

*Hacia el diseño de una experiencia pedagógica enfocada al estímulo de la Inteligencia Emocional a través del juego en niños de edad preescolar.*

*Autoras:*

Anyela Carolina Contreras

[acontreras10@unab.edu.co](mailto:acontreras10@unab.edu.co)

3203938287

Gestora social del municipio de Arboleda  
Norte de Santander, Colombia.

Alejandra Cárdenas Rivera

[acardenas772@unab.edu.co](mailto:acardenas772@unab.edu.co)

3125730940

Docente de una Institución educativa oficial  
Santander, Colombia

Estudiantes de maestría en educación  
Universidad autónoma de Bucaramanga

*Co-autora:*

María Piedad Acuña

[macuna@unab.edu.co](mailto:macuna@unab.edu.co)

Mg. en Educación. Docente Investigadora  
Universidad Autónoma de Bucaramanga  
Facultad de Educación  
tel 6436111 ext 464  
Código postal 680003

### *Resumen*

Este artículo es producto del proyecto de investigación; “Hacia el diseño de una experiencia pedagógica enfocada al estímulo de la Inteligencia Emocional a través del juego en niños de edad preescolar”, surgió en la medida que se reconoce ampliamente a las emociones como un factor determinante en la educación, dado que pueden llegar a perturbar o impulsar el aprendizaje, en tal medida se convierte en un asunto preponderante. Se ha establecido como punto de partida para el estímulo de la Inteligencia Emocional, el juego, porque es la actividad rectora de los niños en edad preescolar. Se espera contribuir a la educación preescolar con una experiencia pedagógica que pueda ser replicada por otros docentes, realizando ajustes a las necesidades particulares de cada contexto educativo.

*Palabras Clave:* Inteligencia (Intelligence), Desarrollo emocional (Emotional development), Estrategia educativa (Educational strategies), Técnica didáctica (Classroom techniques).

***Abstract***

This article is the product of the research project; "Towards the design of an educational experience focused on the stimulation of emotional intelligence through play in preschool children". It emerged to the extent that it widely recognized emotions as a determining factor in education, as they can disrupt or promote learning, to such an extent that it becomes a prevalent issue. Playing has been established as the starting point for stimulation of emotional intelligence, because it is the leading activity of preschoolers. It is expected to contribute to preschool education with a teaching experience that can be replicated by other teachers, creating adjustments to the particular needs of each educational context.

*Palabras Clave:* Inteligencia (Intelligence), Desarrollo emocional (Emotional development), Estrategia educativa (Educational strategies), Técnica didáctica (Classroom techniques).

*Hacia el diseño de una experiencia pedagógica enfocada al estímulo de la Inteligencia Emocional a través del juego en niños de edad preescolar.*

*Problema de investigación*

Aliño, et al (2007) aseguran que la etapa de preescolar debería ser la de mayor atención porque se desarrollan una serie de procesos físicos, psicológicos y sociales. Los autores afirman “las adquisiciones cognoscitivas y afectivas son numerosas, por lo que se hace necesario brindar al preescolar, atención, afecto, confianza y estimulación, a fin de lograr su progreso apropiado” (p. 2), dicha premisa plantea que la educación sea un equilibrio entre lo cognitivo y lo afectivo, y se debe hacer hincapié en las emociones positivas que surgen del adulto para con el niño.

La mejor manera que tiene el adulto para entrar en el mundo del niño es el juego, al respecto Moreno, Solovieva y Rojas (2014) en sus investigaciones sobre el tema, afirman que “El juego se construye de manera colectiva entre las ideas de los niños y el adulto” (p. 290) porque es el espacio donde se crean lazos afectivos fuertes y el adulto cuenta con la atención del niño para enseñar cualquier contenido temático. Es más, en el juego se pierde la distinción entre adulto y niño y simplemente son dos jugadores aprendiendo habilidades a través de un espacio de esparcimiento.

Por otro lado, Hablar de emociones implica recurrir a uno de sus padres; Goleman, quien desarrolló una amplia teoría pedagógica sobre la Inteligencia Emocional, y es el antecedente sobre el cual parten la mayoría, por no decir, la totalidad de investigaciones sobre el tema. Goleman (2011), define que la inteligencia emocional está asociada con el reconocimiento y manejo adecuado de sentimientos, no solo sobre sí mismo sino sobre los demás.

Incluye habilidades como “ser capaz de motivarse y persistir frente a las

decepciones, controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar” Goleman (2011 p. 25) Se sugiere una relación directa entre las emociones y el pensamiento y reconoce que emociones perturbadoras inciden negativamente, la labor del educador de preescolar se intuye que sería la de amar, es decir, recibir y ofrecer afecto, propender por fortalecer lazos de amistad entre los niños y los adultos acompañantes del proceso.

Cabe reseñar que sí bien el Ministerio de Educación Nacional no cuenta con unos lineamientos sobre educación emocional, si en los lineamientos de educación preescolar, se establece que una de las dimensiones de desarrollo a estimular es la socio- afectiva, al respecto el MEN (1998) plantea “procurar un adecuado desarrollo socio- afectivo del niño implica facilitar la expresión de sus emociones, tanto de ira, rabia, temor, llanto, como también de bienestar, alegría, gozo, amor, entusiasmo, darle seguridad en sus acciones, facilitando la posibilidad de escoger, decidir, y valorar dentro de una relación de respeto mutuo” (pág. 27).

Es un tema necesario de abordar en la institución educativa en que se desarrolla, en la medida que la población presenta problemáticas, como violencia familiar, conflictos, condiciones socioeconómicas desfavorables (estrato uno y dos) lo que en ciertas ocasiones genera que los padres trabajen largas jornadas y dejen a sus hijos a cuidado de terceros. Esta problemáticas de la comunidad se ven reflejadas en la interacción escolar, pues se presentan situaciones de acoso escolar en los grados de escolaridad más altos. Se considera que sí desde preescolar se trabaja la inteligencia emocional se dejará una buena base de competencias que se verán reflejadas en los siguientes años, en la convivencia escolar a nivel general de toda la Institución.

### *Pregunta de investigación*

¿Cómo estimular la inteligencia emocional a través de juego en niños de edad preescolar? Este interrogante orienta la ejecución del proyecto de investigación y se espera dar respuesta al culminar el proceso.

### *Objetivos*

El objetivo General fue: Diseñar una experiencia pedagógica mediante el juego como técnica educativa, para el estímulo de la Inteligencia Emocional en niños de edad preescolar. Y los Objetivos Específicos fueron:

- a) Establecer los niveles de inteligencia emocional en los niños de 4 a 5 años de una Institución Educativa, a través de una matriz de indicadores observables, para la consolidación de un panorama de la situación actual.
- b) Diseñar actividades pedagógicas, centradas en el juego, dirigidas a niños de 4 a 5 años, valorando su impacto en el desarrollo de la inteligencia emocional.
- c) Plantear orientaciones pedagógicas dirigidas a docentes de preescolar para el abordaje de juego como herramienta que estimulen la inteligencia emocional.

Se ha establecido como supuestos de investigación, que el juego permitirá un ambiente en el que afloran un sin número de sensaciones que desemboquen en emociones, y dado que educar sobre emoción implica educar en el mismo momento en que surge, es decir en el que en viva piel se esté sintiendo, emociones como: tristeza, frustración, rabia, alegría, tolerancia, respeto. Se considera que el juego accionará todas esas acciones, ya que en la observación de niños se nota que efectivamente los espacios de juego se caracterizan por la presencia viva de emociones.

Como principal limitación se establece que educar en inteligencia emocional es un proceso complejo en el que se requiere de un tiempo individualizado para cada niño, es decir que la educadora de preescolar requiere un apoyo constante de un equipo de trabajo, desde los padres de familia, psicólogo, auxiliares y personal de la institución educativa que esté en contacto con los niños. Por tanto, así la maestra de preescolar esté dispuesta a educar en emociones, también requiere que los demás lo estén, para lo cual se ha previsto no solo informar a la comunidad educativa del trabajo, sino diseñar material informativo (volantes, folletos... etc) que permita que el padre de familia, esté trabajando de forma mancomunada en casa.

Como primera delimitación, es que se abarcó un solo grado de preescolar, pues se busca analizar el desempeño de cada niño a través de una matriz de indicadores que se aplica individualmente. Otra delimitación es de orden temporal, pues el proyecto se enmarcó en unas fechas de inicio y finalización estipuladas por las investigadoras.

### *Marco teórico*

El origen histórico del concepto de inteligencia emocional, lo exponen Buitrago y Herrera (2015), afirman que la primera vez que se empleó la expresión Inteligencia emocional fue en 1990 y fueron “los psicólogos Peter Salovey y John Mayer de la Universidad de Yale en New Hampshire, para describir cualidades como la comprensión de los propios sentimientos, la interpretación de los sentimientos de otras personas y el control de las emociones” (p. 30). Es decir han pasado un espacio de 25 años en los cuales se ha venido construyendo conocimiento sobre la IE, y realizando investigaciones que permitan dar aplicabilidad a este concepto. Uno de los usos que se da dado de este concepto está asociado con la conducta adaptativa.

Fontaines et al (2006) desarrollaron un programa de inteligencia emocional y sus efectos en el desarrollo de la conducta adaptativa en niños preescolares; parten de la premisa que han expuesto varios estudiosos en la temática al mencionar que se requiere comprender los elementos socioculturales que inciden en el éxito escolar, estos autores que reconocen que todo ser humano posee un cerebro sintiente y que por tanto actúa como “mediador para despertar las potencialidades humanas, han llegado a la conclusión de que cualquier individuo capaz de desarrollar satisfactoriamente su esfera emocional, tiende a ser una persona exitosa en todas las áreas de su vida profesional, personal, social y académica”. (p. 437) un factor clave es la esfera emocional de la persona, pues esta demarca un impulso hacia el éxito o hacia el fracaso.

Verdugo, (2002) afirman que la conducta adaptativa se entiende como “el conjunto de habilidades conceptuales, sociales y prácticas aprendidas por las personas para funcionar en su vida diaria”, (p. 88) esa cotidianidad incluye los ámbitos en que el ser humano se desenvuelve; profesional, académicamente y socialmente. Las personas deben desarrollar una serie de habilidades que le estén impidiendo cumplir con éxito sus metas, esto es lo que se denomina conducta adaptativa.

Ahora, frente a la relación de conductas adaptativas y el concepto de IE, Fontaines et al (2006) afirman como conclusión del estudio que “las estrategias de inteligencia emocional generaron un efecto positivo y estadísticamente significativo en el comportamiento diferencial de la conducta adaptativa escolar” (p. 447). Las habilidades para desenvolverse con éxito en el contexto escolar se fomentan cuando existen estrategias pedagógicas enfocadas a estimular la IE. Así mismo se observó la IE en relaciones de empatía y en dinámicas de comunicación en las que los estudiantes reconocían sus emociones y las expresaban, valoraban y aceptaban las emociones de los demás niños así resultaran contrarias a las que él experimentaba, por otro lado los cambios comportamentales también se hicieron presentes en la higiene personal, en los buenos hábitos de cuidado personal y



presentación, esto podría justificarse en la medida que las estrategias para la IE enfatizan en la autoestima y el cuidado de sí mismo.

Uno de los teóricos que más contribuyó al estudio de la IE, es Goleman (1996), pues bien, él lanza una afirmación contundente tras años de trabajo y observación minuciosa y es que “las deficiencias emocionales llevan al fracaso académico, entorpeciendo el pensamiento, la concentración, memoria, paz interior, relaciones interpersonales, el manejo integral del cerebro derecho-izquierdo y la armonía del balance sentimiento-razonamiento” (p. 22) bajo esta premisa muchos autores han entrado a verificar lo que en su momento pudo causar confusión, pues en esa época se asumía que para tener éxito académico, bastaba con disciplina y largas horas de estudio.

Autores como Torres y Piscoya (2014) han concluido que efectivamente el éxito académico y la IE guardan relación, ellos sostienen que es importante tener en cuenta “que las primeras habilidades sociales en relación con la inteligencia emocional están muy relacionadas y que ambas se integran para que el estudiante desarrolle sus habilidades cognitivas de una manera óptima” (p. 7) Lo cognitivo está supeditado a otros elementos que influyen en su desarrollo, y uno de los más importantes vendría siendo la IE, y por supuesto las habilidades sociales que ella comprende.

Otra categoría de análisis de la literatura académica es la IE desde el desarrollo fisiológico. En primera Instancia Torres y Piscoya (2014 p. 3) citan estudios hechos por Neurocientíficos en donde se muestra que un sistema de comunicación en el cerebro es el encargado de transmitir y controlar nuestras emociones y “tiene la velocidad del rayo y está dominado por el tálamo, la amígdala y los lóbulos frontales de la corteza, con el apoyo de una variedad de otras estructuras cerebrales y glándulas que envían información”, dicha información está en forma de elementos bioquímicos.

Este mismo argumento coincide con lo expuesto por Buitrago y Herrera (2015) quienes afirman que “Las conexiones existentes entre la amígdala (y las estructuras límbicas relacionadas con ella) y el neocortex constituye el centro de gravedad de las luchas y de los tratados de conexión existentes entre el corazón y la cabeza, entre los pensamientos y los sentimientos” (p. 34) y aseguran que esto explica por qué se consideran las emociones como un elemento inseparable del pensamiento, ineludible cuando se habla de pensar con claridad o de tomar decisiones inteligentes.

Así mismo Figueroa y Guevara (2010) dicen que existen tres puntos de análisis sobre el cual se puede abordar a la emoción, el primero es psicofisiológico, que se centra en la adaptación al cambio; el segundo es el psicológico, en el cual “la emoción altera la atención y eleva el rango de conductas al dar respuestas del individuo; y finalmente en el fisiológico, la emoción organiza las respuestas de distintos sistemas biológicos” (p. 46) es decir que este último implica aceptar que las emociones alteran nuestras expresiones faciales, así como los músculos y aún más notable el tono de la voz.

Respecto a los cambios fisiológicos, Beltrán (2015) expone que “la persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina sus emociones de acuerdo a ambos tipos de observaciones” (p. 2) que constantemente estamos leyendo las emociones presentes en nuestro contexto y leyendo situaciones que provocan a su vez emociones en nosotros mismos.

### *Educación emocional*

Producto de los desarrollos mencionados y de muchos más, se ha logrado consolidar la educación emocional, a continuación se exponen la definición que determinados autores hacen de ella. En primera instancia, Guil, Olarte, Serrano y

Larrán (2014) afirman que es “un proceso educativo y preventivo, articulado sobre programas cuyo cometido es desarrollar la inteligencia emocional y/o competencias emocionales o socioemocionales” (p. 598) su principal objetivo es la consolidación de competencias propias de la IE.

Por otro lado está la definición expuesta por Salovey y Mayer (1990) a la cual se acogen otros investigadores, teniendo en cuenta que fueron pioneros en el área de estudio de la IE. Dicho concepto está planteado como el proceso en que se estimula la IE, la cual es “un tipo de inteligencia que incluye la capacidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas y usar la información afectiva para guiar el pensamiento y las acciones de uno” (p. 189) en este concepto se puede inferir un objetivo en la educación emocional y es el entendimiento de las emociones, siempre teniendo en claro que la comprensión de las emociones es la que orienta las acciones del individuo.

Otro de los grandes aportes de Bisquerra, R. (2012) es en cuanto a este concepto, en palabras del autor: “La educación emocional es la aplicación práctica que se deriva de la inteligencia emocional, aunque toma como fundamentos otros elementos como la teoría de las inteligencias múltiples, las habilidades sociales, la autoestima, las habilidades para la vida, el bienestar, la neurociencia, la psiconeuroinmunología” (p. 3) Dicha definición es clara sobre lo que implica hablar de educación emocional en primera instancia ser conocedores de los diferentes tipos de inteligencia que se deben desarrollar en los centros educativos, no solamente la inteligencia lingüística o matemática como tradicionalmente se hace. Y así mismo sintetiza los conceptos fundantes que se han venido desarrollando en este apartado; bienestar, habilidades para la vida, autoestima entre otros.

## **Método de investigación**

Para comprender cómo se puede estimular la inteligencia emocional de niños de edad preescolar, es necesario diseñar una experiencia pedagógica, en este caso se ha seleccionado el juego como la herramienta, dado que es la actividad rectora de preescolar. La investigación es de corte cualitativo, porque aborda un proceso de carácter inductivo, es decir “los investigadores desarrollan conceptos, intelecciones y comprensiones partiendo de pautas de los datos, y no recogiendo datos para evaluar modelos, hipótesis o teorías preconcebidos” Bogdan (1987. p. 20) No se parte de una teoría que se pretenda validar, sino al contrario buscamos que la experiencia pedagógica que se desarrolle, arroje orientaciones para abordar el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de preescolar.

Teniendo en cuenta que es una investigación cualitativa, se sigue el enfoque de Investigación Acción, dado que se aplican actividades pedagógicas a través del juego para estimular la inteligencia emocional, y a partir de estas acciones, se elaboran las orientaciones para los maestros de preescolar. Elliot (1990) sostiene que el propósito de la Investigación Acción consiste en “profundizar la comprensión del profesor (diagnóstico) de su problema. Por tanto, adopta una postura exploratoria frente a cualesquiera definiciones iniciales de su propia situación que el profesor pueda mantener” (p. 24) en esta medida el primer objetivo de la investigación es determinar los niveles de inteligencia emocional de los niños, establecer este panorama permitirá consolidar un diagnóstico.

La población del proyecto fueron 78 niños de preescolar y la muestra seleccionada: 26 niños de preescolar, estudiantes de la sede D de una Institución oficial. Básicamente se utilizaron dos instrumentos de recolección de información, el primero es la matriz de indicadores y el segundo las notas de campo. La matriz de indicadores está basada en la prueba TMMS-24 Trait Meta-Mood Scale

(TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer (1990), esta fue diligenciada por los padres de familia y por el docente, para cada estudiante. También se recurre a las notas de campo, las cuales son descritas por Bogdan (1987) como un “método de investigación analítico porque la observación participante depende del registro de notas de campo completas, precisas y detalladas” (p. 74) y complementa que se pueden tomar durante o después de cada observación. Las notas de campo están enfocadas a observar la actitud de los niños frente al desarrollo de la actividad.

### **Matriz de indicadores**

La siguiente matriz de indicadores está basada en la prueba TMMS-24 Trait Meta-Mood Scale (TMMS) del grupo de investigación de Salovey y Mayer (1990). La escala original evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales mediante 48 ítems. En concreto, las destrezas con las que podemos ser conscientes de nuestras propias emociones así como de nuestra capacidad para regularlas. Sin embargo se realiza un ajuste en la medida que son los padres de los niños de preescolar los que se van a diligenciar la matriz de indicadores. Los valores de registro de cada indicador de la matriz fueron:

1	2	3	4	5
Nada de Acuerdo	Algo de Acuerdo	Bastante de acuerdo	Muy de Acuerdo	Totalmente de acuerdo

Tabla 1. Relación del valor cuantitativo con respecto al juicio valorativo que representa. Elaboración propia de las Investigadoras.

Se adaptaron 12 indicadores de los 24 presentados por la escala original.

N°	Indicador	1	2	3	4	5
1	Su hijo le habla frecuentemente de lo que siente (le					

	cuenta lo que le produce miedo o alegría, etc.)					
2	Su hijo está atento a lo que sienten los demás (hermanos, primos, abuelos, padres, compañeros del colegio)					
3	Su hijo tiene frecuentemente cambios de ánimo					
4	Su hijo diferencia emociones negativas (qué es tristeza, miedo, nervios, ansiedad)					
5	Su hijo diferencia emociones positivas (alegría, confianza, tranquilidad, felicidad)					
6	Su hijo al ver una escena triste (real o por televisión) suele sentirse triste también					
7	Su hijo al ver una escena alegre (real o por televisión) suele sentirse alegre también					
8	Su hijo le manifiesta pensamientos positivos con frecuencia (deseos, fantasías, sueños)					
9	Su hijo le manifiesta pensamientos negativos con frecuencia (preocupaciones, miedos, incertidumbres)					
10	Si su hijo se enfada, este estado suele durar varios minutos (más de 30 minutos)					
11	Si su hijo se alegra, este estado suele durar varios minutos (más de 30 minutos)					
12	Su hijo reacciona receptivamente ante una emoción negativa, usted trata de calmarlo. (es decir se tranquiliza rápidamente)					

Tabla 2. Matriz de Indicadores. Adaptación hecha por las Investigadoras a la prueba TMMS-24

## Conclusiones

La pregunta de investigación: ¿Cómo estimular la inteligencia emocional a través de juego en niños de edad preescolar? Ha sido respondida en la medida que se exponen los resultados obtenidos de actividades lúdicas que fueron aplicadas en estudiantes de preescolar. Es importante resaltar que este trabajo no solo sugiere la aplicación de juegos, sino también recomienda al docente de preescolar, iniciar con el análisis de una matriz de observación que le permita indagar a mayor profundidad por determinados indicadores de inteligencia emocional, así como también se le sugiere analizar los dibujos que realizan de sí mismos sus estudiantes.

A manera de conclusión general se observó que las actividades aplicadas con los estudiantes de preescolar, se convirtieron en un espacio educativo en que los estudiantes expresaron sus emociones. Los ambientes de aprendizaje se caracterizaron por la participación activa de los escolares, y le permitieron explorar sus emociones, su autoimagen y analizar en ocasiones desde cuentos, el comportamiento al que lleva en poco manejo de las emociones.

Se comparte la conclusión expuesta por Escorza (2013), alusiva a que la estructural mental de los niños puede ser estimulada a partir de experiencias e interacciones, dado que los estudiantes, expresaron una serie de experiencias vividas, por ejemplo comunicaron el miedo que sienten ante determinadas vivencias, desde presenciar discusiones con sus padres hasta los efectos que deja ver una película de terror.

Dichas experiencias fueron grabadas por sus esquemas de pensamiento y generaron emociones, en algunos casos expresarlas se considera un acto

liberador, en otras experiencias por su acto de complejidad se requiere pensarse en formas de liberar esas emociones negativas. En esa medida se sugieren el trabajo mancomunado con el hogar de cada educando, ya que es el contexto que incide significativamente en las experiencias que vive, aún más desde la edad preescolar que es decisiva para la formación de los estudiantes.

Esto también coincide con la importancia que se da a la Experiencia histórico-cultural, expresada por teóricos clásicos como Vygotsky (1997), quien recordemos que asigna un papel principal al adulto, como agente formador de la identidad de los niños. De tal forma es necesario que desde las instituciones de educación se haga consciente al padre de familia que debe brindar un ambiente armónico los primeros años de vida.

Como lo sostiene Fontaines (2006) toda estrategia para estimular las habilidades de inteligencia emocional, debe partir de enfatizar en el cuidado de sí mismo y en la autoestima. Por tanto se hace necesario que el docente de preescolar no solo incentive hábitos de higiene personal o presentación sino además en su lenguaje cotidiano reitere positivamente los buenos comportamientos, actitudes y cualidades que tiene sus estudiantes.

En la matriz de observación se encontró que más de la mitad de los estudiantes sí habla frecuentemente de lo que siente, esto lo considero tanto el docente como el padre de familia, lo cual puede ser un indicador positivo en cuanto a la inteligencia emocional, pues la expresión de sus emociones es un factor clave. Sin embargo se requiere que la totalidad de los estudiantes pueda hablar de lo que siente.

El hecho de no expresarse puede deberse al poco ejercicio que se realiza de expresar sentimientos, por tanto se concluye que es necesario abrir un espacio diario en que cada estudiante pueda al inicio y al final de la jornada estudiantil manifestar ya sea de forma individual, al docente o al grupo, su estado de ánimo.



Torres y Piscoya (2014) ubican a la habilidad social de conversar como la clave de un programa de inteligencia emocional dado que es a través de la expresión que se pone en marcha un conjunto de habilidades como el reconocimiento de emociones, la asertividad, la resolución de conflictos y el desbloqueo de temores.

Igualmente se observó cómo hallazgo que la mayoría de estudiantes sí está atento a los sentimientos que expresan los demás. Y como lo sostiene Goleman (1996), la empatía es entendida como el hecho de sensibilizarse e identificar las emociones de otros. Por tanto esto constituye una fortaleza a cultivar en el grupo de escolares. Como lo señala Caballo (1993) se necesita propiciar entre los estudiantes tareas de interacción con otros, como el agradecer, el saber escuchar al otro, hacer elogios a compañeros y saberlos responder, entre otras pequeñas tareas de la cotidianidad que refuerzan los lazos de empatía entre los estudiantes.

Por otro lado, el docente afirmó que cerca de la mitad de los estudiantes sí tiene cambios de ánimo de forma frecuente, sin embargo fueron pocos los padres de familia que afirmaron que dichos cambios estaban presentes en sus hijos. Este hecho llama la atención en la medida que hay una marcada inclinación de los padres de familia, de considerar que sus hijos ya manejan determinadas habilidades ligadas a la inteligencia emocional.

En este caso, se debe observar que los cambios frecuentes y repentinos de ánimo, pueden indicar emociones acumuladas, que no han sido expresadas y que esto dificultará la relación que el estudiante establezca con sus semejantes. En muchos de los casos, se presentan porque el estudiante no es consciente de sus emociones y no es común que se dé un tiempo para observar cómo está reaccionando ante las situaciones que le pueden generar angustias o emociones fuertes.

Al respecto de la diferenciación que hacen los estudiantes sobre las emociones, se halló que según los padres de familia, la gran mayoría de sus hijos sí diferencia las emociones negativas, aunque el docente afirma que solo un poco más de la mitad lo logra. Ocurre lo mismo con las emociones positivas, pues los padres afirman que casi la totalidad de sus hijos la diferencia, mientras que el docente afirma que solo un poco más de la mitad de estudiantes lo hace.

Frente a esto, Mantilla (2014) sostiene que la diferenciación de emociones le permitirá al niño ser más consciente de sus comportamientos y por tanto esta habilidad tiene un efecto positivo en la convivencia. Parte de clasificar las emociones en negativas o positivas implica observar la consecuencia de cada una de ellas y ser conscientes de lo poco útil que es un enfado ante un problema, los nervios ante una acción y demás emociones que producen bloqueo en nuestra comunicación o comportamiento.

Es necesario que el docente haga una reflexión constante sobre los beneficios de conservar la tranquilidad y la paz interior, en la medida que son indicios del coeficiente de inteligencia emocional, estas condiciones traen bienestar a las personas y este se refleja en la armonía de sus acciones. Como lo manifiesta Merino y Reyes (2015) los niños menores de 5 años sienten satisfacción y bienestar cuando tiene buenas relaciones con sus pares.

El docente influye en gran medida en cómo los estudiantes se tratan los unos a los otros, pues instaura en el aula de clase, pautas y comportamientos adecuados, de los cuales el mismo docente es el principal ejemplo. Por tanto se requiere que el docente cuente con una estrategia de formación brindada por la institución educativa en que de forma conjunta con sus colegas, conozca las formas de estimular su propia inteligencia emocional y la de sus estudiantes.

Se halló que según el docente menos de la mitad de los estudiantes suele ponerse triste al ver una escena de tristeza, y según los padres la gran mayoría se pone triste. En el caso de la alegría el docente considera que la gran mayoría de niños suele sentirse alegre al ver una escena de alegría real o en televisión y los padres afirman que la totalidad lo hace.

Frente a estos comportamientos, es importante resaltar que sentir empatía no es necesariamente ponerse triste ante la tristeza de otra persona, sino comprender a situación y conmoverse sanamente con su dolor, brindando palabras de aliento y sin juzgar sus actos. En el caso de la alegría, dado que es una emoción positiva, el ideal es que el estudiante igualmente se conmueva, brindando palabras de felicitación o apoyo.

Sí el estudiante siente una emoción, independientemente si es alegría o tristeza lo ideal es que la exprese pues como lo afirma Mantilla, Zuñiga, Sánchez, (2014) nos han enseñado desde temprana edad a reprimir las emociones. Se observó que la gran mayoría de estudiantes manifiesta pensamientos positivos con frecuencia, es decir expresa abiertamente deseos, fantasías y sueños positivos. Así mismo al indagar sobre los pensamientos negativos, se observa que la mayoría de estudiantes manifiesta sus preocupaciones, miedos, incertidumbres. En este sentido es una fortaleza en el grupo que debe ser alcanzada por la totalidad de los estudiantes.

Frente a la duración de un estado emocional como enfado, se halló que el docente considera que la mitad de sus estudiantes, dura más de 30 minutos, en el estado de enfado, sin embargo pocos padres afirmaron lo mismo. En este caso, se pone de manifiesto el poco manejo que damos a una emoción fuerte como lo es el enfado, pues se espera que sí se siente enfado, se pueda expresarlo y liberarlo. En el caso del estado emocional de la alegría, tanto docente como padre de familia coinciden en afirmar que dura más de 30 minutos. En este caso la alegría

no tiene consecuencias negativas al contrario se caracteriza por crear bienestar en el aula de clase, por tanto es un aspecto positivo que se logre mantener este estado emocional.

Cabe resaltar que ante la influencia de un adulto para tranquilizarse, la docente considera que un poco más de la mitad de los estudiantes se tranquiliza rápidamente, pero los padres de familia considera que la mayoría lo logra. En este asunto puede haber varios factores de interpretación, pero principalmente puede inferirse que los niños tienen grandes niveles de emocionalidad, por tanto una emoción es vivida de forma muy intensa, es necesario que si el adulto decide intervenir, no lo haga recriminando el hecho de sentir esa emoción tan intensamente, sino desde la comprensión y empatía, pueda brindar una serie de soluciones, es más, antes de vivir una situación que desborde una emoción fuerte, lo ideal es que el niño pueda contar con unas bases como técnicas de respiración, frases tranquilizadoras, y expresión de sus emociones de forma respetuosa.

Beltrán (2015) hace un llamado a los docentes para que se estimule la inteligencia emocional, desde actividades como el baile, la música, el teatro y la lectura, que no requieren grandes recursos en términos de infraestructura, sino que puede ser practicadas en clase y de forma diaria. Para ello es necesario que el currículo de la institución educativa, preste importancia a la inteligencia emocional y que se trabaje de forma transversales en todas las áreas del saber.

Es necesario que el docente tenga en cuenta que el estudiante está hasta ahora iniciando un proceso de aprendizaje en cuanto a sus emociones y que puede traer del hogar una serie de comportamientos pocos útiles en la interacción con otros. En este sentido es importante que enfatice sus esfuerzos en dos acciones, la primera de ellas contar con el apoyo de los padres de familia y la segunda generar actividades en que el estudiante realice el trabajo interno pertinente para identificar, expresar y manejar de forma correcta sus emociones.

Merino y Reyes (2015) recalcan la importancia que el estudiante se sienta escuchado, pues bien, este debe ser un elemento principal en toda actividad lúdica que se quiera entablar con los estudiantes y como se observa en los resultados de los juegos implementados, todos contaron con un espacio en que la docente formuló una serie de preguntas y los estudiantes participaban.

Por ejemplo en el caso de la primera actividad, los estudiantes comentaron abiertamente situaciones en que se sentían alegres, tristes, con miedo, sorprendidos o enojados. Gracias al juego que se realizó con una serie de paletas que representaba gestos de cada una de estas emociones, se logró crear un dialogo cercano en que la mayoría de los niños se expresaron fluidamente.

Es de resaltar que se hizo la reflexión con los estudiantes que nuestro cuerpo suele ser también un canal de comunicación de nuestras emociones, por tanto independientemente de la ubicación geográfica o la cultural, existen gestos universales como la sonrisa o el llanto, así mismo ante una situación de nerviosismo algunos tienden a sudar, a ponerse rojo el rostro o a que nuestra comunicación no sea fluida. Estas tendencias muestra la relación estrecha que hay entre emociones y el ámbito fisiológico del ser humano.

Los niños expresaron abiertamente que las situaciones de juego son las que más generan en ellos alegría, esto indica que el juego no solo es un excelente medio para la expresión de emociones, sino que al ser de su agrado logra despertar en ellos emociones positivas como la alegría. Lescano, (2005) afirma que sí se trabajan juegos enfocados a la expresión de emociones se estará trabajando la identidad, entendida como el acto de reconocernos a nosotros mismos, en los juegos se evidencio que los niños mencionaban sus gustos y preferencias.

Cuando se indago por las acciones que les producían enfado, las respuestas estaban orientadas a quitar o negar algo que les agrada. Es necesario ahondar en más a profundidad en estas situaciones que suelen presentarse con frecuencia en los salones de clase, pues se requieren crear situaciones en las que se los estudiantes expresen de forma sana su enfado o incluso se cuestionen si deben sentirlo.

Se considera que el manejo de materiales didácticos que dinamicen las actividades lúdicas, como los títeres son una excelente herramienta para trabajar las emociones. En este proyecto se trabajaron los títeres para abordar el miedo, desde un cuento, los niños mencionaron las causas de su temor y así mismo se reflexionó sobre la forma en que pueden superarlos, las respuestas tuvieron que ver con la protección que reciben de otros, como mamá o Dios.

Es necesario reflexionar sobre la importancia de ver el miedo como un elemento presente en la vida humana, y del cual cada uno puede afrontarlo, ya que al vencer el miedo se está reemplazando esa emoción por valentía o coraje. Así mismo el miedo que no es controlado bloquea las acciones de la persona, por tanto puede actuar de forma que nunca lo hacía o que sabe que no es la mejor manera.

### **Referencias**

Aliño Santiago, M., Navarro Fernández, R., López Esquirol, J. R., y Pérez Sánchez, I. (2007). La edad preescolar como momento singular del desarrollo humano. *Revista Cubana de Pediatría*, 79(4), 0-0.

Beltrán, G. D. L. S. (2015). Manejo del control emocional de los docentes de Educación Básica Y su influencia en el bajo rendimiento y disciplina en los estudiantes de los Colegios Fiscales de Milagro y cantones aledaños. *Revista Ciencia Unemi*, 7(12), 23-35.

Bogdan, Taylor (1987) Introducción a los métodos cualitativos de investigación: la búsqueda de significados. Volumen 37 de Paidós básica. Editorial Paidós

Buitrago Muñoz, D. A., y Herrera Ortigoza, C. R. (2015). La inteligencia emocional y el tratamiento de las conductas disruptivas en el aula de clase. Facultad de Ciencias de la Educación. Maestría en Educación. Repositorio digital de la Universidad del Tolima.

Bisquerra, R. (2012). Diversidad y escuela inclusiva desde la educación emocional. Diversidad, calidad y equidad educativas, 1-23

Caballo V.E., (1993) Manual de evaluación. México: Fondo de Cultura Económica.

Goleman D. (2011). La Inteligencia Emocional. Por qué es más importante que el coeficiente intelectual. Buenos Aires: Ediciones Zeta.

Guil, R, Olarte P, Serrano N y Larrán C (2014) Desarrollo de la Inteligencia emocional de cero a tres años. Repositorio digital de la Universidad de Cádiz.

Escorza, Y. H. (2013). Los dilemas morales como estrategia de enseñanza-aprendizaje para el desarrollo moral en los alumnos de preescolar. Revista de Investigación Educativa de la Escuela de Graduados en Educación, 4(7), 61-69.

Figuroa, A. G. y Guevara, I. A. (2010) El Juego de rol como mediación para la comprensión de emociones básicas: alegría, tristeza, ira y miedo en niños de Educación Preescolar. Trabajo de grado para optar por el título de Magister en Educación. Repositorio digital Pontificia Universidad Javeriana Facultad de Educación. Bogotá: Colombia.

Fontaines, T. Sánchez A. y Camacho H (2006) Programa de inteligencia emocional y sus efectos en el desarrollo de la conducta adaptativa en niños preescolares. Memorias Encuentro Educativo. Vol. 13(3) Septiembre-Diciembre 2006: 434 – 452

Mantilla, M.I, Zuñiga, X, Sánchez, M. D (2014) Taller de comunicación y expresión de emociones en niños de Preescolar. Boletín de Innovación educativa. Red Lasallista de Innovación. México.

Merino, M. y Reyes, M (2015) Educar las emociones: Una reflexión sobre los programas de educación emocional en la primera infancia a través de la lente de la Psicología Positiva. Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud. Universidad del Rosario.

Ministerio de Educación Nacional MEN (1998) Lineamientos curriculares de Preescolar. Editorial Magisterio. Bogotá.

Ministerio de Educación Nacional MEN (2014) EL juego en la educación inicial, Documento n° 22. Serie de orientaciones pedagógicas para la educación inicial en el marco de la atención integral. Panamericana Formas e Impresiones S.A.

Moreno, C. X. G., Solovieva, Y., y Rojas, L. Q. (2014). El juego temático de roles sociales: aportes al desarrollo en la edad preescolar. Avances en Psicología Latinoamericana, 32(2), 287-308.

Lescano, O. (2005). Conociendo nuestras emociones. El miedo. México: Ediciones Euroméxico.

Salovey y Mayer (1990) Emotional intelligence. Imagination, Cognition y Personality, 9. 185-211.

Torres, J. y Piscoya, C. (2014) Inteligencia emocional y desarrollo de las primeras habilidades sociales en sexto grado. "UCV-HACER" Revista de Investigación y Cultura Vol. 3, N° 2. Universidad César Vallejo. Perú.

Verdugo, M. (2002). Análisis de la Definición de Discapacidad. Intelectual de la Asociación Americana sobre Retardo Mental. Instituto Universitario de Integración en la comunidad, Universidad de Salamanca, España.

Vygotsky, L. S. (1997). Obras psicológicas escogidas. 5 vols. 2ª ed. Madrid: Aprendizaje-Visor.