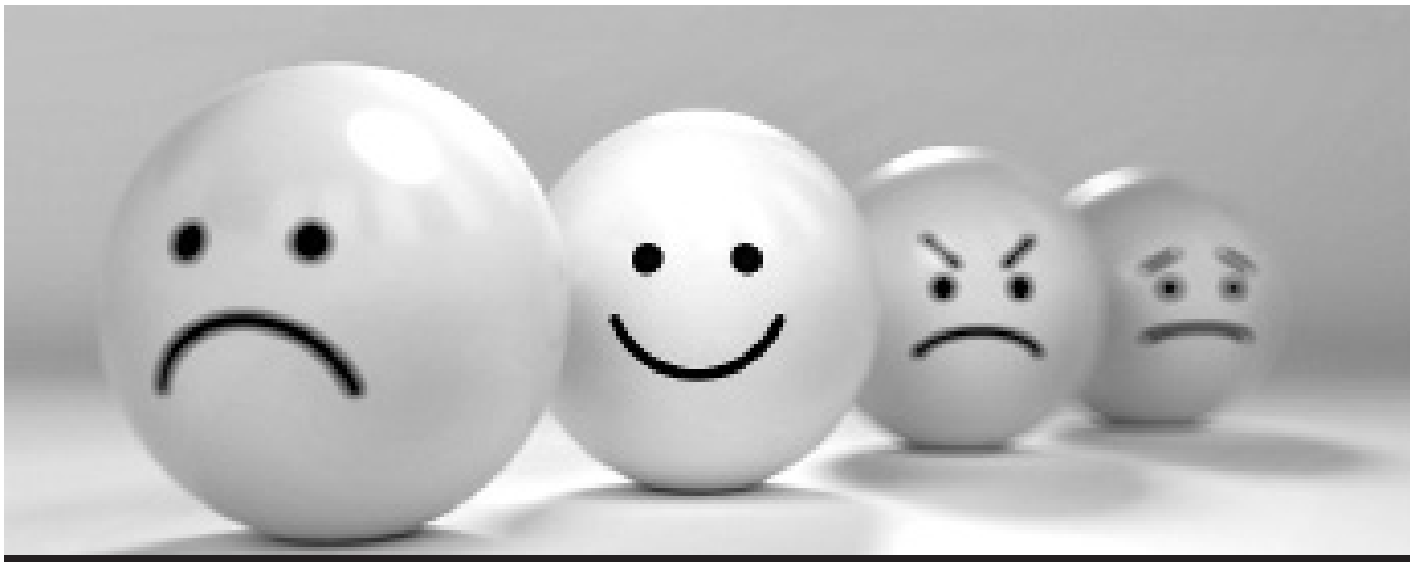
Educar con emociones
una educación inteligente

Esteban Jurado García
Docente del Programa Licenciatura en Educación Infantil
Universidad Mariana

Liceth Camila Yarpaz Espinoza
Estudiante del Programa de Licenciatura en Educación Preescolar
Universidad Mariana



Fuente: https://pixabay.com/es/photos/smiley-emoticon-ira-enojado-2979107/

Resumen

Las emociones son parte fundamental en la vida del ser humano, puesto que surgen de todas las situaciones que vivencia en su cotidianidad, ya sea en la familia, escuela o sociedad, a través de la interacción del individuo con un objeto, lugar, persona, suceso o recuerdo importante, el cual se refleja en la respuesta a través de una acción corporal o verbal que varía según la persona. En el transcurso de la vida cotidiana del ser humano, la niñez es la etapa en la cual se establecen las bases para las siguientes fases del ciclo vital (adolescencia, juventud y adultez). Cada uno de los aspectos que hacen parte del desarrollo humano, como lo social, cognitivo y psicológico, inciden en la personalidad, seguridad y confianza, por lo tanto, se debe atender de manera prioritaria al niño en cada uno de los espacios en los que se desenvuelve, como la familia y, específicamente, la escuela, la cual debe fortalecer las diferentes dimensiones del infante. Desde esta perspectiva, el reconocimiento y la manifestación de las diferentes emociones permiten que el niño se integre activamente en la sociedad, asumiendo el cuidado de sí mismo y del entorno en el que se encuentra, logrando de esta manera ser autónomo en sus actividades habituales y al mismo tiempo ampliar su mundo de relaciones. Por otra parte, la atención pertinente que realiza el cuidador primario en un niño, en este caso el padre y la madre en la familia y el docente en la escuela, permite que el infante regule cada una de las emociones que frecuenta en su diario vivir, aprendiendo, también, a reconocerlas en sí mismo y en sus iguales, consiguiendo un control emocional que lo llevará a fortalecer su desarrollo integral. Es así como, el estudio del desarrollo emocional del niño se considera una necesidad de profundización, ya que en esta temática se proporcionan escenarios, los cuales contribuyen al reconocimiento y manifestación emocional, fortaleciendo sus relaciones interpersonales, confianza, seguridad, colaboración y respeto mutuo en cada uno de ellos; por ello, es pertinente que los maestros accedan a estrategias pedagógicas para tal fin, e incluso tengan en cuenta el progreso emocional que aporta a la calidad de vida de cada uno de ellos.

Palabras clave: contexto social, educación, emociones, familia, inteligencia.

Introducción

Las emociones son parte importante en la vida del ser humano, puesto que están presentes en las diferentes situaciones que vivencia en su cotidianidad, ya sea familia, escuela o sociedad,

esto le permite establecer conexiones emocionales que forjan una perspectiva horizontal, basada en una visión que se desarrolla en el transcurrir de la vida; teniendo en cuenta esto, es importante definir ¿Qué son las emociones?, para ello, Santrock (2007) expresa que:

> Las emociones son sentimientos o afectos que surgen cuando una persona se encuentra en cierto estado o interacción importante para ella. La emoción se caracteriza por comportamientos que reflejan (expresan) el estado placentero o displacentero en que se encuentra, o la transacción que está experimentando. (p. 332).

Por lo anterior, se puede decir que la expresión de las emociones surge a través de la interacción del individuo con un objeto, lugar, persona, suceso o recuerdo importante, el cual se refleja a través de una acción fisiológica que varía según la persona, teniendo en cuenta cada uno de los pensamientos y sucesos que trae consigo, todas aquellas experiencias previas y acciones que le han permitido establecer juicios de valor sobre determinadas circunstancias, Santrock (2007) manifiesta:

> Las emociones se caracterizan por el comportamiento que refleja el placer o desagrado del estado o transacciones actuales de la persona; estas también pueden adoptar formas específicas como alegría, temor, enojo, etc., dependiendo de la manera en que una transacción afecta al individuo, aunque cabe resaltar que pueden variar en cuanto su intensidad. Por ejemplo, un bebe puede manifestar un temor intenso o un temor moderado en una situación en particular. (p. 332-333).

Dicho de otra manera, las emociones son un reflejo de las situaciones o relaciones interpersonales que vivencia la persona en su diario vivir, las cuales se manifiestan de diferente forma, afectando el comportamiento del individuo y generando en él una posición de conocimiento sobre lo que desea expresar, trasmitir, lograr y conseguir.

En este orden de ideas, se debe tener en cuenta que las emociones se manifiestan de acuerdo con algunos componentes, como lo afirma Nevid (2009):

> Las emociones, contienen tres componentes básicos: excitación corporal (activación del sistema nervioso), cogniciones (experiencias subjetivas o consientes del sentimiento, así como las evaluaciones o juicios que hacemos y que evocan dicho sentimiento), y conductas expresas (expresión hacia lo exterior de la emoción, como aproximarnos al objeto de nuestro amor o alejarnos de un objeto temido). (p. 302).

Por consiguiente, la expresión emocional se la puede observar de manera fisiológica, donde el cuerpo es capaz de manifestarse de diferentes maneras, y por medio de ello reconocer las emociones provocadas en el contexto. Ahora bien, es importante resaltar que, las primeras emociones que el ser humano adquiere se dan durante la gestación, aquellas que experimentan sus padres, especialmente, la madre mientras está en su vientre, debido a que están conectados por medio del cordón umbilical, por el cual no solamente lo alimenta sino que también le transmiten las emociones que vivencia, por lo tanto, el desarrollo emocional dependerá siempre de ella, tal como lo manifiestan Kelly y Verny (2009) *"*el feto puede ver, oír, experimentar, degustar y, de manera primitiva, incluso aprender (…). Lo más importante es que puede sentir*"* (p. 10). Es en este punto, en el cual los niños en la etapa de gestación inician su proceso de aprendizaje, pues son y serán las primeras raíces en donde guardan la información que se brinda por parte de los padres, el medio, los sentires propios y accionares que influyen en gran medida en su desarrollo emocional.

Así las cosas, se puede decir que los niños experimentan las emociones desde una edad temprana, lo cual ayuda a su manifestación y creación de relaciones personales en su familia, escuela y sociedad, existen evidencias del desarrollo del lenguaje hablado cerca a los dos años de edad, donde es posible reconocer la expresión de las emociones, según Santrock (2007):

> Los niños de 2 a 3 años usan un número mayor de términos para describir emociones, y aprenden más acerca de las causas y consecuencias de los sentimientos. A los 4 y 5 años de edad los niños reflexionan cada vez más sobre sus emociones y comprenden que un solo evento puede provocar emociones diferentes en distintas personas. (p. 365).

Las emociones en los niños van madurando a través de la edad, donde el reconocimiento y manifestación de cada una de ellas se hace mucho más cotidiano, teniendo en cuenta las situaciones o relaciones que las provocan, en este punto, la interacción social, el contexto y el medio en donde se desarrolla el niño juega un papel fundamental, pues dentro del proceso de aprendizaje y desarrollo, los niños abstraen en gran medida todos su aprendizajes y saberes a través de la interacción entre pares y adultos, de tal manera que, inicia con un proceso de relación sobre el ser, el saber y el conocer, determinando cuales acciones son significantes para hacer uso de éstas para su desenvolvimiento diario.

Al respecto, Carolyn Saarni (como se citó en Santrock, 2007) considera que:

> Para ser emocionalmente competente es necesario desarrollar varias habilidades en contextos sociales, que incluyen: la conciencia de los propios estados emocionales, detectar las emociones de otros, comprender los estados emocionales, afrontar de manera adaptativa las emociones negativas utilizando estrategias de autorregulación que reduce la intensidad o duración de dichos estados emocionales y pensar, en general, que uno se siente de forma en que desea sentirse. (p. 335).

De esta manera, los niños se relacionan eficazmente en el ambiente educativo, pues evidencian constantemente los estados de ánimo de las personas que les rodea, inician con el aprendizaje y manejo de sus emociones y conocer de cierta manera los estados emocionales de sus pares y de los adultos, allí es donde inicia una de las etapas de los niños acerca de la pregunta y la indagación, pues quieren aprender, desean explorar y saber lo que los otros conocen, sienten, interactúan, siendo capaces de afrontar y aprender de las experiencias y circunstancias positivas y negativas y fortaleciendo el desarrollo de sus relaciones personales.

Consecuentemente, con relación a las emociones, la inteligencia emocional es la capacidad de reconocer las emociones en sí mismo y en los demás; también es la habilidad de manejarlas

de manera eficaz; teniendo en cuenta algunas particularidades de Nevid (2009), resulta complicado definir la inteligencia emocional con precisión, por lo tanto, describe cinco características principales, a saber: conocer sus emociones, haciendo referencia al conocimiento de sus sentimientos; el manejo de las emociones, que es donde la persona controla de forma apropiada sus emociones, obteniendo tranquilidad ante las situaciones difíciles por las que este atravesando; motivarse a sí mismo, es una de las características donde el individuo coloca orden en sus emociones para logar las metas que se propone estando presente el entusiasmo y la autoconfianza; reconocer las emociones de los demás, es decir, la capacidad de percibir las emociones de los demás, es una importante habilidad para crear relaciones fuertes; ayudar a otros a manejar sus emociones es una de las características importantes para construir relaciones interpersonales significativas.

Por tanto, es normal que un niño llore y haga pataletas cuando no obtiene lo que él quiere, pues está aprendiendo a manejar sus emociones y acciones y lo que estas conllevan, por eso, es de suma importancia tener la capacidad de orientar a los niños a controlar sus emociones, ya que se enfrentará a ellas diariamente, Santrock (2007) argumenta que:

> El control emocional es el manejo afectivo de la activación para adaptarse y alcanzar una meta. La activación es un estado de alerta o excitación que puede alcanzar niveles demasiado elevados para un funcionamiento eficaz. El enojo, por ejemplo, a menudo requiere de un control. (p. 335).

Dicho de otra manera, el control emocional contribuye a manejar las diferentes emociones de manera indicada, ya que conlleva al niño a integrarse al contexto en el cual se encuentra, observando, analizando y construyendo una ideología clara sobre lo que piensa y siente; observar a sus compañeros influye significativamente en él, pues cada una de las acciones que se lleven a cabo recrearan un imaginario de situaciones vividas, que al interpretarlas brindaran una nueva posición emocional del actuar frente a cada una de las situaciones. De igual forma, un niño con emociones negativas sufre el rechazo de aquellos que lo rodean, mientras que los niños con emociones positivas son más sociables y compañeristas, al respecto Fabes (como se citó en Santrock, 2007) señala que:

> El control emocional es un aspecto importante en la buena relación con sus pares. En un estudio, realizado en contexto natural de las interacciones cotidianas de los niños con sus pares, el autocontrol de las emociones incrementa las habilidades sociales de los niños. (p. 341).

De esta manera, es beneficioso que los niños controlen sus emociones, siendo esta una habilidad importante para mejorar sus relaciones interpersonales y disminuir las emociones negativas con aquellas personas que conforman su núcleo familiar, escolar y social. Por otro lado, los niños se desempeñan y comportan de cierta manera dentro del aula y el papel que asume el maestro a la hora de estimular las diferentes emociones de sus estudiantes en el ambiente educativo ayuda al reconocimiento y manifestación de cada una de ellas, pues se encuentran situaciones adversas que impiden que se lleva a cabo un desarrollo social y emocional adecuado en los niños, puesto que en su gran mayoría se encuentran estudiantes anímica y emocionalmente desequilibrados, sin un rumbo específico y en total desconocimiento sobre las situaciones familiares que se presentan al interior del seno del hogar, dentro de este panorama, Morris et al. (como se citó en Stassen, 2012), expresaron:

> Por lo general, los maestros estimulan el entusiasmo natural, el esfuerzo y el orgullo de sus estudiantes de 3 a 6 años. Si, en cambio, los maestros desestiman en vez de guiar las emociones de un niño (miedo enojo o cualquier otro sentimiento), puede ocurrir que este no aprenda a regular sus emociones. (p. 290).

Por lo tanto, el maestro debe tener en cuenta que, ante cualquier emoción positiva, negativa o reprimida por parte del estudiante, ésta debe ser atendida con prontitud, ya que si no es tratada a tiempo puede afectar sus relaciones con sus compañeros y maestros. Es justamente aquí donde interviene el papel y el rol fundamental del maestro, pues como maestro debe conocer y poseer las competencias y herramientas necesarias para interpretar cada uno de los comportamientos que tienen los niños, haciendo que cada una de las acciones que lleve a cabo, le permita la interpretación y el trabajo colaborativo, específico para poder desarrollar las capacidades y entender por qué ciertos niños reaccionan de una u otra forma; indagar las características de los padres de familia es una de las tareas más importantes que debe cumplir el maestro, ya que de esta forma, podrá comprender porque los niños se comportan de cierta manera dentro del aula de clases.

Dentro de la teoría del aprendizaje social, Bandura (1971) propone que *los niños aprenden a través de su contexto social*; en este caso su entorno y su contexto inmediato sería el núcleo familiar, para ello, se debe plantear varios interrogantes ¿qué es lo que los niños observan dentro de la casa? ¿cuáles son las reacciones de los padres de familia al hacerles algún tipo de pregunta? ¿cómo se expresan los padres de familia con los niños? ¿cómo radica cada una de las cosas que se hablan o se preguntan en los niños dentro de su desarrollo emocional? ¿por qué razón el maestro debe contribuir al mejoramiento constante del conocimiento y elaboración de estrategias para un desarrollo social y emocional más productivo y asertivo en los niños de edad preescolar? Toda esta serie de preguntas se deben responder desde una visión muy neutral, puesto que el desconocimiento de los padres de familia sobre las emociones y la reacción de los niños frente a las situaciones que pasan al interior del hogar, crea y recrea una intencionalidad de comportamiento adquirido. Bandura manifiesta que *el niño ejemplificará cada una de las acciones que puede observar y abstraer de las personas que están a su alrededor.* De esta manera, sería importante resaltar que cada una de las acciones que los padres de familia llevan a cabo siempre serán reproducidas por sus hijos, partiendo de este hecho, los docentes, como principal actividad, deben orientar al padre de familia, haciéndole entender, conocer y ver que cada una de sus acciones repercute positiva o negativamente en el desarrollo emocional de los niños.

Además, los maestros u otros cuidadores primarios pueden ayudar a los niños a entender y controlar sus emociones por medio del juego y del dialogo, como lo expresa Santrock (2007):

> Estas personas pueden hablar con los niños para ayudarlos a afrontar el malestar, la tristeza, el enojo o la culpa. Aprender a expresar algunos sentimientos y enmascarar otros, es una lección cotidiana común en la vida de los niños. A los niños que se enojan porque tienen que esperar su turno o que se ríen de un niño que está llorando porque se calló y se lastimo la rodilla se les puede animar a tomar en cuenta los sentimientos de otros niños. A los niños que jactan por haber ganado algo, se les puede recordar la tristeza que se siente al perder. (p. 341).

Por este motivo, es importante tener en cuenta cómo los niños reconocen y manifiestan las emociones que experimentan a través de las diferentes situaciones y cómo estas afectan las relaciones interpersonales en el contexto en el que se encuentran, ya que el niño está inmerso en las diferentes situaciones sociales, culturales y educativas, las cuales lo llevan a la interacción con las personas que le rodean, fortaleciendo sus relaciones interpersonales como también su desarrollo integral. Así mismo, es importante reconocer, como lo manifiesta Bandura (1971), que, las conductas de las personas tienen una gran influencia en el aprendizaje, en la formación de los constructos y de su propia conducta en los niños, de tal manera que, mediante el ejemplo de la influencia de los modelos a seguir, los comportamientos serán adecuados o no adecuados, simplificando el aprendizaje y la socialización en su entorno.

En este mismo orden de ideas, Morón (2010) manifiesta:

> La personalidad se desarrolla a raíz del proceso de socialización, en la que el niño asimila las actitudes, valores y costumbres de la sociedad. Y serán los padres los encargados principalmente de contribuir a esta labor, a través de su amor y cuidados de la figura de identificación que son para los niños (son agentes activos de socialización). Es decir, la vida familiar será la primera escuela del aprendizaje emocional. (p. 2).

Desde esta perspectiva, queda claro que, como figura de identificación, los padres son agentes activos que contribuyen al proceso de socialización del niño, pues desde el seno del hogar le brindan herramientas necesarias para que se desarrolle integralmente en la sociedad; asimismo, en este punto, el docente juega un papel fundamental, pues el maestro interviene desde una visión exterior al del hogar, orientando cada uno de los pasos, cada enseñanza y aprendizaje que consigue el niño. Vygotsky (1962) asume que:

> El niño tiene la necesidad de actuar de manera eficaz y con independencia y de tener la capacidad para desarrollar un estado mental de funcionamiento superior cuando interacciona con la cultura (igual que cuando interacciona con otras personas). El niño tiene un papel activo en el proceso de aprendizaje, pero no actúa solo, [ya que el papel de los papas y docentes es acompañarlo].

Enseñarles a los niños la capacidad de resolver problemas, es un proceso de desarrollo de la inteligencia emocional, el cual le permitirá actuar adecuadamente, de acuerdo a las circunstancias, entender y comprender la realidad inmediata en la que se encuentra y con ello, poder buscar las estrategias adecuadas que susciten la inmediatez a la respuesta de acuerdo a su cotidianidad, es decir, llevar a los niños a un procesos de aprendizaje, teniendo en cuenta sus conocimientos previos, los cuales los podrá relacionar con su contexto inmediato.

Por lo dicho, es importante tener presente: "cuando alguien dice que un niño es inteligente en general se piensa exclusivamente en una inteligencia lógica, racional, analítica y que es solo un tipo de inteligencia" Zubiria (como se citó en Llorente, 2018), y es justamente por esto que en muchas ocasiones los padres de familia les cuesta entender que los niños poseen múltiples inteligencias y acciones para poder realizar, resolver y comprender que el entorno del seno del hogar es el principal eje de aprendizaje, que le va a permitir recrear su realidad social, teniendo en cuenta múltiples aspectos (económicos, sociales, políticos, educativos, familiares y culturales).

Explicar al padre de familia que los niños en la actualidad participan activamente del sistema educativo, y que llevan consigo una programación y entendimiento completamente diferente, en donde las palabras, las mediaciones, el ejemplo, y la participación continua son eje primordial y principal para entender la realidad social, de ahí que:

> Hay que enseñar a los niños a pensar, a pensar sobre sus emociones, a que sepan cómo se sienten ellos, y a detectar cómo se sienten los demás, ayudarles a canalizar las emociones, a expresarlas, a regularlas, a favorecer la importancia de la comunicación. (Madrid, 2015).

En ese orden de ideas, las competencias que deben poseer los padres de familia y el maestro deben estar orientadas hacia el conocimiento, reflexión y toma de conciencia de cada uno de los actuares y accionares de los niños, haciendo que cada particularidad amplié su aprendizaje, buscando trascendencia dentro del desarrollo emocional y así conseguir que sientan, que vivan, que conozcan. Por ello, es importante que las acciones, los objetivos y las metas que se propongan con los padres de familia, tenga claro una ruta específica, que permita identificar las palabras adecuadas, solucionar a tiempo las situaciones que se presenten y así poder llegar a un fin común, la inteligencia emocional.

Referencias

Bandura, A. (1971). *Teoría del aprendizaje social.* Caracas: Escuela de Psicología U.C.V.

Biografías y Vidas. (2014-2019). Albert Bandura. Recuperado de http://www.biografiasyvidas.com/biografia/b/bandura.htm

Kelly, J. y Verny, T. (2009). *La vida secreta del niño antes de nacer.* Argentina: Urano.

Llorente, A. (12 de marzo de 2018). Qué es la inteligencia, qué tan importante es y por qué no deberías decirle a nadie que es inteligente. *BBC.* Recuperado de https://www.bbc.com/mundo/noticias-43352690

Madrid, M. (3 de marzo de 2015). La inteligencia emocional en la infancia. *Revista de psicología Insight.* Recuperado de http://www.revistainsight.es/la-inteligencia-emocional-en-la-infancia/

Nevid, J. (2009). *Psicología conceptos y aplicaciones.* New York: Cengage Learning Academic

Santrock, J. (2007). *Desarrollo Infantil.* México: M.C. Graw Hill.

Vygotsky, L. S. (1991). *A formação social da mente* (4.ª ed.). Sao Paulo: Martins Fontes Ed.