



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 39 – FEBRERO DE 2011

## “LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL ALUMNADO CON NECESIDADES EDUCATIVAS”

AUTORÍA <b>MARINA PAN PEREZ</b>
TEMÁTICA <b>LA INTELIGENCIA EMOCIONAL</b>
ETAPA <b>EDUCACIÓN INFANTIL</b>

### Resumen

En los últimos años se está poniendo un énfasis especial a la educación del alumnado en su totalidad. Cuando hablamos de esta globalidad, no podemos olvidar que tanto o más importante en el proceso educativo de un alumno es el aprendizaje de las matemáticas o el lenguaje como la capacidad de controlar las emociones, motivarse a sí mismo o controlar las relaciones con los demás.

En este sentido, es primordial reconocer la importancia que tiene a nuestra “inteligencia emocional”. Importancia que cobra más sentido en el caso de alumnos con necesidades educativas, puesto que sus competencias en este sentido suelen estar afectadas, lo que en muchos casos les limita sus relaciones, la capacidad de expresarse o el poder controlarse a sí mismos, generando un rechazo social o un propio aislamiento del niño.

En este artículo se pretende aclarar qué entendemos por “inteligencia emocional”, además de poner de manifiesto la importancia de desarrollar esta en el alumnado del aula de educación especial, proponiendo para ello algunas actividades a realizar tanto de manera individual como grupal.

### Palabras clave

Inteligencia emocional, educación especial, actividades.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 39 – FEBRERO DE 2011

## 1. ¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA EMOCIONAL?

Según autores como Salovey y Mayer (1990) la Inteligencia Emocional supone *“la habilidad para manejar los sentimientos y emociones propios y de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar el pensamiento y la acción...”*.

Muchos estudios realizados sobre el cerebro humano ponen de manifiesto que existen cada uno de los hemisferios cerebrales está destinado a actividades específicas, que actúan de manera distinta, propia y diferenciada, dando como consecuencia dos tipos de inteligencia: la racional y la emocional.

Si en nuestra conducta destaca la influencia del hemisferio derecho podemos afirmar que estamos siendo dirigidos en las acciones de nuestra vida por el cerebro emocional; si, por el contrario, mostramos en nuestros actos una conducta racional, una tendencia a la racionalidad, aseguraremos que nuestro hemisferio cerebral predominante es el izquierdo.

Según Goleman (1996), *una mente piensa y otra mente siente y estas dos formas fundamentales de conocimiento interactúan para construir nuestra vida mental...* Se puede deducir de ello la importancia que tienen en todo proceso educativo los estímulos que ponen de marcha las respuestas emocionales, los cuales son tan importantes como aquellos otros que actúan sobre lo racional.

## 2. LA IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN ESPECIAL

En consideración con todo esto no es de extrañar que se asegure categóricamente que atender y contribuir al desarrollo de la inteligencia emocional de cada niño es fundamental en el proceso educativo, aunque lo es más aún en alumnos con necesidades educativas puesto que estos en la mayoría de las ocasiones presentan dificultades en el autocontrol, comunicar necesidades y sentimientos, solicitar ayuda, usar el lenguaje para regular su propia conducta...

La realización de este tipo de trabajos contribuye al desarrollo temprano del autoconcepto del niño, una forma sencilla de fortalecer los sentimientos de valor y utilidad.

Por ello será fundamental desarrollar en el aula programas que nos lleven al desarrollo de hábitos de expresión y comprensión de emociones y habilidades sociales, además de técnicas de autocontrol y comportamiento.



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 39 – FEBRERO DE 2011

En este sentido, algunas habilidades a trabajar en el aula con este alumnado son:

- Establecer la identificación de emociones y evaluar su intensidad.
- Trabaja la solicitud de ayuda y el control de la impulsividad.
- Desarrollar una aceptación de sí mismos y de los demás.
- Identificar y buscar soluciones a los problemas.
- Así como ponerse en el lugar del otro y participar en actividades cooperativas.

La mayoría de los programas de inteligencia emocional desarrollados para este tipo de alumnados, coinciden en tener en consideración varios aspectos:

**Sus conductas:** ante una emoción realizamos gestos faciales, decimos algo o nos movemos de un lado a otro. Estas expresiones pueden verlas los demás y, por lo tanto, nos comunicamos también por medio de ellas. Si los niños aprenden a reconocer estas señales será un gran paso para saber etiquetar emociones, ponerles nombre. Sin embargo, en multitud de ocasiones los sentimientos no suelen expresarse verbalmente, sino a través del tono de voz, los gestos, miradas, etc. La clave para reconocer las emociones reside también en la destreza para interpretar el lenguaje corporal, habrá que hacerles prestar una gran atención a estas señales para que aprendan a discriminarlas.

**Sus signos corporales:** unas u otras emociones inducen respuestas muy distintas en nuestro cuerpo como, por ejemplo, la aceleración del ritmo cardiaco, la sudoración, los movimientos del estómago o la tensión de los músculos. Cuanto mejor conozca el niño lo que le sucede ante cada emoción, mejor sabrá controlarlas y cambiarlas, si es necesario, por otras más adecuadas.

**Sus pensamientos:** lo que se piensa en cada situación influye notablemente en cómo se resuelva. Si los niños aprenden a sentirse capaces para salir airoso de situaciones que ahora contemplan como difíciles, se sentirán más seguros e intentarán resolverlas, prestando atención a lo que se dicen a sí mismos. Aquí entra también en juego lo que los adultos les decimos sobre lo que pueden hacer, lo que se les da bien y lo que deben intentar explorar. Comentarios como “Lo vas a hacer bien”, “Tu puedes” o “Qué bien te ha salido” son siempre mucho más gratificantes para ellos y les impulsarán a tener un mejor autoconcepto de sí mismos.

A continuación se exponen algunas actividades tanto grupales del aula como individuales para trabajar estos aspectos señalados.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 39 – FEBRERO DE 2011

### 3. ACTIVIDADES PARA POTENCIAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA

#### ACTIVIDADES DINÁMICAS DE GRUPO

- *Cara de...*

- Objetivos: Aprender a identificar, denominar y expresar sentimientos.
- Descripción:

Entregamos a cada niño tres cartulinas cortadas en forma de óvalo en las que habremos practicado cuatro agujeros previamente: dos para los ojos, uno para la nariz y otro para la boca.

Pedimos que los niños dibujen en cada careta un sentimiento: alegría, tristeza y enfado (les enseñamos a hacerlo exponiéndolo en la pizarra).

Vamos poniendo casos en los que puedan sentir alegría, tristeza o enfado y pedimos que según lo que sientan en esas situaciones que vamos diciendo, se pongan la careta que representa ese sentimiento.

Dialogamos sobre por qué se sienten así y qué hacemos cuando eso ocurre.

- *¡Estoy relajado!*

- Objetivo, aprender a relajarnos y a reducir el estrés.
- Descripción:

Colocamos colchonetas en el suelo y pedimos a los niños que se sienten sobre ellas. Explicamos a los alumnos que hay veces que por cualquier motivo estamos más nerviosos de lo habitual y no podemos estar quietos ni concentrarnos. Preguntamos a los alumnos en qué ocasiones les sucede esto y qué pasa cuando se sienten así.

Explicamos a los alumnos que podemos controlar esos nerviosos relajándonos y que eso es lo que vamos a hacer ahora todos juntos.

Pedimos que se tumben de forma que estén cómodos y que cierren los ojos. Ponemos una música relajante.



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 39 – FEBRERO DE 2011

Empezamos a hablar despacio y no muy alto, pero dejando que nuestra voz se escuche por encima de la música. Tenemos que intentar que los niños se identifiquen con lo que vamos diciendo, que se lo vayan imaginando. Comenzamos diciendo que estamos tumbados, muy relajados y a gusto.

Estamos en la playa, sobre la arena, nos da el sol y oímos los pájaros... Respiramos hondo. Estamos muy relajados. Seguimos hablándoles en este estilo guiado por nuestra imaginación con duración aproximada de 10 minutos.

- *Cuéntame un cuento*

- Objetivo: Aprender a identificar las emociones a través de la narración de un cuento y dramatizar las mismas.

- Descripción:

Sentamos a los niños en círculo y les indicamos que les vamos a contar un cuento. Deben estar atentos puesto que luego deberán escenificarlo algunos de ellos. Además les haremos preguntas del contenido del cuento relacionadas con los sentimientos.

Una vez narrada la historia escogeremos a varios alumnos que deberán escenificar lo que vamos narrando, con la expresión exagerada de las emociones expuestas en el mismo.

- *La foto*

- Objetivo: Aprender a expresar mediante gestos las emociones de alegría, tristeza y enfado.

- Descripción:

Salen los niños de uno en uno. Indicamos al niño que sale a la pizarra qué sentimiento tiene que representar para la foto.

Mientras que el niño posa y le hacemos la foto (ficticia), el resto de la clase debe adivinar de qué sentimiento se trata.

Una vez identificado, preguntamos a los alumnos en qué situaciones se encuentran así.

Al final, realizaremos un dibujo con una cara sonriente o triste en base a como nos encontremos.

- *Esto no es así...*



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 39 – FEBRERO DE 2011

- Objetivo: Descubrir absurdos usando el razonamiento.
- Descripción:

Antes de que lleguen los alumnos tenemos que desordenar las cosas de la clase creando disparates. Podemos colocar algunos juguetes en la papelera, los lápices de colores donde guardamos los bostones, nuestros abrigo en las cajoneras...

Cuando entren los niños les contaremos que han venido unos duendes a la clase y han hecho algunas travesuras. Cuando hemos llegado nosotros las mesas estaban al revés y aunque ya las hemos colocado nos tienen que ayudar a encontrar que más cosas han cambiado de sitio los duendes.

Formamos cuatro equipos para que cada uno investigue un rincón de la clase, cuando encuentren algún disparate lo enseñarán al resto de compañeros y después colocarán todo en su sitio original. Deberán explicar por qué es un absurdo y cuál sería su lugar correcto.

### ACTIVIDADES DE FICHAS

- *¡Esto está bien!*

- Objetivo: Aprender a controlar las propias conductas, a ser menos impulsivos y más reflexivos.
- Descripción: Se expone una ficha con cuatro conductas representadas, dos correctas y apropiadas y dos inadecuadas. El alumno ha de elegir aquellas que desea seguir y pegarlas en el mural de la clase.

- *¡Este soy yo!*

- Objetivo: Descubrirse y valorarse como ser único y diferente a los demás
- Descripción: Los niños dibujarán un retrato de ellos dentro del marco y comentarán después cómo es cada uno y qué tiene de especial.

- *Perdona*

- Objetivo: Comprender la conveniencia de pedir disculpas cuando se ha cometido un error.
- Descripción: Expondremos diferentes escenas donde se ejemplifiquen acciones incorrectas y el alumno deberá indicarnos en cuáles se ha de pedir perdón y el porqué.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 39 – FEBRERO DE 2011

- *Mira lo que hago solo*

- Objetivo: Tomar conciencia de lo que hacemos si ayuda.
- Descripción: En la ficha se exponen diferentes acciones comunes y el alumno deberá rodear aquellas que sabe realizar sin ayuda. Le animaremos que nos ejemplifique algunas de ellas.

- *¿Qué ha pasado?*

- Objetivo: Valorar la importancia de identificar con claridad el problema o conflicto.
- Descripción: Los niños observarán los dibujos de la ficha y comentarán lo que ocurre en cada una de las escenas donde se expone un conflicto. Entre todos han de proponer soluciones a este.

#### **4. EL PAPEL DE LA FAMILIA EN EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

Como en todos los aprendizajes del aula y otros contextos, todo esto no tendrá sentido si no logra generalizarse a diferentes ámbitos y por tanto, si no se trabaja desde ambientes tan importantes como lo es el familiar.

La mayor parte de los modelos de conducta se aprenden, sobre todo de los padres y las personas que rodean al niño. Para conseguir que el niño desarrolle su competencia emocional será, por lo tanto, imprescindible que los padres cuenten con la suficiente información como para poder desarrollarla en sí mismos y hacer que los niños también la aprendan y desarrollen.

En este sentido, será primordial los mensajes que la familia envíe al alumno sobre sí mismo para formar su propia imagen. Si los padres son maduros e inteligentes emocionalmente y van aceptando progresivamente las características y cualidades positivas que tiene su hijo, éste recibirá mensajes positivos que le permitirán entender las consecuencias de sus conductas y por qué estas son o no favorables. Habilidades que no sólo les servirán para desenvolverse en la escuela y tener amigos, sino para toda la vida.

Algunas pautas en este sentido son:

Enseñar hábitos de manifestación de emociones y poner en práctica los mismos. Manifestarles confianza, ser sinceros sobre lo que se les dice o evitar el control excesivo, ponerse en su lugar para saber cómo se sienten, animarles a decir lo que les gusta o desagrada, animarles a iniciar conversaciones y juegos con otros niños...



ISSN 1988-6047    DEP. LEGAL: GR 2922/2007    Nº 39 – FEBRERO DE 2011

En el primer año de vida lo importante será prestar una gran atención a sus señales (su contacto visual, la sonrisa, las expresiones faciales, el llanto, sus movimientos...) y escuchar e interpretar sus necesidades y demandas.

Según Vargas y Polaino-Lorente (2001) *el ser humano necesita establecer vínculos afectivos con otras personas, ya que el aprendizaje comienza precisamente ahí, con la presencia y proximidad física, el contacto, el calor y la caricia de las figuras de apego*. A partir de esto el niño desarrollará la conducta de exploración, imitación e identificación, principales fuentes de su aprendizaje.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Elías, M. y Tobías, S. (1999). *Educación con inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Vallés, A. y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional: aplicaciones educativas*. Madrid: EOS.
- Goleman, D. y Lantieri, L. (2009). *Inteligencia emocional infantil y juvenil*. Madrid: Aguilar.

### Autoría

---

- Nombre y Apellidos: Marina Pan Pérez.
- Centro, localidad, provincia: CEIP Constitución, Melilla.
- E-mail: [mpanperez@hotmail.com](mailto:mpanperez@hotmail.com)