CFIE Segovia

Junta de Castilla y León

Seminario de formación de Centro

EDUCAR LAS EMOCIONES EN ED. INFANTIL Y PRIMARIA – I

Prof. Dra. Silvia C. Benito Moreno
Lcda. Psicología – Orientadora Educativa en CAM
Profesora asociada de la UNED (www.eduemo.es)
sbenito@edu.uned.es

CC BY NC SA

Índice de contenidos:

- Conceptos básicos de Inteligencia Emocional
- El desarrollo emocional en la etapa de 3-6 y 6-12 años.
- Profesor de Infantil: 1ª figura de apego no familiar.

Conceptos claves de Inteligencia Emocional

Conceptos Claves

- Según **Bisquerra** (2003): “Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o una perturbación **que** predispone a una respuesta organizada. Las **emociones** se generan **como** respuesta a un acontecimiento externo o interno”

- Funciones de las emociones (Chóliz y Tejera, 1994)

Básicas e universales

Conceptos Claves

¡Son necesarias!

Son fuente de información

En continuo deseable-no deseable

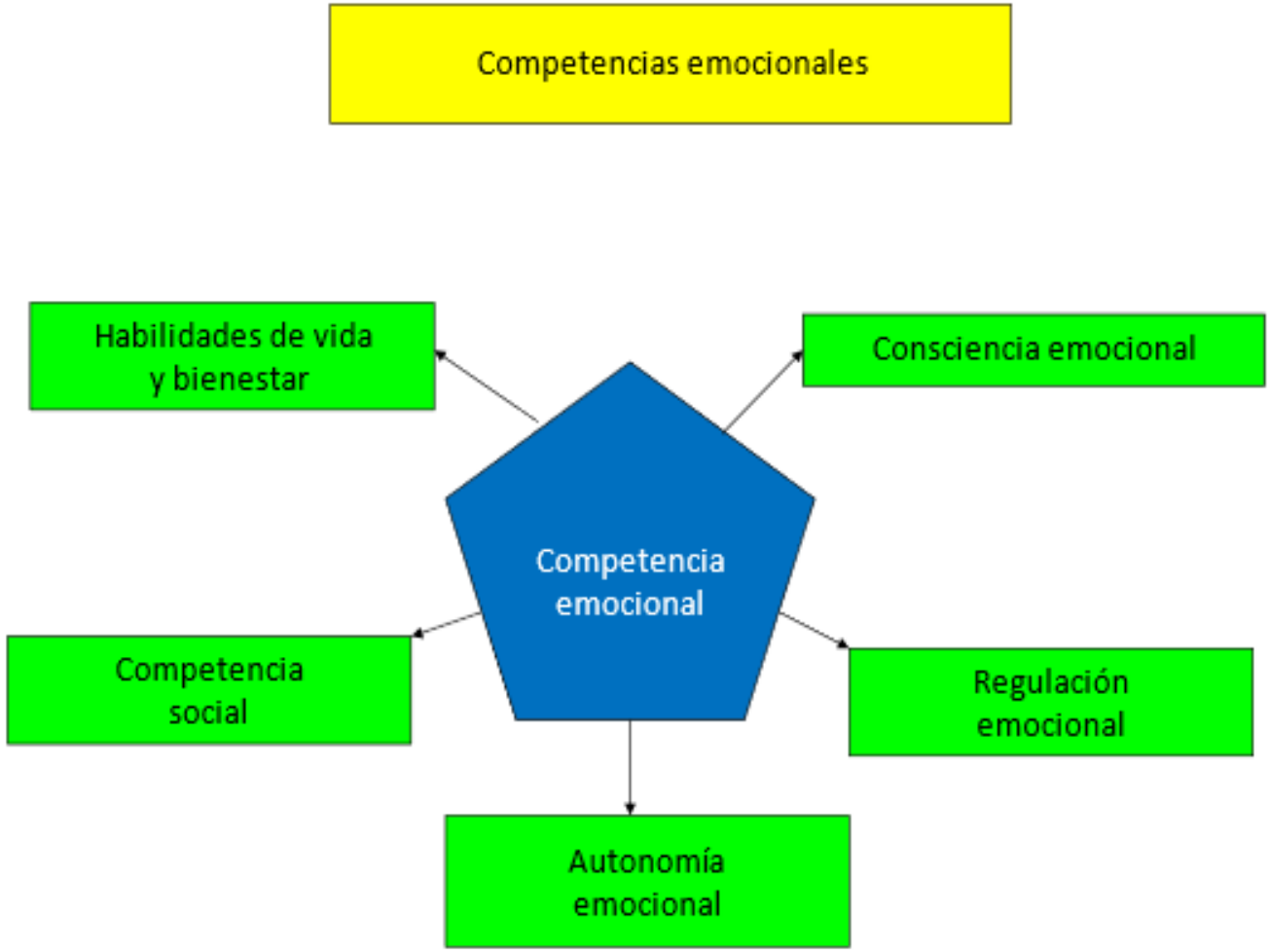
No deben negarse

Podemos aprender a expresarlas, percibirlas y gestionarlas

Conceptos Claves

El desarrollo sociemocional también sigue una pauta de desarrollo evolutivo que siempre se modifica, no se deteriora.

El modelo pentagonal de competencias emocionales (Bisquerra y cols.)



El desarrollo emocional en 3 – 6 años

Desarrollo socioemocional 3-6 años

** En 0- 2 años:*

- expresión y comprensión facial de emociones básicas
- comportamientos empáticos ente el lloro de otro niño
- manifiesta sentimientos más complejos como "celos"
- estrategias de autorregulación emocional: "distracción"
- disminuye progresivamente el llanto y aumenta la agresión verbal
- capacidad para expresar deseos
- búsqueda activa de estímulos
- Imita expresión de emociones básicas

Desarrollo socioemocional 3-6 años

** En 2 – 4 años:*

- expresión de "cólera" por conflictos motivados por posesión de objetosaprenden que pueden controlar su expresión emocional y gestarla de forma que no se corresponda, necesariamente, con su emoción real.
- retraso de la acción como forma de ser aceptado por los demás
- aparición de "emociones sociomorales" (orgullo, vergüenza…; que requieren la conciencia de un observador / juez en la situación, imaginario o no)
- conciencia de "transgresiones"
- inicio del control de la expresión emocional (sin conciencia); no saben que los demás también lo hacen.
- miedos y pesadillas por elementos imaginarios
- amplitud de "vocabulario emocional"
- son capaces de expresar emociones propias y ajenas

Desarrollo socioemocional 3-6 años

Imagen 1.1. Niña de 2 años y 5 meses que modifica su expresión facial a petición de su madre. Imagen propiedad de Benito Moreno, S.

** En 5 – 6 años:*

- "inicio del control de la expresión emocional: saben que los otros pueden conocer sus emociones a través de su expresión y pueden ocultarla con la intención de "engañar" al adulto
- miedos y pesadillas por temer elementos reales (ruidos, tormentas, secador del pelo...)
- asocian situaciones a emociones

Proceso de Apego en la Familia

Etapas en el desarrollo del apego (Bowlby, 1969, 1979)

Etapa	Características
Etapa I *(0-2/3 meses): orientación y señales sin discriminación de la figura.*	Preferencia por las personas en general, sin capacidad para discriminar entre ellas.
Etapa II *(2/3 meses-6/7 meses): orientación y señales dirigidas hacia una o más personas conocidas.*	Continúa la preferencia por las personas y se hace patente la preferencia por las personas conocidas.
Etapa III *(6/7 meses-2/3 años): mantenimiento de la proximidad con una figura discriminada por medio de la locomoción y de señales.*	Establecimiento del vínculo con una figura determinada que se manifiesta en las conductas dirigidas a mantener la proximidad. Miedo ante las personas extrañas.
Etapa IV *(2/3 años en adelante): formación de una pareja con corrección de objetivos.*	El vínculo continúa existiendo, pero van desapareciendo las conductas exteriorizadas de apego que se sustituyen por las simbólicas. Las capacidades cognitivas del niño le permiten comprender los sentimientos y motivaciones de su figura de apego.

Profe de Ed. Infantil: 1ª figura de apego fuera de la familia

Características del profesor de mayor relevancia

Características de personalidad

- Autocontrol
- Entusiasmo por la profesión,
- Flexibilidad
- Estabilidad emocional
- Apariencia física.

De Habilidad o Eficacia

- Capacidad de mantener el orden.
- Dar instrucciones claras.
- Simular situaciones reales.
- Comentar en voz alta los pasos de determinadas tareas.
- Interrelacionar diferentes contenidos.

Tipo de interacción

- Favorece la cooperación y orienta al
- alumno hacia la responsabilidad.
- Dirige y controla (influencia) y muestra conducta cooperativa.

Proceso de Apego en la Escuela

- Relevancia de la relación maestro-alumno:

Proceso de Apego en la Escuela

- Necesidades socio-emocionales y afectivas del niño
- ↳ satisfacción de necesidades por el profesor : condiciona relación
- De las investigaciones se concluye: 3 áreas de actuación:

Relaciones Interpersonales	• Generando un ambiente de seguridad y confianza que propicie el aprendizaje y propicie la integración de los contenidos.
Estructura del Aprendizaje	• Proporcionando información, y orientación, cuidando la secuencia didáctica.
Apoyo de la autonomía y del desarrollo integral del alumno	• Fomentando la motivación interna, la comunicación competente, el aprender a pensar.

Implicaciones Educativas para el aula

CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN DE DE LA CONCIENCIA EMOCIONAL	3 - 6	6 – 8
Las emociones de tristeza, miedo, rabia, alegría, amor-estima, humor, felicidad a partir de la comunicación verbal y no verbal en los demás.	X	
Las emociones de tristeza, alegría, miedo, rabia, amor-estima, humor, felicidad a partir de la comunicación verbal y no verbal en uno mismo.	X	
La expresión de las emociones a nivel verbal y no verbal a partir de situaciones reales o imaginadas.	X	
La identificación de las reacciones comportamentales que nos provocan las emociones.	X	
El reconocimiento de las emociones estéticas.	X	
Las emociones de orgullo, vergüenza, sorpresa, ansiedad, celos en los otros.		X
La conciencia de las propias emociones de orgullo, vergüenza, celos, ansiedad, sorpresa.		X
La toma de conciencia de la subjetividad de las emociones en uno mismo.		X

(Tomado de Soldevila, Filella, Ribes y Agulló; 2007)

Implicaciones Educativas para el aula

CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN DE DE LA CONCIENCIA EMOCIONAL	8 – 10	10 -12
La identificación de dos emociones de la misma tipología ante una situación	X	
La clasificación de las emociones en positivas y negativas.	X	
La distinción entre miedo y angustia	X	
La incorporación de la aversión en la clasificación de las emociones	X	
La ampliación del vocabulario emocional introduciendo la familia de las emociones		X
El reconocimiento de las emociones ambiguas de compasión, sorpresa y esperanza		X
La toma de conciencia de la posibilidad de experimentar, ante una misma situación, dos emociones simultaneas contradictorias		X
La identificación de los componentes de la respuesta emocional		X
La definición del concepto de emoción		X

(Tomado de Soldevila, Filella, Ribes y Agulló; 2007)

Implicaciones Educativas para el aula

"Educación Emocional":
desarrollo de la competencia emocional mediantes experiencias

(Tomado de Soldevila, Filella, Ribes y Agulló; 2007)

ESTRATEGIAS DE REGULACIÓN	EDUCACIÓN INFANTIL	CICLO INICIAL	CICLO MEDIO	CICLO SUPERIOR
La relajación	Con ayuda	Con ayuda	Con ayuda	Sin ayuda
La reestructuración cognitiva	Con ayuda	Con ayuda	Con ayuda	Sin ayuda
El hablar y buscar ayuda en los otros	Con ayuda	Con ayuda	Sin ayuda	Sin ayuda
La distracción conductual	Con ayuda	Sin ayuda	Sin ayuda	Sin ayuda
La distracción cognitiva	Con ayuda	Con ayuda	Sin ayuda	Sin ayuda
El reencuadre y la planificación en la resolución de problemas		Con ayuda	Con ayuda	Sin ayuda
La aceptación de la propia responsabilidad		Con ayuda	Con ayuda	Sin ayuda

El desarrollo emocional en 6-12 años

El Desarrollo Emocional

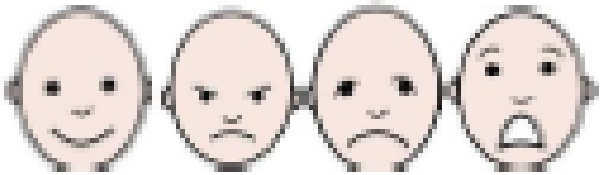
- La **Competencia Emocional** incluye 3 tipos de competencias:

1. La ***comprensión emocional***

   (ajena y propia)

2. La capacidad de ***regulación***

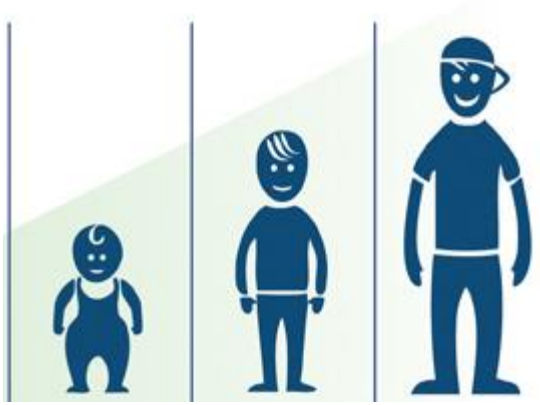
3. La ***empatía***.



Desarrollo Emocional: ¿de qué hablamos?

Desarrollo Emocional en Ed. Primaria (6 – 12 años)

- Competencia Emocional
  - 1. Comprensión Emocional
    - 1. 1.Comprensión y toma de perspectiva
    - 1.2. Ambivalencia Emocional
    - 1.3. Reglas de la expresión
  - 2. Regulación Emocional
  - 3. Empatía



Desarrollo Emocional: "1.Comprensión Emocional"

1.1.a. Comprensión

- No es necesaria la comprensión de las emociones para experimentarlas.
  - A los 6 años se alcanzarían hitos importantes:

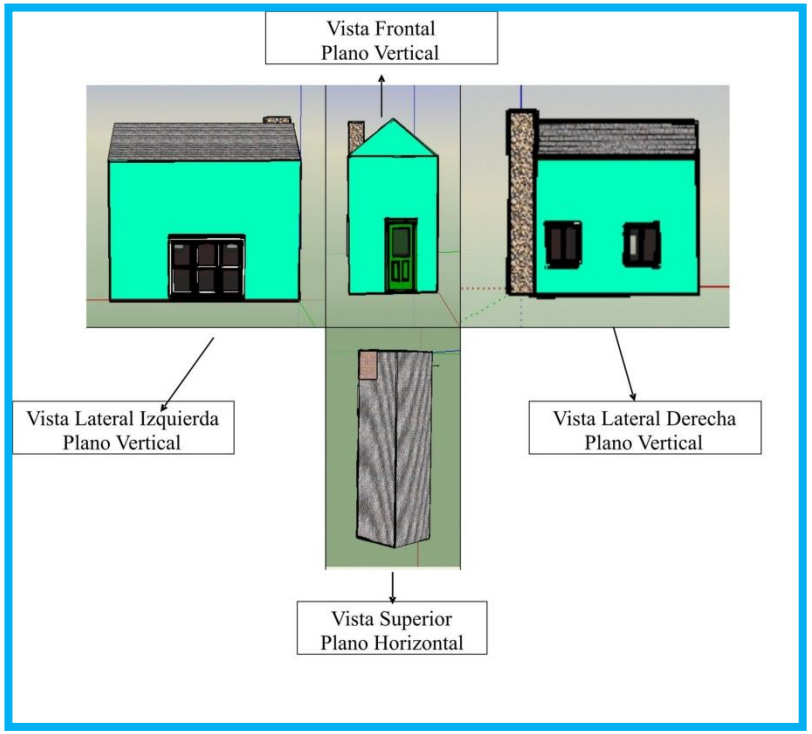
1. La situación en sí no explica la emoción sino la **evaluación** que la persona realiza de esa situación.
2. La evaluación de la situación depende de los **deseos** pero también de las **creencias**.
3. Las **creencias** en que basamos esas evaluaciones **pueden ser erróneas**.

Comprensión de emociones más complejas:
el **orgullo**, la **vergüenza**, la **ansiedad**, los **celos**, la **aversión**, la **compasión**, la **esperanza** y la **sorpresa**.

Desarrollo Emocional: "1.Comprensión Emocional"

1.1. b. Toma de Perspectivas

- Incluyen mayor **número** de **factores** y de mayor **complejidad** en la explicación de emociones propias y ajenas.
- Pueden reconocer ***factores diferentes a los suyos en otros*** y entender que influirán en que surjan distintas emociones.



Desarrollo Emocional: "1.Comprensión Emocional"

1.1.b.Toma de Perspectivas

- **Ejemplos:**

Factores de personalidad:

- a partir de 6-7 años: influye en la predicción que realizarán sobre el tipo de emoción
- a partir de 10 años: explicar la reacción emocional

Factor: experiencia previa

- a partir de 10 años: realización de inferencias

Elementos fundamentales para las relaciones personales

Desarrollo Competencia Emocional
Empatía
Actitudes Prosociales
Aceptación por parte de los iguales

Desarrollo Emocional: "1.Comprensión Emocional"

1.2. Comprensión de la Ambivalencia Emocional

- Capacidad para comprender que pueden darse de forma simultánea sentimientos contradictorios

- **5-6 años**: se reconoce que sí pueden darse pero de forma secuencial, sucesiva, no simultánea porque se consideran excluyentes *("cuando… está contento, pero luego cuando… se pone triste").*
- **7-8 años**: pueden coexistir diferentes emociones y se influyen ("*está triste pero menos porque…");* dificultad para explicarlo.
- **10-11 a.**: -pueden coexistir emociones diferentes
  - se influyen mutuamente
  - papel de la memoria en la perpetuación de las emociones
- **a partir 12 años**: una misma situación puede llevarnos a experimentar sentimientos opuestos

**** Se encuentran diferencias de género a favor de las niñas***

Desarrollo Emocional: "1.Comprensión Emocional"

1.3. Comprensión de las Reglas Emocionales

- Tienen un origen cultural y son aprendidas
- Generalmente para **intensificar** o **inhibir** la expresión emocional

Al inicio de la Primaria llegan a entender las dos **funciones** del control emocional:

1. Mecanismo de protección de uno mismo
2. Mecanismo de protección de los demás

→ la ausencia de esta capacidad suele provocar rechazo y problemas disruptivos e incluso de conducta.

- Niños y niñas alcanzan los mismos niveles de comprensión
- La diferencia:
  - los niños suelen ocultar: miedo y tristeza
  - las niñas suelen oculta: decepción

Desarrollo Emocional: "2. Regulación Emocional"

- **Control de la emoción** y de las **conductas** asociadas
- Período de desarrollo más importantes al adquirir las bases de los procesos implicados en la regulación: *atención*, *evaluación* y *modificación de la activación emocional*.
- Generan y perfeccionan diferentes ***estrategias***.
- *Elección* de la estrategia condicionada por el *desarrollo cognitivo*
- Consideran que las de mayor *efectividad* son:
  - **restructuración cognitiva**
  - **apoyo social**
- Estrategias:

Desarrollo Emocional: "2. Regulación Emocional"

- Estrategias:

7 años: saben que la emoción (tanto positiva como negativa) no dura en el tiempo.

8 años: control de la emoción a través de la distracción cognitiva

6-8 años: reinterpretación de la situación, generando emociones más asumibles

6-8 años: búsqueda de consuelo y apoyo en sus padres

8-10 a.: búsqueda en compañeros y amigos

6-11: evitación de situaciones que general emociones negativas (modulación del ambiente)

6-11: expresión de sus emociones en base a las consecuencias de los distintos modos de expresión

Desarrollo Emocional: "3. La Empatía"

- **Implica**:
  - comprender la diferencia entre uno mismo y el otro
  - comprender la emoción del otro
  - comprender su respuesta emocional
  - considerar las características de la situación

- **Factores facilitadores**:
  - conocimiento y experiencia socioemocional
  - aprendizaje vicario: a partir de mi experiencia emocional puedo comprender mejor la emoción en el otro comprender la emoción del otro
  - adquisición Teoría de la Mente

- **Supuestos**:
  - la capacidad empática progresa evolutivamente con la edad porque así lo hace la capacidad de autorregulación emocional.
  - muy dependiente del contexto familiar (apego)

Cositas de cada uno…

6 - 9

- Los amigos ganan importancia
- Interés en reglas y normas
- Prefiere relacionarse con niños semejantes a él
- Aparecen figuras de “mejor amigo” y “enemigo”
- Desea hacer las cosas bien
- Perspectiva egocéntrica, con inicio de conciencia de otras perspectivas
- Dificultad para enfrentarse a la crítica y al fracaso
- Pensamiento dicotómico para evaluar situaciones, poca flexibilidad mental
- Búsqueda de participación en grupos para ganar seguridad
- Gusto por jugar o cuidar a niños más pequeños
- Se molesta si se ignora su comportamiento o su trabajo

Cositas de cada uno…

9 - 11

- Toma de conciencia de que los adultos no son infalibles
- Inventa códigos y lenguajes secretos
- Preferencia por pertenecer a equipos y grupos
- Preferencia por actividades competitivas
- Perfecciona el control del enfado y la ira
- Posible aparición de conductas desafiantes ante la autoridad del adulto
- Cierto interés en el sexo opuesto
- Prefiere pasar más tiempo con sus amigos que con sus padres
- Perfeccionar mecanismos de agresión verbal
- Pensamiento dicotómico en términos de correcto/incorrecto

¡¡Muchas Gracias!!