vázquez, licenciada en Medicina y Cirugía en la Universidad de Sevilla, que está especializada como formadora en inteligencia emocional y neurobiología del comportamiento, integrando numerosos elementos de expresión creativa y juego en su pedagogía del aprendizaje, y Anna Forés Miravalles, licenciada y doctorada en Filosofía y Ciencias de la Educación por la Universidad de Barcelona y presidenta de AIRE (Asociación de Investigación para la Resiliencia). Pero, ¿cómo lograr esta empresa tan, si se nos permite, emocionalmente complicada?

PROPUESTA PRÁCTICA EN EL AULA

En este momento es cuando decidimos el cómo, es decir, cómo introducir la educación emocional en las aulas de niños de 3, 4 y 5 años. Para ello utilizamos un cuento, *El*

monstruo de colores de Anna Llenas.

Se trata de un cuento en el que aparece un monstruo envuelto en rayajos de colores y no sabe qué le pasa, todos estos rayajos representan distintas emociones, se ha hecho un lío con las emociones y ahora le toca deshacer el embrollo, pero él solo no es capaz. Con la ayuda de una niña que le va explicando qué nos sucede con cada una de las emociones, dejándole claro que todas juntas no pueden funcionar y que hay que comprenderlas y separarlas. Para ello utiliza unos botes que van llenando de los diferentes colores que representan estas emociones. Es una historia sencilla y divertida, que introduce seis emociones a través de su relato: el miedo de color negro, la tristeza de color azul, la calma de color verde, la alegría de color amarillo, la rabia de color rojo y el amor de color rosa.

De esta forma comenzó nuestra aventura, contamos el cuento, y tras hablar de él, con nuestras fotos o nombres escritos en tarjetas (dependiendo de la edad de los niños) fuimos expresando como nos sentimos cada uno en ese momento y colocamos nuestro nombre o nuestra foto en el bote correspondiente de la emoción que sentíamos, botes que previamente habíamos elaborado con los niños en clase y colocados en un sitio visible para todos. Esto lo realizamos explicando al

resto de la clase el por qué me coloco en ese bote y no en otro. Cada vez que un niño cambia de emoción se cambia de bote pero debe expresar a los demás por qué se siente así. Este espacio nos acompaña durante todo el curso en el aula y conforme consideremos necesario aumentaremos el número de botes conforme surja la oportunidad de comprender una nueva emoción.



A su vez, como actividad artística, en diferentes días pintamos las fichas con el dibujo del monstruo pasando por las distintas emociones, como las que aparecen en el cuento, y escribimos una situación que nos producía esa emoción en la parte de detrás. Y de modo cooperativo pintamos un monstruo en DIN-A3 en el que ponemos las diferentes situaciones emocionales de todos los niños. Para confeccionar la portada pintamos al monstruo de colores con todos los colores mezclados con un folio giratorio y dialogamos sobre qué le pasa. Este libro que confeccionamos entre todos lo dejamos en clase y el trabajo que han realizado ellos se lo

llevan a casa de tal manera que hacen partícipes a las familias de lo que están experimentando. Lógicamente las familias son conscientes de ello gracias a la reunión de comienzo de curso y nuestra explicación del trabajo pedagógico que vamos a realizar respecto a la educación emocional. Paralelamente a este eje central creado con el monstruo de colores hemos ido introduciendo diferentes dinámicas en el aula.

Algunas de las actividades realizadas son “Abrazos para el corazón” y “Besitos de caramelo”. Los objetivos que pretendíamos eran desarrollar la afectividad, mejorar las relaciones interpersonales y expresar sentimientos y emociones. A través de las mascotas Don Corazón y Don Beso introducimos el centro de interés que después acompañamos con una serie de actividades manipulativas, de contacto, de expresión corporal y oral. También nos apoyamos en la lectura de varios cuentos: *El regalo* de Gabriela Keselman, *Besos, besos* de Selma Mandine y *Mamá, ¿de qué color son los besos?* de Elisenda Queralt.

Les mostramos un colgante en forma de corazón y lo dejamos en un lugar visible de la clase. Cuando alguien se lo ponga debemos abrazarle para que se sienta mejor. Don Beso nos ofrece besitos cuando los niños realizan buenas conductas.

Nos han ayudado a percibir a aquellos niños que les cuesta exteriorizar sus sentimientos y a otros que rechazan el contacto físico. A medida que lo hemos ido trabajando sus conductas han mejorado, por lo que consideramos esta experiencia muy positiva porque los niños han aprendido a expresar su cariño más libremente.

Otra de ellas fue pensada para trabajar la sorpresa, la llamamos "Caja sorpresa". A todos nos gusta ser sorprendidos y qué mejor forma que a través de un regalo hecho por nuestros compañeros.



Como actividad de motivación presentamos una caja sorpresa a los alumnos e indagamos sobre su contenido. Una vez conocido y disfrutado su contenido (por ejemplo: figuritas de plastilina y caramelos), valoramos la posibilidad de realizar cada uno una caja sorpresa. Para ello cada niño pinta un rollo de papel higiénico que transformaremos en caja y modela una figura con plastilina, pero para que

sea sorpresa la maestra se encarga de intercambiar las figuras del interior de las cajas, la cerramos con lana y con una tarjeta en la que pone "caja sorpresa". En la asamblea cada niño descubre el contenido de su caja. Después leemos el cuento *Un regalo sorprendente* de Begoña Ibarrola. Para finalizar se ponen en común las emociones que han sentido durante la actividad.

También surgió el tema de la amistad en nuestras aulas y para trabajarlo, en primer lugar, hicimos unos muñecos que se daban la mano y en cada uno pusimos una letra para leer la palabra AMISTAD y así tener una referencia al tema dentro de clase.



Una vez introducido el tema aprendimos una canción de la amistad, hicimos una carita sonriente con plastilina y también enviamos una nota a casa para que los niños trajesen a clase un objeto o juguete importante para ellos que luego tendrían que explicar. ¿Qué has traído? ¿Por qué es importante para ti? Y que luego los niños deberían compartir con sus compañeros.

Otro día trajeron un regalo para un amigo de la clase, todos eran anónimos y manuales. Los cuales habían realizado en casa con la ayuda de sus papás, y al llegar al colegio los metimos todos juntos en una bolsa y cada niño cogió un regalo. Ese día todos los niños se fueron contentos a sus casas sin importar de quién era el regalo ni qué habían recibido. Por supuesto, no nos faltó nuestra fiesta donde los niños traían diferentes almuerzos que todos pusimos en común, poniendo música, globos, y sin faltar nuestro karaoke y baile particular. Para finalizar esta exposición de tareas de aula, decidimos trabajar el aprender a comunicar a los demás lo que nos gusta que nos hagan, que nos digan y que nos demuestren nuestros compañeros. En el día a día de la escuela parece que sólo estamos acostumbrados a expresar en voz alta lo que nos molesta o disgusta de los de demás, pasando por alto un sinfín de cosas buenas que nuestros compañeros hacen por nosotros. Esta actividad es muy sencilla de ponerla en práctica, no requiere de la dedicación de un tiempo concreto ni la elaboración de grandes materiales, pero sin duda tiene una repercusión muy positiva sobre los alumnos, ya que inconscientemente aprenden a reconocer los buenos gestos de los demás y, sobre todo, es un gran refuerzo positivo para el alumno que genera estos comportamientos,

ya que se le reconoce el esfuerzo de preocuparse y ayudar a los compañeros.

Para este trabajo emocional hemos creado un cartel con todas las caras de los alumnos, de esta manera cada vez que haya algo que me haya gustado de un compañero y se lo quiera reconocer, lo dejaremos escrito y pegado al lado de su cara. Así todos los demás seremos conscientes de las cosas que me hacen sentir bien provenientes de los demás y reconocérselo de la misma manera a la persona que lo ha hecho posible.

CONCLUSIONES Y VALORACIÓN DEL TRABAJO REALIZADO

La valoración general de la experiencia llevada a cabo en nuestra práctica docente podría tener tres vertientes. En primer lugar la valoración del seminario realizado, a todos nos ha servido no solo a nivel pedagógico como maestros y maestras de Educación Infantil, ya que hemos adquirido diferentes técnicas y recursos para trabajar la educación emocional en las aulas, si no que también a nivel personal, a poner el foco en las cosas realmente importantes que no debemos dejar pasar. Hemos conseguido que el equipo de infantil comience a tener una misión común a pesar de la idiosincrasia de las distintas localidades del C.R.A.

En segundo lugar, valoramos de forma muy positiva la práctica en el día a día del aula, ya que hemos observado un claro cambio a nivel afectivo en nuestros alumnos, entre ellos y con nosotros, hemos visto como la resolución de conflictos ha avanzado notablemente y que el diálogo se va abriendo paso en detrimento del enfrentamiento.

Por último, creemos que es necesario continuar en esta labor como una forma de trabajar en el centro, una manera de afrontar

la educación como proyecto a largo plazo. Por ello consideramos básico que la Educación Emocional cale en los docentes como una forma de hacer. Y citando una frase de un artículo del año 2010 en esta misma revista de los compañeros del EOEIP de Cantavieja, creemos firmemente que es necesario que “los componentes de la inteligencia emocional estén presentes en el Sistema Educativo, así como han estado presentes por tanto tiempo los componentes cognitivos”.

Bibliografía

- LIGIOIZ, M. (2013): *Manual de vuelo para constructores de sueños*, Zeta.
- FORÉS MIRAVALLES, A., LIGIOIZ, M. (2009): *Descubrir la Neurodidáctica: Aprender desde, en y para la vida*, UOC.
- FOZ BLESA, S., GASCA BLETRÁN, I., GÓMEZ RUIZ, P., SANCHO DÍEZ, A. (2010): “La inteligencia emocional en la práctica docente”, *A tres bandas*, nº 33.