

TRABAJO FIN DE GRADO

“LA INTELIGENCIA EMOCIONAL”

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL
CURSO ACADEMICO 2013/2014

- **AUTORA: OLGA POSTIGO MARTÍNEZ.**
- **TUTORA: ISABEL M^a MERCADER RUBIO.**

INDICE

1. <u>INTRODUCCIÓN</u>	3
1.1 JUSTIFICACIÓN	4
2. <u>EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL</u>	5/6
2.1 BREVE HISTORIA DE AUTORES QUE TRATAN EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.	6/7/8
3. <u>INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ESCUELA</u>	9/10/11
4. <u>CONCLUSIÓN</u>	11/12
5. <u>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</u>	13

1. INTRODUCCIÓN

Este trabajo consta en primer lugar de una reflexión sobre el concepto de Inteligencia Emocional, donde se realizara un repaso sobre los autores que han trabajado sobre este proceso.

Autores como son Märtin y Boeck (2004), que aluden a las creencias que tenia Empléodes en tiempos de la Grecia antigua, Cortese (2003), el cual expone la inteligencia emocional con el control de saber dirigirla partiendo de uno mismo.

También se debe hacer un alto al primer científico Charles Darwin, como gran investigador de este concepto. Pero sobre todo el concepto de Inteligencia Emocional debe mucho a Goleman (1996), el cual ha sido un gran impulsor en estos avances.

Por otro lado hay que detenerse en la historia del concepto, donde haremos un breve resumen tratando los autores que lo han trabajado. Cabe mencionar a autores como Gardner (1998), Salovey y Mayer (1990), Ledoux (1990), Codina (2008) y Damasio (2010).

En el siguiente punto se tratará la Inteligencia Emocional en la escuela, donde se hace referencia a la importancia de trabajar dicho concepto en las aulas, destacando lo importante que es que exista un ambiente adecuado y lo significativo que es también la relación que tiene la familia en dicho proceso de adquisición sobre la obtención de un control emocional.

Para finalizar, en el último punto se hará una conclusión del concepto de Inteligencia Emocional, realizando una pequeña reflexión donde se atenderá a lo mencionado en el trabajo presentado.

1.1 JUSTIFICACIÓN

Cabe destacar la importancia que tiene el conocer el concepto de inteligencia emocional, por ello es conveniente hacer una búsqueda sobre la importancia de esta en el ámbito familiar y escolar, donde el niño y la niña adquieren un aprendizaje.

El aprendizaje que se adquiere es favorable si se consigue una óptima adquisición de capacidades emocionales.

La realización de este trabajo está reflejada en la importancia de que se implante en la escuela la práctica de adquirir estas capacidades emocionales y sobre todo que el propio niño o niña las interiorice y lleve a cabo en su vida diaria y escolar.

También es importante conocer, y partir desde la evolución del concepto Inteligencia Emocional, desde sus principios hasta la actualidad. Por ello es necesario conocer autores que han ampliado la visión del concepto de Inteligencia Emocional y exponer algunas de sus citas claves para una mayor profundización.

Llegado a este punto, cabe cuestionarse si en la actualidad se aplican estas prácticas y si es favorable que se implanten en la escuela.

Por último, siendo de gran importancia trabajar en la escuela atendiendo a las destrezas del niño y niña y siguiendo su proceso de aprendizaje y teniendo en cuenta siempre sus necesidades, es significativo que se tenga presente esta implantación.

2. EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Actualmente existen investigadores que hacen una profunda referencia a este concepto.

Märtin y Boeck (2004), dicen que ya en la Grecia antigua, el cosmólogo Empédocles (hacia 450 a.C.), formulaba a grandes rasgos la teoría de los cuatro tipos de temperamento: colérico, melancólico, sanguíneo y flemático. Empédocles, creía que el cuerpo humano (como todas las formas terrenales) se componía de cuatro elementos: fuego, tierra, aire y agua. Relacionó estos cuatro elementos con los cuatro humores corporales: la bilis roja y la negra, la sangre y las mucosidades. Con ello, Empédocles, estableció las bases para una psicología, determinada de manera primordial por los humores corporales. La excesiva expansión de uno de estos humores por el cuerpo se consideraba la causa de determinados estados anímicos y predisposiciones del carácter.

Cortese (2003), *“el término inteligencia emocional es la capacidad humana de sentir, entender, controlar y modificar estados emocionales en uno mismo y en los demás”*
“La inteligencia emocional, no es ahogar las emociones sino dirigirlas y equilibrarlas”

Se debe hacer mención también al primer científico, Charles Darwin como gran investigador de este concepto.

Cortese (2003) “Charles Darwin, señaló que las emociones desde su origen han seguido un proceso de desarrollo donde se prepara a los animales para la acción, sobre todo en situaciones de emergencia”.

Las teorías hacia la inteligencia emocional, empiezan a consolidarse, unas más tarde que otras, con psicólogos como, Howard Gardner (1998) que amplía este concepto mucho más allá, distinguiendo ocho inteligencias diferentes.

Sánchez Riesco (2001), *“el concepto de Inteligencia Emocional, está hoy de moda gracias a las publicaciones de Daniel Goleman (1996), quien ha impulsado y divulgado este concepto”*.

Goleman (1996), *“Inteligencia Emocional , es esa disposición que nos permite, por ejemplo, tomar las riendas de nuestros impulsos emocionales, comprender los sentimientos más profundos de nuestros semejantes y manejar amablemente nuestras*

relaciones”. “*Ser inteligentes otorga a las emociones un papel central en el conjunto de aptitudes necesarias para vivir*”.

Sánchez Riesco (2001) “*Las teorías de la Inteligencia emocional, han supuesto un importante estímulo de cambio y renovación, tanto conceptual, como metodológico, en el ámbito educativo*”. Por otro lado también se presentan continuos problemas. En principio los teóricos de este tema se inclinan por la existencia de múltiples inteligencias, como es el caso de Howard Gardner (1998), por una inteligencia definida con criterios de éxito, como Sterberg (1997) o por dos inteligencias, una intelectual y otra afectivo- emocional, como Goleman.

2.1 BREVE HISTORIA DE AUTORES QUE TRATAN EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL.

Charles Darwin (1872), define muy bien las teorías de la inteligencia emocional como “*La expresión de las emociones en el hombre y los animales*”. Charles Darwin (1872), “*existen esquemas de comportamiento congénitos para las emociones más importantes como la alegría, la tristeza, la indignación o el miedo*”.

Charles Darwin (1872). Realiza observaciones sobre determinadas emociones que desencadenan parecidas reacciones mímicas, anímicas y psicológicas en todas las personas.

Gardner (1998), elabora su teoría de las Inteligencias múltiples estableciendo siete capacidades fundamentales, añadiendo la capacidad lingüística, lógico-matemática, espacial, musical y kinésico-corporal, las capacidades interpersonal e intrapersonal, intentando dar una visión global del desarrollo intelectual como la capacidad de resolver problemas o crear productos útiles para la sociedad.

Salovey y Mayer (1990), definen el concepto de inteligencia emocional desde la habilidad de saber manejar los sentimientos y las emociones, y una adecuada adquisición de dicho manejo que llevará a controlar nuestros pensamientos y acciones de la mejor forma posible en la vida diaria.

Salovey y Mayer (1990) destacan la idea de que hay personas emocionalmente inteligentes *“los individuos emocionalmente inteligentes pueden ser más conscientes de sus propios pensamientos y de los de los otros”*. *“Los individuos pueden estar más abiertos a aspectos positivos y negativos de la experiencia interna, más hábiles para etiquetarlas y cuando apropiadas, comunicarlas. Tal consciencia, conducirá frecuentemente a la regulación afectiva del afecto entre ellos mismos y los otros y así contribuir a los demás”*.

Salovey y Mayer (1990), *“la inteligencia emocional se refiere a un pensador con corazón”*.

Salovey y Mayer (1990), definen muy bien la importancia que le dan a las relaciones sociales y sobre todo a que sean fructíferas, es decir, aportar cierto afecto a los demás ayuda a que se exista una relación social positiva.

Salovey y Mayer (1990), han ido reformulando el concepto de inteligencia emocional con sus continuas aportaciones.

Ledoux (1990), descubrió en realidad los mensajes procedentes de los sentidos, ojos, tacto, olfato y oídos; registrados primero por la memoria emocional; la amígdala cerebral, mucho antes de pasar a neocorteza cerebral, donde se producen los procesos de razonamiento.

Según Goleman (1997) y Segal (1997), determinan que el descubrimiento que Ledoux realizó, hace que la mente emocional sea mucho más rápida que la racional y se ponga en acción sin detenerse ni un instante a pensar en lo que se está haciendo. A partir de estos señalamientos, se puede decir que las respuestas obedecen a la memoria emocional, más que a las conductas condicionadas por el aprendizaje.

Goleman (1997), desarrolló profundamente el concepto de Inteligencia Emocional. Para este autor, la emoción se refiere a un sentimiento y pensamiento característicos; a estados psicológicos y biológicos y a una variedad de tendencias a actuar; en consecuencia, la aptitud emocional es una capacidad aprendida, basada en la inteligencia emocional que origina un desempeño laboral sobresaliente.

Para Goleman (1997), la inteligencia emocional consta de cinco habilidades fundamentales: autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y destrezas

emocionales. Se puede hacer así referencia a los beneficios que aporta la inteligencia emocional en la vida diaria es ante todo la salud mental y por ende la felicidad con nosotros mismo y con los demás, ya que gracias al desarrollo de las cinco habilidades ya mencionadas se pueden establecer relaciones familiares más compasivas y crear una red amistosa de personas que nos brinde apoyo emocional, lo que junto a una toma prudente de decisiones, al control del estrés y al acceso a la propia sabiduría que existe en el interior y que se consigue gracias a la introspección, tendremos un mejor desarrollo personal y un favorable futuro profesional.

Codina (2008), aclara que *“esencialmente todas las emociones son impulsos para actuar y ellas preparan al organismo para una clase diferente de respuesta”*.

Damasio (2010), investiga el pensamiento emocional, donde queda clara la idea de que existe una comunicación entre cuerpo y mente.

Damasio (2010), autor de la obra *El error de Descartes*, considera que el error es *“la separación abismal entre el cuerpo y la mente, entre lo material de que esta hecho el cuerpo, medible, dimensionado, operado mecánicamente, infinitamente indivisible, y la esencia de la mente, que no se puede medir, no tiene dimensiones, es asimétrica, no divisible, la sugerencia de que el razonamiento, el juicio moral y el sufrimiento proviene del dolor físico o conmoción emocional puedan existir separados del cuerpo”*

Damasio (2010), a través de sus manifestaciones, concluye que no se puede pedir a ningún ser humano, la tarea de abstraerse de lo que uno es y ha vivido.

Vemos desde lo que sabemos y cuanto más sabemos, más vemos y en todo el proceso de ver y analizar una realidad se pasa por una serie de etapas, es ese procesamiento de la información que hace que cada análisis en cada uno de los momentos del ciclo de inteligencia sea único.

3. INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA ESCUELA

Se puede decir que una mayor fuente de responsabilidad en cuanto a que se dé una inteligencia emocional en la escuela recae en la atención, es decir, un niño o niña que presente una mayor atención en la escuela, se debe a que posee una fuente de emociones positivas, esto, según el autor Goleman (1997), va a llevar al niño o niña a que consiga sus metas; *“fijar la atención para conseguir una meta”, “la atención regula la emoción”, “centrar la atención en el objetivo” , “si tenemos emociones muy positivas, nuestra atención es muy abierta y podemos dirigirla donde necesitemos”*.

Por todo ello es necesario que en la escuela se trabaje con los alumnos y alumnas las emociones, para una mayor capacidad de manejo, así pues el niño o la niña poseerá emociones muy positivas y será capaz de fijar su atención en los objetivos que se propongan y sobre todo en los que los propios maestros y maestras pretendan conseguir a lo largo del proceso de aprendizaje.

Goleman (2013), en su libro “Focus”, destaca la importancia de concentración para alcanzar todo lo dicho anteriormente, por lo que en la escuela es necesario un ambiente de concentración, para ello se debe crear en el aula un espacio en el que exista respeto por el silencio, si se crea un ambiente cálido donde exista un tiempo de concentración, el niño o niña dejará fluir sus emociones y podrá mantener un estado de concentración que le llevara a centrar su atención hacia sus objetivos.

Actualmente no en todas las escuelas podemos encontrar dicho ambiente cálido, cercano y de concentración.

Existen diferentes situaciones que se pueden dar diariamente en el aula que llevan a obstaculizar que se de este ambiente favorecedor para un mayor alcance de concentración. Quizás el problema esté en que el maestro o maestra no fija su punto de mira en el bienestar del niño, sino en el conseguir que el niño alcance un objetivo sin prestar atención al proceso, si es el adecuado o no y si el niño se encuentra en armonía para alcanzarlo.

En la actualidad se están implantando programas de estudios que trabajan las emociones y relaciones sociales. Se cree interesante fomentar la implantación de

dichos programas en las escuelas ya que las emociones se van construyendo desde la infancia.

Se debe dar importancia a que se trabaje todo ello desde la relación familia-escuela, por lo que es conveniente que las familias se impliquen en la tarea de enseñar a que sus hijos e hijas adquieran una capacidad de control en sus emociones.

Es conveniente destacar el ejemplo que la autora Lantieri (2009), expone en su libro *Inteligencia emocional infantil y juvenil*; *“Los niños que han sido bien educados y cuyos padres les ayudan a tranquilizarse cuando están nerviosos parecen desarrollar mayor fortaleza en los circuitos cerebrales para dominar la angustia; si sus padres no les atienden es más probable que actúen siguiendo impulsos agresivos o que tengan problemas para tranquilizarse cuando estén alterados”*.

Lantieri (2009), menciona que en la vida se dan situaciones en las que el adulto no siempre puede responder por el niño o la niña, es por ello que es muy importante preparar al niño para que adquiera una determinada fortaleza, y posteriormente sea capaz de aplicarla de forma autónoma en aquellos momentos necesarios, sobre todo en momentos de nerviosismo en los que el niño o la niña entra en un estado de bloqueo y no responde ante la situación que se este dando.

En definitiva una buena relación familia-escuela donde se la ayude al niño o la niña a que sea capaz de controlar sus emociones y sus relaciones sociales le va a llevar a un proceso de aprendizaje óptimo y a un rendimiento escolar favorable.

Hasta hace poco tiempo se enfatizaba en una enseñanza de modelos de conductas concretas y pautas de acción esperadas en una relación. No se le daba la importancia que se le debe de dar a los sentimientos y emociones generadas por uno y otro.

Es decir, la tendencia arraigada era manejar y controlar el comportamiento del alumno sin atender a sus emociones subyacentes a tales conductas.

Se debe comprender y crear en el alumno una forma inteligente de sentir, sin pasar por alto el cultivar los sentimientos de padres, maestros y maestras, y tras ello el comportamiento y las relaciones familiares y escolares irán volviéndose cada vez más equilibradas.

La enseñanza de emociones inteligentes depende de la práctica, el entrenamiento y su perfeccionamiento y no tanto de la instrucción verbal.

Hay que destacar la idea de que en el contexto escolar, los maestros son los principales líderes emocionales de sus alumnos y alumnas, la capacidad del profesor para captar, comprender y regular las emociones de sus alumnos y alumnas es el mejor índice del equilibrio emocional de su clase.

4. CONCLUSIÓN

A modo de conclusión, se puede destacar el gran cambio que se da sobre el concepto de Inteligencia infantil a lo largo de la historia.

Haciendo una profundización sobre este concepto, se puede llegar a la conclusión de que si conseguimos un autocontrol emocional, podremos llegar a dirigir y equilibrar nuestras emociones, lo que hará que se vea favorecido nuestro estado emocional y la relación que tengamos con los demás.

Atendiendo a la definición que Goleman (1996) hace sobre Inteligencia Emocional donde dice que “ser inteligentes otorga a las emociones un papel central en el conjunto de aptitudes necesarias para vivir”, diríamos que es necesario saber controlar las emociones en determinados momentos de nuestra vida diaria en los que se necesita un equilibrio mental para la resolución de ciertas situaciones, por lo que si dicho equilibrio es óptimo, estas situaciones se podrán afrontar de manera más sencilla. Con ello llegamos a un control de nuestros pensamientos y acciones simultáneamente.

Cabe destacar por otro lado, que la Inteligencia Emocional tiene mucho que ver con las relaciones sociales, las cuales son necesarias a su vez para la adquisición de un bienestar propio.

Es Goleman (1997), quien a través de las cinco habilidades fundamentales, menciona que se puede establecer relaciones familiares más compasivas y crear una red amistosa de personas que nos brindan un apoyo emocional. Queda así claro que una fuerte relación con otras personas donde existe un complemento que lleve a una

aportación emocional, siempre va a ser fructífero, tanto como para dicha relación como para nuestra propia persona.

La concepción que Damasio (2010), hace sobre el error de separar cuerpo y mente, es muy interesante, ya que como bien dice, el ser humano no puede abstraerse de lo que es y ha vivido.

Hacer también una pequeña reflexión sobre el papel que tiene la Inteligencia Emocional en la escuela, resaltando la importancia que tiene que el niño posea la capacidad de atención adecuada, esto abrirá puertas a nuevos aprendizajes y conocimientos, al igual que ocurre con la adquisición de una adecuada concentración.

Por otro lado, que una escuela tenga un ambiente adecuado, va a favorecer siempre estas cualidades descritas, por tanto, cuanto mayor nivel de concentración y atención alcance el niño, mayor será su adquisición de control sobre las emociones.

Por último, señalar que la implantación de programas de estudios que trabajen las emociones y relaciones sociales siempre va a ser de gran importancia para la evolución de un mayor equilibrio de obtención de Inteligencia Emocional.

Es necesario que un profesor enseñe desde la perspectiva del corazón, y se incluya en la escuela las habilidades emocionales, y consecuentemente sea un claro ejemplo de la importancia que se le debe de dar a estas y se aleje de la poca importancia que siempre se le ha dado a los sentimientos y emociones. El profesor en definitiva debe guiar al niño a que cultive dichos sentimientos y emociones y consiga ponerlos en práctica.

En definitiva hay que darle la importancia necesaria a la educación de las emociones y los beneficios personales y sociales que conlleva.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- BISQUERRA, R. (2003). “Educación emocional y competencias básicas para la vida”. *Revista de investigación educativa* ” (7-23).
- CASTRO, A. (2013). “Inteligencia emocional y rendimiento académico. Papel del genero”
- CORTESE, A. y GOLEMAN, D. (2003). “La inteligencia emocional en la empresa”. *El ser humano y las relaciones humanas en el trabajo*. SHF.com.ar.
- FERNANDEZ-BERROCAL, P. y RAMOS, N. (1999). “Investigaciones empíricas en el ámbito de la inteligencia emocional”. *Ansiedad y estrés*. www.emotional.intelligence.uma.es.
- FERMAMDEZ, P. y EXTREMERA, N. (2002). “La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela”. *Revista Iberoamericana de educación*.
- GOLEMAN, D. (1996). “Inteligencia emocional”. Editorial Kairós, S.A.
- GOLEMAN, D. (2013). “Focus”. Editorial Kairós, S.A.
- GRADA, M^a.P. y GOLEMAN D. (2005). “Trabaje con inteligencia emocional”. *Revista 2001 Educación*. (3-8).
- HALTI, L. (2011). “La influencia de la emoción en la toma de decisión”. *Revista Inteligencia y seguridad*. Plaza y Valdés.
- LANTIERI, L. y GOLEMAN, D. (2001). “La inteligencia emocional infantil y juvenil”. Editorial Aguilar.
- MÁRTIN, D. y BOECK, K. (1997). “Qué es la inteligencia emocional”. EQ.
- NUÑEZ, MG., SALÓN, J., ROMERO, G., ROSALES, V., “Inteligencia emocional e intuición como plataforma en el manejo de conflicto y negociación. *Multiciencias*. (259-266).
-