



**Universitat de les
Illes Balears**

Facultat d'Educació

Memòria del Treball de Fi de Grau

La importància de la intel·ligència emocional per a l'aprenentatge i l'èxit acadèmic

El conte com a eina didàctica per a la millora de les
competències emocionals

Sandra Sánchez Criado

Grau en Educació Infantil

Any acadèmic 2020-21

Treball tutelat per Inmaculada Sureda García

Departament de Pedagogia Aplicada i Psicologia de l'Educació

S'autoritza la Universitat a incloure aquest treball en el Repositori Institucional per a la seva consulta en accés obert i difusió en línia, amb finalitats exclusivament acadèmiques i d'investigació	Autor		Tutor	
	Sí	No	Sí	No
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Paraules clau del treball: Intel·ligència emocional, intel·ligència emocional i èxit acadèmic, Educació Infantil, desenvolupament emocional en els infants, competències emocionals, contes.

Resum

El següent Treball de Final de Grau es basa en la recerca i la documentació sobre la importància de treballar la intel·ligència emocional des de l'etapa d'Educació Infantil. L'evolució del terme intel·ligència emocional al llarg de la història ha arribat a adquirir una importància inqüestionable, ja que s'ha demostrat que l'ensenyament i l'aprenentatge no poden ser purament intel·lectuals sinó que és essencial la presència de la part afectiva i emocional dins l'àmbit educatiu. Per tant, aquest treball vol reflectir aquesta importància i el fet que es dugui a terme des d'edats primerenques.

La proposta que es presenta en aquest treball utilitza el conte com a eina didàctica per a poder treballar les diferents competències emocionals. A més, es descriuen una sèrie d'activitats a partir del recull de contes encaminades a treballar diferents aspectes emocionals amb els infants d'una manera activa i significativa per a aquests.

Paraules claus: intel·ligència emocional, intel·ligència emocional i èxit acadèmic, Educació Infantil, desenvolupament emocional en els infants, competències emocionals, contes.

Abstract

The following Final Degree Work is based on research and documentation on the importance of working emotional intelligence from the Early Childhood Education stage. The evolution of the term emotional intelligence throughout history has come to acquire an unquestionable importance, since it has been shown that teaching and learning cannot be purely intellectual, but it is essential the presence of the affective and emotional part within the educational environment. Therefore, this work to reflect this importance and the fact that it should be carried out from early ages.

The proposal presented in this work uses the storytelling as a didactic tool to work on the different emotional competences. In addition, a series of activities are described based on the collection of stories aimed at working on different emotional aspects with children in an active and meaningful way for them.

Keywords: emotional intelligence, emotional intelligence and academic success, Early Childhood Education, emotional development in children, emotional competences, stories.

Índex

Resum.....	2
1. Introducció.....	4
2. Justificació.....	5
3. Objectius.....	6
4. Metodologia.....	7
5. Marc teòric.....	7
5.1. Què és la intel·ligència emocional?.....	7
5.2. La importància de la IE per a l'èxit acadèmic	9
5.3. El desenvolupament emocional en els infants.....	13
5.4. El paper fonamental de l'escola en el desenvolupament de les competències emocionals ...	17
5.4.1. Com treballar les competències emocionals a l'etapa d'Educació Infantil	19
5.4.2. Consciència emocional.....	22
5.4.3. Regulació emocional	22
5.4.4. Autonomia emocional	23
5.5. El conte com a eina per a treballar les competències emocionals	24
6. Marc metodològic.....	26
6.1. Objectius i aspectes generals de la intervenció	26
6.2. Recull de contes.....	27
6.2.1. “El monstre de colors”.....	28
6.2.2. “Vaya rabieta”	29
6.2.3. “Orejas de mariposa”.....	30
6.2.4. “La tortuga”.....	31
6.2.5. “Por cuatro esquinitas de nada”.....	32
6.3. Activitats a partir dels contes	32
7. Conclusions	40
8. Bibliografia.....	43

1. Introducció

En aquest treball de fi de grau, primer de tot es definirà el terme d'intel·ligència emocional a partir de diferents autors que al llarg de la literatura han parlat d'emocions lligat amb el desenvolupament i l'educació com són Gardner, Mayer, Salovey i Goleman.

Seguidament, es parlarà de la importància de la intel·ligència emocional per a l'èxit acadèmic, és a dir, com el bon desenvolupament de competències emocionals i socials és necessari per a l'èxit escolar de l'alumnat. Per tant, és molt important que els mestres tinguin clar el pes que té l'educació emocional en el trajecte acadèmic dels infants perquè aquest sigui el més satisfactori i enriquidor possible. Segons Goleman (1995), les emocions poden facilitar l'aprenentatge, ja que aquestes es relacionen amb el rendiment acadèmic pel fet que tenen a veure amb el pensament positiu i les altes expectatives que es tinguin del que es pot aconseguir. Per tot això, els mestres haurien de treballar des de l'etapa d'Educació Infantil la capacitat emocional dels infants, ja que en aquestes edats comencen a tenir consciència de les seves emocions, estan molt connectats a elles i necessiten d'algú que els hi expliqui i acompanyi per entendre-les i gestionar-les de la manera més positiva. Goleman (1995) afirma que aquests primers anys són essencials, ja que aquí és quan es formen i es desenvolupen les bases d'aquestes futures habilitats emocionals, les quals s'aniran modificant i desenvolupant al llarg de la vida.

Per a continuar, s'explicarà com es duu a terme el desenvolupament emocional en els infants, a més de fer referència a les fases per les quals passen en aquesta etapa infantil durant el desenvolupament de la seva intel·ligència emocional.

Un altre apartat del treball farà referència a les competències emocionals relacionades amb l'Educació Infantil. Estarà centrat en la consciència, la regulació i l'autonomia emocional, ja que són aspectes importants per a treballar en aquestes edats. Hem d'ajudar als infants perquè siguin conscients del que senten i aprenguin a regular-ho per a actuar de manera positiva i perquè duguin a terme un desenvolupament complet en el qual puguin confiar en si mateixos. Per tant, és important que els mestres ajudin a desenvolupar aquestes competències des de petits i posin paraules a les emocions que puguin sentir els infants, a més de proporcionar-los diverses estratègies perquè siguin conscients i aprenguin a regular i gestionar de manera positiva. Segons Lane i Schwartz (1987), la consciència emocional és l'habilitat de reconèixer i descriure emocions, ja siguin d'un mateix com d'altres persones. És important que els infants aprenguin

a tolerar tot tipus d'emocions, agradables o no, i a partir d'aquí podran començar a gestionar-les de manera adequada.

Per a acabar, es tractaran els contes com a eina per a treballar les emocions. S'explicarà la importància d'aquests en Educació Infantil fent referència a l'educació emocional, ja que els contes serveixen per a donar exemples en els quals els infants poden visualitzar diferents situacions les quals presenten diverses emocions. A partir d'aquí, els infants poden identificar-les i així es pot treballar la consciència i la regulació emocional mitjançant les diverses maneres que tenen d'actuar els diferents personatges que hi apareixen. Així doncs, es tractaran diversos contes i propostes d'activitats a partir d'aquests.

2. Justificació

El tema que he triat és un aspecte que s'ha de tenir molt en compte a l'hora d'educar, ja que les emocions tenen un paper fonamental en el desenvolupament i influeixen de manera significativa en l'aprenentatge i l'èxit acadèmic. Per tant, és imprescindible que l'educació des d'un àmbit emocional es comenci a fer des d'edats primerenques en les quals és tan important ensenyar, ajudar i acompanyar als infants perquè puguin controlar, interioritzar i entendre totes les emocions que puguin sentir.

S'ha de destacar que l'interès per l'educació emocional va augmentant cada vegada més a la nostra societat, ja que des de ben petits s'observa com els infants necessiten d'aquesta educació per sentir-se bé amb ells mateixos i això facilitarà el seu aprenentatge. A més, també va adquirint una major importància el fet que els mestres es vagin formant en aquest àmbit per així poder proporcionar una educació completa, beneficiosa i de qualitat.

La intel·ligència emocional és una capacitat que marca molt el nostre dia a dia i les nostres actuacions. És a dir, si no es compta amb aquesta capacitat per a regular i gestionar les diferents emocions que sorgeixen, és molt difícil dur a terme un desenvolupament complet i de manera adequada.

Tal i com comenta Bisquerra (2005) a l'article *Una propuesta de currículum emocional en educación infantil (3-6 años)*, l'educació emocional és:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la

persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (p.6).

Així doncs, perquè un infant dugui a terme un aprenentatge i desenvolupament adequats, és molt important que es trobi en total benestar i confiança en si mateix i amb el context que l'envolta, per així poder actuar i aprendre des del seu propi interior i interessos sentint-se segur i capaç.

Payne estret de Fernández (2013) *La inteligencia emocional*, proposa “Integrar emoción e inteligencia de tal forma que en las escuelas se enseñen respuestas emocionales a los niños; la ignorancia emocional puede ser destructiva” (pp.7-8). Així doncs, com es pot pretendre tenir èxit acadèmic o a la vida mateixa, sense tenir abans una seguretat i un control d'un mateix i de les diferents situacions que succeeixen en el dia a dia? No és beneficiós que a l'hora d'educar el centre d'interès sigui el que és purament acadèmic i intel·lectual, com es feia antigament. No es pot deixar de banda la part emocional d'una persona, d'un infant en aquest cas, ja que el fet de tenir adquirides unes competències emocionals, marcarà les seves actuacions, la seva motivació, les seves relacions, el sentir-se capaç, etc. Per tant, per a tenir un desenvolupament adequat i exitós és necessari que un infant conegui el que sent i ho pugui gestionar de manera positiva per així poder avançar i millorar en els altres aspectes de la seva vida diària i de la seva educació.

Per altra banda, una eina essencial per a poder treballar les emocions amb els infants d'Educació Infantil són els contes. Aquests són un material molt atractiu per als petits i ajuden a interioritzar, regular i gestionar les diferents emocions a partir de les diferents històries i personatges que hi apareixen.

3. Objectius

- Objectiu general:
 - Analitzar des de la recerca teòrica i pràctica la importància de la intel·ligència emocional des d'edats primerenques per a dur a terme un aprenentatge complet i adequat.
- Objectius específics:
 - Conèixer i entendre els beneficis de l'educació emocional per a l'èxit acadèmic.

- Promoure la importància de desenvolupar les competències emocionals en Educació Infantil: conscienciació, regulació i autonomia emocional.
- Identificar i treballar les emocions a partir d'un recull de contes i de diferents propostes d'activitats a partir d'aquests.

4. Metodologia

La metodologia d'aquest treball està basada en la recerca d'informació sobre el tema triat i els diferents punts tractats. La meua recerca s'ha dut a terme a través de la xarxa a partir dels cercadors Dialnet, Google Académico, Redined, Eric i la biblioteca de la Universitat de les Illes Balears, ProQuest Ebook Central. Els descriptors que he utilitzat han estat: intel·ligència emocional i èxit acadèmic, intel·ligència emocional a l'Educació Infantil, competències emocionals, el desenvolupament emocional en els infants, la importància dels contes en Educació Infantil. La recerca ha anat lligada a aquests descriptors esmentats i en base a aquests he pogut trobar una sèrie d'articles i alguns exemples de treballs de fi de grau. A partir d'aquests, he pogut obtenir diferent informació teòrica per a poder desenvolupar el marc teòric del meu treball.

A la part pràctica del treball m'he volgut centrar en la importància que poden tenir els contes per a treballar les emocions, per identificar-les, acceptar-les i aprendre a gestionar-les de manera positiva. La meua idea ha estat fer un recull de diferents contes els quals ajudin a treballar la intel·ligència emocional i a partir d'aquests, fer una sèrie de propostes d'activitats on els infants puguin treballar i desenvolupar aquesta part més emocional la qual és necessària per a la seva educació i el seu rendiment acadèmic.

Quant a l'elecció dels contes m'he basat en contes que ja coneixia i que me semblaven molt interessants per a treballar la intel·ligència emocional amb els infants. Per a tenir les històries més presents he visualitzat els contes a través de youtube.

5. Marc teòric

5.1. Què és la intel·ligència emocional?

La intel·ligència emocional és un concepte que ha passat per un gran procés d'evolució i no ha deixat de créixer fins a arribar a adquirir una gran importància en el nostre dia a dia, dins la nostra societat i dins la nostra educació.

Va ser a l'any 1983 quan Gardner va demostrar el seu descontent amb el plantejament tradicional que s'havia dut a terme fins al moment. No estava d'acord amb la idea de que la intel·ligència era una capacitat general i quantificable. A partir d'aquí, va plantejar una proposta alternativa anomenada la teoria de les Intel·ligències Múltiples. Per tant, defensa que existeixen diferents tipus d'intel·ligències com la lingüística, la lògica-matemàtica, la musical, l'espacial, la corporal-cinestèsica, la interpersonal, la intrapersonal i la naturalista. Per a Gardner totes i cada una d'aquestes intel·ligències tenen el mateix grau d'importància, encara que sempre s'hagi donat més valor a les que tenen a veure amb la lingüística i la lògica-matemàtica. Per tant, totes aquestes intel·ligències que anomena aquest autor són independents les unes de les altres però a la vegada interactuen entre si, i així és com es superen les diferents situacions o problemes que ens pot presentar la vida.

Fent referència a la intel·ligència emocional, cal destacar les dues formes d'intel·ligència personal: la interpersonal i la intrapersonal. La intel·ligència interpersonal fa referència a la capacitat per entendre als altres, les seves intencions i desitjos, i així poder treballar de manera eficaç amb altres persones. La intel·ligència intrapersonal implica el reconeixement de si mateix i tenir una imatge precisa d'un mateix, a més de tenir consciència de les pròpies capacitats i limitacions així com dels propis sentiments, l'autocomprensió i l'autoestima.

Salovey i Mayer (1990) es van basar en la teoria de Gardner, concretament en les intel·ligències d'àmbit personal, les quals van contribuir a un nou concepte anomenat Intel·ligència Emocional. Aquests dos autors a l'article *Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey*, van definir la IE com "la habilidad para controlar los sentimientos y emociones en uno mismo y en otros, discriminar entre ellos y usar esta información para guiar las acciones y el pensamiento de uno" (Salovey i Mayer, 2007, p. 1). Per tant, la intel·ligència emocional implica tenir la capacitat de controlar i saber gestionar tant les pròpies emocions com les dels altres per així poder actuar d'una manera adequada.

Mayer i Salovey al seu model extret de Fernández i Extremera (2005) *La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*, consideren que la IE consta de quatre habilitats bàsiques:

La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para

comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. (p.68).

L'any 1995 va ser quan el concepte d'intel·ligència emocional va tenir una gran difusió degut a la publicació del llibre *el best-seller Emocional Intelligence* escrit per Goleman. En aquest llibre es parlava per primera vegada de la IE i se la distingia de la intel·ligència racional que es coneixia. L'autor va afirmar que la capacitat de gestionar les emocions podia ser més decisiu per a l'èxit que no pas el coeficient intel·lectual que pugui tenir una persona. A partir d'aquí, el concepte va adquirir una major popularitat i va ser possible que augmentés l'interès per part dels investigadors i dels mitjans de comunicació.

Goleman et al. (2013) *Intel·ligència emocional, engagement i èxit acadèmic*, defineix la intel·ligència emocional com “una forma d'interactuar amb el món, per part del subjecte, que té molt en compte els sentiments i, al mateix temps, engloba habilitats com el control dels impulsos, l'autoconsciència, l'automotivació, l'entusiasme, la perseverança, l'empatia i l'agilitat mental” (p.60). Per tant, la IE té a veure amb una interacció adequada de la persona en el seu dia a dia, a més de ser conscient dels seus sentiments i saber gestionar el que sent i el que li passa, així com tenir motivació, entusiasme i sentir empatia per les altres persones.

Goleman (1995) afirma que la intel·ligència emocional consisteix en:

- Conèixer les pròpies emocions: tenir consciència i reconèixer els propis sentiments.
- Tenir l'habilitat de manejar les emocions: saber gestionar els propis sentiments.
- Motivar-se a un mateix: l'automotivació és essencial per a ser productiu i aconseguir metes.
- Reconèixer les emocions dels altres: tenir empatia i ser capaç de conèixer els desitjos i les intencions dels altres.
- Establir relacions: tenir competència social i dominar les habilitats socials per a poder interactuar d'una manera adequada i efectiva amb els altres.

5.2. La importància de la IE per a l'èxit acadèmic

Tradicionalment, es pensava que la cognició i l'emoció anaven per separat i es prioritzaven els aspectes intel·lectuals i acadèmics dels alumnes. Però amb el pas del temps, s'ha pogut observar que les emocions tenen un paper fonamental a la nostra societat i en el nostre dia a dia. Per tant, es pot dir que a poc a poc la investigació sobre la IE ha anat prosperant de forma significativa

fins a arribar a ser un aspecte essencial dins l'educació per a poder tenir un desenvolupament acadèmic exitós.

El fet que els aspectes emocionals hagin arribat a ser fonamentals per a l'adaptació de les persones al medi, ha fet que augmenti l'interès per l'estudi de la IE relacionada amb el rendiment acadèmic. Abans d'accedir al material pròpiament acadèmic, els infants hauran d'adquirir unes capacitats emocionals i per tant, és fonamental la formació en competències emocionals per a un bon rendiment.

És indispensable que es tengui consciència de la importància de la intel·ligència emocional per a l'èxit escolar, ja que l'adquisició de coneixements acadèmics no és suficient per a un bon rendiment.

Tal i com afirmen Gil-Olarte, Palomera i Brackett (2006) hi ha diferents investigacions on s'ha emprat el MSCEIT (Test de Inteligencia Emocional Mayer-Salovey-Caruso) per avaluar la intel·ligència emocional, que demostren que hi ha una relació significativa i positiva entre la intel·ligència emocional i el rendiment acadèmic.

A més, Goleman estret de Fernández i Montero (2016) *Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil*, esmenta que hi ha persones que no aconseguen tenir èxit a la seva vida ni saben tenir un control d'ella, malgrat tinguin un coeficient intel·lectual alt.

Segons Mestre, Guil, Lopes, Salovey i Gil-Olarte estret de Jiménez i López (2009) *Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión*, afirmen el següent:

Es razonable pensar que aquellos alumnos con dificultad para regular sus emociones y que presenten un comportamiento impulsivo, tengan una mayor probabilidad de experimentar dificultades en su adaptación a su entorno social, la escuela y posteriormente el trabajo; mientras que aquellos alumnos con mayor capacidad para identificar, comprender y regular sus emociones estén mejor adaptados socialmente y disfruten de un mayor equilibrio emocional, ya que las habilidades sociales se han asociado positivamente con la calidad de las interacciones sociales, con la conducta prosocial y el rendimiento académico. (p.72).

Segons Mestre estret de Jiménez i López (2009) *Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión*, manifesta que “el trabajo escolar y el desarrollo intelectual implica

la habilidad de emplear y regular emociones para facilitar el pensamiento, incrementar la concentración, controlar la conducta impulsiva y rendir en condiciones de estrés” (p.72).

Així com l’autoconsciència i la gestió de les emocions, l’empatia o les habilitats socials, la motivació és un aspecte de la intel·ligència emocional que influeix de manera significativa en el rendiment acadèmic. És important que l’alumne tingui una seguretat i una confiança en si mateix i s’ha de veure capaç d’aconseguir les metes que es proposi. Si no es treballa aquesta motivació repercutirà de manera negativa en el rendiment, ja que l’alumne presentarà més dificultats per a actuar i per a realitzar les propostes que se li proposin.

L’ensenyament de les competències emocionals influeix positivament en el benestar psicològic i emocional i al mateix temps en el benestar acadèmic i el rendiment. Per tant, és fonamental una formació emocional i no només una formació purament acadèmica, ja que per a tenir un desenvolupament acadèmic adequat és important l’acceptació d’un mateix, dels propis sentiments i de les pròpies capacitats i limitacions.

A partir dels estudis de Shipley, Jackson i Segrest (2010), s’ha observat que tenir competències emocionals provoca un rendiment superior en les tasques escolars. Per tant, així com es van aconseguint objectius acadèmics va augmentant també la intel·ligència emocional, ja que la confiança en un mateix, l’automotivació i l’autocontrol van millorant. Amb això, es pot afirmar que l’èxit acadèmic i la intel·ligència emocional estan totalment lligats i es van desenvolupant i aconseguint alhora.

Segons Vallés i Vallés estret de Jiménez i López (2009) *Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión*, l’educació emocional dona com a resultats:

Mejora de la autoestima y el autoconcepto que repercute en el nivel de las habilidades sociales y en las relaciones interpersonales satisfactorias. Menor conducta antisocial o socialmente desordenada, disminución de pensamientos autodestructivos y disminución en el índice de violencia y agresiones. Mejor adaptación escolar, social y familiar. Mejora del rendimiento académico. (p. 74).

Segons González-Ramírez estret de Fernández i Montero (2016) *Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil*, “el mundo de los sentimientos y de las emociones nos permite adaptarnos mejor al mundo social, tener una comunicación eficaz, motivación personal, lograr objetivos, resolver conflictos interpersonales, ser empáticos...” (p.57). Per tant, educar tenint en compte la IE fa que s’adquireixin aspectes que són necessaris

no només per a obtenir èxit acadèmic sinó també per a la vida diària, per a tenir una adaptació i una manera d'actuar adequades.

Tenint en compte tot el comentat anteriorment, és evident la importància que té el treball de la intel·ligència emocional dins l'etapa infantil. És considerable ser conscients que a l'etapa d'Educació Infantil està molt present el món de les emocions i dels sentiments i és fonamental treballar des d'edats primerenques aquesta intel·ligència emocional perquè comencin a conèixer i a saber gestionar el que senten i les diferents situacions que viuen. Per tant, és molt important que des d'aquesta etapa es comenci a parlar i a inculcar als infants les distintes competències emocionals perquè així puguin anar coneixent, tenir consciència i saber regular totes aquelles sensacions i emocions que senten en el seu dia a dia. Amb aquest treball els nins aniran acceptant el que senten i posant paraules per poder-ho expressar, a més s'aniran adaptant cada vegada millor al seu entorn, a les situacions i la relació amb els altres serà més positiva. Tot això permetrà que puguin gaudir de les emocions agradables així com regular aquelles que són desagradables per adaptar-se de manera adequada, i al mateix temps poder sentir-se més segurs de si mateixos i més capaços.

Així doncs, els professors han de tenir consciència d'aquesta importància a més d'una bona formació per a poder proporcionar el que necessiten els seus alumnes. Els mestres serveixen de model d'intel·ligència emocional per als infants per tant, és fonamental que també treballin la seva pròpia. A més, han de comptar amb uns objectius i estratègies clars, així com proporcionar activitats mitjançant les quals es pugui fer una bona feina dins l'àmbit emocional, tenint en compte les diferents situacions de cada infant. És important saber tal i com diuen Mestre i Fernández-Berrocal (2007), que cada infant parteix d'un punt diferent i per tant, l'aprenentatge emocional no serà el mateix per a tots.

Tal i com comenta Elià López (2012) a l'article *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*, és important la introducció de programes d'educació emocional en aquesta etapa infantil per a començar a desenvolupar la intel·ligència emocional, ja que en aquestes edats és quan es construeixen les primeres bases d'aprenentatge i relació. Per tant, és fonamental que des de petits els hi parlem de les emocions i posem nom al que senten, així podem ajudar-los a conèixer les seves pròpies emocions. A més, poden començar a tenir consciència emocional quan compartim amb ells les nostres emocions, ja que així comencen a relacionar les emocions amb les situacions que viuen.

A més, com ja s'ha comentat, per a poder desenvolupar la intel·ligència emocional és necessari treballar les competències emocionals i és important que es faci des de petits. Bisquerra estret de Muñoz Sierra (2017) *La inteligencia emocional en el aula de 5-6 años*, defineix aquestes competències com “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p.15).

Segons Bisquerra (2003), les competències emocionals es poden agrupar en cinc blocs els quals anomena: consciència emocional, regulació emocional, autonomia emocional, competència social i competències per a la vida i el benestar.

Tal i com comenta Begoña Ibarrola (2011) a la conferència *Cómo educar las emociones de nuestros hijos*:

Es fundamental comenzar desde bien temprana edad por incorporar un mínimo vocabulario emocional, identificando por lo menos algunas emociones básicas como son: el enfado, el miedo, la tristeza, la alegría, el amor, la vergüenza, los celos, el orgullo, etc. Conocer en qué momentos surgen cada una de ellas, como qué gestos se expresan, qué situaciones o estímulos las provocan, es una buena forma de empezar. (pp. 7-8).

Amb això que comenta Begoña Ibarrola es pot observar la importància de començar a treballar competències emocionals amb els infants com són la identificació d'emocions bàsiques, saber en quines situacions poden sorgir i així aprendre a actuar davant elles.

Goleman estret de Fernández i Montero (2016) *Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil*, afirma que “a pesar de que a lo largo de toda la vida la I.E. se pueda seguir desarrollando o modificando, los primeros años son cruciales, pues es cuando se forjan las habilidades emocionales y se asientan los rudimientos de la I.E.” (p. 58).

5.3. El desenvolupament emocional en els infants

Tal i com defineix Isabel Haeussler (2018) en el seu llibre *Confiar en si mismo*, el desenvolupament emocional és un procés mitjançant el qual l'infant construeix la seva identitat, autoestima, seguretat, confiança en si mateix i el seu entorn, a través de les diferents interaccions que duu a terme. Durant aquest procés l'infant aprèn a diferenciar emocions, identificar-les, manejar-les, expressar-les i controlar-les. Així doncs, és un procés complex que comença en els primers anys de vida i continua al llarg de tota la vida.

Com ja s'ha comentat a l'apartat anterior, les emocions formen part de la vida dels infants i per això s'ha de tenir molt en compte el desenvolupament emocional de cada infant, com es dona i per quines fases passa l'infant per a desenvolupar la seva intel·ligència emocional durant l'etapa d'Educació Infantil. Per tant, és important tenir coneixements sobre aquest desenvolupament en aquestes edats per a poder treballar amb ells de manera adequada i productiva.

El desenvolupament emocional consta de dues parts diferents, una referida a l'herència i una altra a l'aprenentatge. A més, perquè l'aprenentatge sigui possible és necessari la presència dels models adults i el seu acompanyament.

Així doncs, les principals accions expressives que presenten els homes són innates i heretades i per tant, no són apreses. (Darwin, 1872, extret de García, Delval i Sánchez, 2010).

Durant els primer anys de vida el vincle afectiu té molt a veure amb el desenvolupament emocional de l'infant. Tal i com comenta Crittenden extret de Modolell Rodríguez (2018) *Del vincle afectiu al vincle educatiu*, “El nen durant els primers anys de vida crea unes representacions mentals o models operants que integren la informació cognitiva i emocional relacionada amb les experiències de relació amb la figura d'aferrament” (p.4).

En un primer moment el desenvolupament emocional de l'infant es dona a partir dels models que té a la seva vida com la família, els educadors o mestres. El vincle afectiu que s'estableix entre els educadors o mestres i els infants és essencial per a un bon desenvolupament emocional i cognitiu. Aquest vincle ajuda a que els infants tinguin confiança i seguretat així com al benestar emocional, social i cognitiu. Bowlby extret de Modolell Rodríguez (2018) *Del vincle afectiu al vincle educatiu*, afirma que “Tenir un lligam segur és la base on es construiran les relacions afectives amb els altres. Per tant, el lligam entre l'infant i les seves figures d'aferrament, són essencials per a les futures relacions” (p.3).

Manfred Max-Neef extret de Pérez i Támara (2013) *Vínculo afectivo en la relación parento-filial como factor de calidad de vida*, planteja que “el afecto es una necesidad, quizás, la más importante para el desarrollo emocional de los niños, puesto que deriva una buena autoestima, seguridad en sí mismo, manejo adecuado de las relaciones interpersonales, entre otros aspectos” (p.20). Per tant, els vincles afectius que pugui crear l'infant amb la seva família o cuidadors, té un pes fonamental en el seu desenvolupament emocional tant de forma intrapersonal com interpersonal.

A més, així com es comenta al llibre *Psicología del desarrollo I* de Juan Antonio García, Juan Delval i Inmaculada Sánchez:

Con sólo minutos de vida, los bebés imitan los movimientos labiales de los adultos, prefieren mirar sus rostros antes que cualquier otro estímulo y, se orientan y calman con nuestras voces. A lo anterior se suman otros tantos mecanismos orientados al exterior social como el llanto, la sonrisa, la imitación refleja o las pausas en la succión. En definitiva, prácticamente desde el momento del nacimiento, el bebé exhibe ciertos mecanismos que sólo tienen sentido si hay un otro que los interpreta. (p. 3a).

Per tant, un bebè pot percebre les emocions que expressen els adults i a partir d'aquí, pot anar aprenent diferents respostes les quals poden ser acceptades o rebutjades, segons l'emoció que percebi a cada moment o situació. Per tant, l'infant va construint el significat de les seves experiències emocionals a partir de les interaccions que té amb els seus cuidadors.

Maurice, Stevens i Bryan (1999), afirmen que les experiències emocionals que es donen amb les interaccions constitueixen la base del desenvolupament mental.

Tal com diu Fontaine (2000) a l'article *Experiencia emocional, factor determinante en el desarrollo emocional del niño/a pequeño/a*:

El rol de la educadora es determinante: una respuesta afectiva pertinente y una acción incentivadora cálida ayudarán al niño a comprender cómo sus actos desencadenan respuestas ajenas a él, afianzando su concepción de una realidad externa, más allá de sus deseos y de su persona; por el contrario, una conducta poco comprometida afectivamente de parte de la educadora provocará desmotivación y desorganización en el niño. (p. 122).

A més, al llibre *Psicología del desarrollo I* de Juan Antonio García, Juan Delval i Inmaculada Sánchez es comenta la importància de l'aprenentatge i l'experimentació:

A nivel muscular el neonato puede realizar los movimientos faciales implicados en la expresión emocional (fruncir las cejas, esbozar una sonrisa, abrir los ojos etc.), pero para exteriorizar una emoción es necesario estar en disposición de experimentarla y esto no ocurre desde el nacimiento. Por este motivo, las expresiones faciales aparecerán de forma progresiva. (p. 3b).

A més de tot el comentat anteriorment, per a que les interaccions siguin exitoses i es dugui a terme un desenvolupament emocional adequat, hi ha d'haver un clima de confiança i l'infant s'ha de sentir segur i reconegut en tot moment. Aquesta seguretat permetrà que l'infant supleixi les seves necessitats emocionals, a més de conèixer-se a si mateix i als altres així com les normes socials que l'envolten.

Un altre factor que influeix de manera significativa en el desenvolupament emocional és el llenguatge, ja que a partir d'aquest es pot donar nom al que se sent. Des d'un primer moment, serà l'adult el que haurà de posar paraules a les emocions de l'infant segons la situació per a que posteriorment l'infant sigui capaç d'expressar i de verbalitzar el que sent. Per tant, és molt important que durant tota l'etapa d'Educació Infantil parlem als infants de les emocions, del que són, parlar de com es senten, que puguin tenir consciència tant de les emocions agradables com desagradables, per així poder adaptar-se a elles en cada moment i poder actuar de manera adequada quan aquestes sorgeixin.

Durant l'etapa d'Educació Infantil podem observar que hi ha diferents fases quant al desenvolupament de la intel·ligència emocional.

Tal i com s'esmenta al document *La intel·ligència emocional en les aules* tret del Ministeri d'Educació i formació professional (2018), aquestes fases són les següents:

- De 0 a 12 mesos: en aquesta etapa l'infant mostra tres emocions bàsiques com són l'alegria, la por i la ira. L'alegria s'expressa mitjançant el somriure, la relaxació dels membres i la disposició mostrada per a rebre carícies. Amb tres mesos comença a desplegar les seves emocions més discriminades i més socials. Un exemple seria el somriure produït com a resposta a estímuls socials o coneguts. Entre el quart i el sisè mes de vida apareix l'enuig. Les expressions de sorpresa o por apareixen cap als set mesos. La por de l'infant pot dur a un plor desconsolat i a cercar el contacte físic de l'adult. Aquestes primeres emocions tenen una finalitat de supervivència. En aquesta primera etapa les emocions no tenen cap intenció, ja que són instintives i cerquen l'atenció de la persona que cuida a l'infant.
- De 12 a 24 mesos: l'infant comença a tenir consciència del que succeeix al seu voltant i de les seves respostes i com aquestes influeixen en els altres. Per tant, comença a veure que les seves actuacions tenen una repercussió emocional en un mateix i en els altres.
- Als 2 anys apareixen l'orgull i la vergonya i no serà fins als 3 anys quan aparegui la culpa i ja comencen aquí a ser capaços d'autoavaluar-se. A més, comença a existir la

comprensió de les emocions pròpies i alienes. En aquesta etapa les relacions amb els altres comencen a ser més profundes, ja que les emocions dels altres comencen a influir sobre l'infant. En aquest moment es quan comencen a fer interpretacions dels gestos que observen al seu voltant. A més, durant aquesta etapa necessiten l'aprovació dels altres per a mostrar certes emocions o conductes. Degut a això, apareixen les primeres experiències condicionades les quals faran que l'infant actuï d'una manera o una altra en el futur.

- Als 3-4 anys els infants saben que determinades situacions causen emocions concretes. Als 4 anys són capaços d'explicar emocions pròpies i les dels altres.
 - Als 5-6 anys comencen a entendre seqüencialment les emocions oposades.
- Totes aquestes accions que va duent a terme l'infant per al seu desenvolupament emocional, ho realitza des de la espontaneïtat i la falta de judici, ja que el nin va experimentant i determinant el que li resulta agradable i el que no.

5.4.El paper fonamental de l'escola en el desenvolupament de les competències emocionals

L'escola és la institució més important on els infants passaran gran part de la seva vida, en la qual podran aprendre i podran formar-se com a persones. Per tant, l'escola s'ha de plantejar ensenyar als alumnes a ser més intel·ligents emocionalment proporcionant-los diverses estratègies i habilitats bàsiques per afrontar la vida d'una manera adequada i positiva.

L'informe Delors (1996), assenyala quatre pilars fonamentals de l'educació: aprendre a conèixer, aprendre a fer, aprendre a conviure i aprendre a ser. Els dos darrers fan referència a la intel·ligència interpersonal i intrapersonal i per tant, a l'educació emocional.

Shapiro estret de De Andrés (2005) *La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores*, manifesta que:

Los niños están afectados por dos grandes problemas: menos atención en casa y una creciente influencia de la televisión. Su desarrollo emocional es mucho más vulnerable por las calamidades y privaciones de afecto a que están expuestos. No tienen modelos, para desarrollar competencias que necesitan para la vida presente. Les es difícil manejar la ansiedad y la agresividad, para desarrollar empatía necesaria para la socialización con los compañeros y adultos. (p.109).

Tots aquests aspectes van conscienciant i van influir en la manera de pensar dels mestres i les famílies, ja que observen que la part emocional d'una persona té una importància molt significativa a la vida. Per tant, l'escola ha de ser un lloc on l'infant pugui desenvolupar la seva intel·ligència emocional i ha d'estar preparada per a oferir estratègies necessàries que es puguin adaptar a les diferents situacions de cada infant. L'escola ha de servir com a suport emocional per als infants.

L'educació ha de preparar per a la vida i els infants han de dur a terme un desenvolupament integral en el qual s'inclou el desenvolupament de les competències emocionals. Tal i com comenta De Andrés (2005) a l'article *La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores*, "Los profesores contemplan el terreno emocional como la base fundamental a partir de la cual pueden desarrollarse otras capacidades y de forma expresa o tácita señalan la importancia en el desarrollo de la dimensión socio-emocional" (p.110).

Tal i com afirma Goleman (1995), les emocions s'han d'escolaritzar. Per tant, és fonamental la feina que es pugui dur a terme a l'escola dins l'àmbit emocional. Cada infant té una vida diferent al seu entorn més proper dins el seu nucli familiar i per tant, no tots tenen suplertes les necessitats emocionals al mateix nivell i això fa que no tinguin les mateixes capacitats emocionals. Així doncs, és important que l'escola presenti programes educatius que tinguin com a objectiu aconseguir un major desenvolupament social i emocional dels alumnes i augmentar així la seva intel·ligència emocional. Aquests programes s'han d'adaptar a les necessitats reals de l'aula.

L'escola ha d'oferir tant a nivell conceptual com a nivell pràctic aquest treball emocional amb l'objectiu de que els infants adquireixin una actitud positiva davant les diferents emocions que puguin sentir, tant pròpies com alienes, a més d'anar millorant les relacions interpersonals.

Segons Gallego estret de De Andrés (2005) *La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. Programas de educación emocional, nuevo reto en la formación de los profesores*, "La responsabilidad de los profesionales de la educación, así como la de los padres, está en procurar la adquisición y desarrollo de estas habilidades emocionales cuanto antes a los niños" (p.116). Per tant, un bon professional de l'educació ha de tenir:

- Consciència de les seves pròpies emocions per a poder actuar i reaccionar en conseqüència davant els alumnes.

- Capacitat per a controlar les emocions per així poder afrontar les situacions de manera exitosa.
- La capacitat d'automotivar-se i aconseguir així superar els diferents reptes que se li presentin.
- Les habilitats socials necessàries per a mantenir relacions positives tant amb els alumnes, com amb les famílies o la resta de professorat. Amb aquestes habilitats podrà solucionar diferents conflictes que es presentin i sabrà com dirigir-se als seus alumnes en cada moment.

5.4.1. Com treballar les competències emocionals a l'etapa d'Educació Infantil

A continuació s'explicarà com poder treballar les competències emocionals a l'Etapa d'Educació Infantil a partir de diferents aspectes com poden ser, els diferents moments del dia, les diferents tècniques que es poden utilitzar, així com aspectes per afavorir aquest desenvolupament emocional.

A més, en aquest treball s'analitzaran les competències referides a la conscienciació, la regulació d'emocions i l'autonomia emocional, ja que són els aspectes que tenen més importància i els quals es treballen més a l'etapa infantil. A la part més metodològica s'explicarà amb més profunditat com poder treballar aquestes competències esmentades a partir de diferents contes i de diferents activitats proposades.

Tal i com diu Cabello Salguero (2011) a l'article *Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niños/as de educación infantil*, per a treballar les competències emocionals amb els infants hi ha diferents maneres de fer-ho i en diferents moments del dia.

El moment més important que es pot aprofitar per a aquest desenvolupament seria la rutina de l'assemblea. En aquesta situació es pot mantenir una conversa amb els infants i aquests poden expressar i posar nom a les seves emocions, sensacions i sentiments. Per tant, poden identificar i expressar el que senten mitjançant la conversa. Aquest moment de comunicació també pot servir per a posar-se al lloc de l'altre i tenir empatia amb els companys escoltant i entenent el que diuen.

És important que a qualsevol moment que es pugui identificar una emoció en un infant, ja sigui agradable o no, posar-li nom perquè l'infant pugui començar a entendre el que sent i a saber gestionar-lo de manera positiva. Per tant, qualsevol situació que produeixi una emoció s'ha d'aprofitar per a treballar la consciència emocional, tant de les emocions pròpies com de les

dels altres, adaptant-se així a les diferents situacions i subjectes i millorant la seva habilitat social.

Tal i com comenta González-Ramírez (2007), els infants han de conèixer l'origen de les emocions per aprendre a gestionar-les. Per tant, és important que els infants reflexionin sobre les seves reaccions i actuacions i entenguin que no tothom reacciona de la mateixa manera davant una situació. Per a treballar aquest aspecte, es podria fer expressant en veu alta el que se sent en un moment concret o posar exemples de situacions concretes en les quals els infants puguin expressar el que varen sentir o el que sentirien. Així doncs, és important que entenguin que hi ha diferents comportaments i reaccions depenent de cada persona i l'emoció que senti.

Els moments d'equivocació també són fonamentals, ja que podem ensenyar als infants que és possible millorar. Així poden aprendre a relacionar-se de manera positiva amb els seus errors reconeixent les seves capacitats i limitacions i no negant-se a fer qualsevol cosa per por a tornar a equivocar-se. Aquest fet farà que els infants es sentin cada vegada més capaços i motivats.

Un aspecte important seria el fet de no negar o eliminar les emocions negatives. És a dir, l'infant ha d'entendre i ha de conèixer les emocions que no són agradables per a ell o ella i així aprendre a gestionar-les i a posar solucions davant una dificultat. Això serà molt important per el seu dia a dia i per als diferents problemes que la vida els hi plantejarà en futur. Per tant, a qualsevol situació que l'infant senti una emoció desagradable com per exemple frustració, s'ha d'animar-lo a que intenti expressar el que sent i a cercar una solució per a poder treure un aprenentatge positiu i significatiu d'aquella situació de dificultat. També poden aprofitar-se els moments de conflicte per a expressar emocions desagradables i entendre el que està passant i aprendre així a tenir empatia sobre el que pot sentir el company afectat.

A més dels moments en els quals es pot treballar la intel·ligència emocional també hi ha diferents maneres per a fer-ho com:

El teatre seria una bona estratègia per a treballar les emocions amb els infants. El canvi de rols pot afavorir l'expressió de sentiments així com entendre distintes actuacions des de diferents perspectives. A més, aquest tipus d'activitat pot afavorir la capacitat de socialització i augmentar l'autoestima de l'infant al sentir-se integrat i fins i tot, a vegades, protagonista. Per tant, l'infant pot sentir-se més segur i més confiat per a actuar i expressar.

El treball en grup també és una manera de treballar que ajuda a millorar aquestes competències emocionals, ja que implica tenir una capacitat de relació i comunicació amb els altres. Per tant, això ajudarà a millorar les seves actuacions adaptant-se a la situació i als companys.

Una altra manera que es pot aprofitar seria la psicomotricitat, ja que és un moment on l'infant se sent lliure i pot tenir més consciència de si mateix i expressar-se d'una manera més natural. En aquestes edats l'expressió corporal és molt significativa, ja que el moviment i el cos són el mitjà pel qual l'infant expressa el seu món afectiu i emocional.

Uns altres recursos que es poden utilitzar per a treballar les competències emocionals serien els contes. Aquests afavoreixen la identificació de les emocions i la capacitat d'actuació per mitjà dels diferents personatges i situacions a apareixen a les històries. Aquesta eina de treball es desenvoluparà més profundament i detalladament al punt següent del treball.

A més de tot l'esmentat anteriorment és important parlar de diferents tècniques que es poden utilitzar per a treballar les diferents competències emocionals com poden ser:

- La tècnica de la tortuga: Aquesta tècnica seria d'instrucció i constaria de tres parts. Primer s'explica el que fa una tortuga quan s'amaga a la seva closca i l'infant ho ha d'imitar. Seguidament es fa relaxació destensant els diferents músculs i es pot aprofitar per a pensar i reflexionar sobre el que passa i es sent per aconseguir arribar a la calma. Finalment es cerca una solució adequada evitant així conductes negatives com les baralles. La tècnica de la tortuga serviria per a controlar emocions desagradables i situacions que no ens agraden.
- La tècnica de modelat: Aquest tipus de tècnica es basa en les teories conductistes d'Albert Bandura. Aquesta tècnica consisteix a imitar a diferents models segons si les actuacions a imitar reben recompenses o càstigs. Això farà que l'infant imiti o no aquella conducta concreta.
- La tècnica de role-playing: Aquesta tècnica definida per Xus Martín (1992) consisteix en dramatitzar i interpretar una situació la qual presenti un conflicte on podran haver diverses interpretacions i es podran platejar diferents solucions.
- La tècnica del semàfor: Aquesta tècnica és útil per a gestionar les emocions desagradables de manera molt visual. Així doncs, el color vermell seria el moment que l'infant està enfadat i vol agredir o barallar-se. Poder identificar aquest moment amb la llum vermella és molt visual per a ells. El color groc o taronja faria referència al moment de reflexionar i pensar sobre el que ha passat i com ens sentim. Finalment, el color verd

consistiria en cercar una solució alternativa i positiva. Per a realitzar aquesta tècnica haurem de crear un semàfor per així utilitzar-lo en situacions que generin emocions desagradables.

- Tècnica de feedback: Aquesta tècnica consistiria en donar retroalimentació a través de la comunicació interpersonal. D'aquesta manera es pot descriure el que es pensa i es sent per així poder treballar i millorar.

A més de tot el comentat, cal destacar aspectes importants que afavoreixen aquest desenvolupament emocional com poden ser un clima de seguretat i confiança. És essencial que un infant es senti còmode i segur per a poder dur a terme un desenvolupament emocional positiu. En tots els moments i en totes les tècniques utilitzades ha d'estar present aquest aspecte i s'ha de tenir molt en compte, ja que és la base per a treballar a nivell emocional. A partir d'aquí, l'infant podrà fer una feina segur de si mateix i del seu voltant i això afavorirà les seves relacions amb l'entorn i amb els altres.

5.4.2. Consciència emocional

Segons Bisquerra (2003) a l'article *Las competencias emocionales*, la consciència emocional és "la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado" (p.70).

Tenir consciència de les pròpies emocions consisteix en percebre amb precisió els propis sentiments i emocions, a més de saber identificar-los i posar-li nom. Per donar nom a les emocions s'ha d'utilitzar un vocabulari emocional i unes expressions adequades segons el context cultural.

A més, tenir consciència i comprendre les emocions dels altres consisteix en tenir la capacitat de percebre amb precisió les emocions i perspectives de les altres persones i tenir empatia per les seves vivències. A partir d'aquí, s'ha de comptar també amb habilitats socials per a poder adaptar-se al context i als subjectes implicats.

5.4.3. Regulació emocional

Bisquerra (2003) a l'article *Las competencias emocionales* defineix la regulació emocional com "La capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc." (p.71).

Per a comptar amb aquesta competència emocional és important estar obert tant als estats emocionals agradables com als desagradables i així saber gestionar les diferents situacions viscudes.

Ser competent en la regulació emocional, implica tenir consciència de que els estats emocionals afecten en el comportament i l'emoció, y aquests poden regular-se mitjançant la cognició a partir del raonament i la consciència.

A més, consisteix a tenir la capacitat d'expressar les emocions de manera adequada, és a dir, saber gestionar les emocions internes a més de tenir en compte les emocions que puguin sentir els altres. Per tant, tenir aquesta capacitat comporta tenir diferents estratègies per a actuar de manera adequada en les diferents situacions. En una situació de conflicte una resolució no agressiva comporta la posada en pràctica d'aquesta habilitat de regulació.

Tal i com comenta Bisquerra (2003) a l'article *Las competencias emocionales*, la regulació emocional conté aspectes com: regulació de la impulsivitat, tolerància a la frustració i perseverar en l'assoliment dels objectius malgrat les dificultats.

5.4.4. Autonomia emocional

Segons Bisquerra (2003) a l'article *Las competencias emocionales*, l'autonomia emocional es pot entendre com:

Un concepto amplio de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional. (p.71).

L'adquisició d'aquesta competència és molt important per a la realització de qualsevol activitat o fer front a qualsevol situació, ja que implica sentir-se capaç, motivat i tenir una actitud positiva. Un infant que té adquirits tots aquests aspectes podrà dur a terme un desenvolupament personal i educatiu de manera més segura i confiada, ja que tindrà una imatge positiva de si mateix.

5.5. El conte com a eina per a treballar les competències emocionals

Aquest treball es centrarà en els contes com a eina per a treballar la intel·ligència emocional fent referència a aspectes propis de les competències emocionals explicades anteriorment: consciència, regulació i autonomia emocional. S'explicarà com a partir de diversos contes es pot fer una bona feina per a treballar aquestes competències.

Primer de tot s'ha de destacar que els contes són una eina fonamental a l'etapa d'Educació Infantil, ja que estan presents en el dia a dia per a treballar qualsevol aspecte i criden molt l'atenció dels petits.

Amb els contes podem treballar les diferents competències emocionals dels infants per a desenvolupar la seva intel·ligència emocional. Amb les històries i els diversos personatges els quals viuen diferents situacions, els infants poden observar diferents experiències emocionals i la manera d'actuar segons cada situació. Amb això, els infants poden anar interioritzant i posant nom a diferents emocions així com visualitzar i percebre com es pot sentir una persona i com expressa aquell sentiment.

Segons comenta Martínez-Hita a l'article *El cuento como herramienta para su desarrollo*:

La lectura de literatura durante la infancia permite al niño explorar mundos de ficción en los que se presentan distintas realidades, en las que se pueden identificar diversas emociones y trabajar dichas emociones a través de personajes de ficción. Por tanto, la lectura de literatura infantil puede contribuir al desarrollo emocional y social de los niños. (p.21.).

Tal i com afirma Ibarrola (2015) a *Las emociones a través de los cuentos*:

Los cuentos proporcionan una gran ayuda en la educación de las emociones y en la comprensión de nuestro mundo interior, además de adentrarnos en la vida de los demás, observando el mundo y la vivencia de las emociones que ellos viven, pero desde una distancia de confort y seguridad. (p.30).

Per tant, els infants poden observar a través dels contes diferents emocions des d'un segon pla. Aquest aspecte pot fer que puguin parlar més obertament dels diferents sentiments, amb més seguretat i confiança, ja que no es tracta dels propis sentiments que de primeres són més difícils d'expressar.

Tejada (2009) a l'article *El triángulo de la educación infantil: los cuentos, las emociones y las TIC*, afirma que "los cuentos se desarrollan en el mismo plano en el que se encuentran los niños

y niñas, en cuanto a aspectos psicológicos y emocionales se refiere” (p.31). Així doncs, els contes són un bon recurs per a que els infants puguin posar-se en el lloc dels personatges i donar resposta a les actuacions i sentiments.

Segons Ibarrola (2010), els avantatges que té treballar la intel·ligència emocional a través del conte són els següents:

- El conte és un recurs molt senzill i molt útil que està present a totes les cultures.
- Hi ha molta varietat de contes al llarg de la història de la literatura infantil que estan a l’abast de qualsevol, sempre i quan es faci un bon ús dins d’un context d’intel·ligència emocional seguint unes pautes i tenint en compte unes característiques concretes.
- Els contes donen la possibilitat de recrear els finals, aspecte que la realitat no permet. És a dir, se li pot demanar a un infant quin hagués estat el final si el personatge actués d’una manera diferent, quina altra solució es podria donar. Amb això, es van treballant i es van adquirint les diferents competències emocionals.
- La facilitat que poden tenir els infants en associar les diferents competències relacionant-les amb els diferents personatges de les històries. Per tant, el mestre o educador, en determinats moments, pot destacar a un personatge concret i l’infant ràpidament recordarà i pensarà en aquella història i així, s’aniran desenvolupant una sèrie de conceptes, emocions, records associats al que ja s’ha treballat amb aquell conte. La memòria emocional és associativa per tant, recordam allò que hem viscut amb emoció i un conte atrapa a un nin i genera emocions. Així doncs, els infants associaran personatges amb emocions i competències.

A més, Ibarrola (2010) esmenta diferents característiques que han de tenir els contes infantils:

- Les il·lustracions han d’acompanyar bé al text. És a dir, la cara dels personatges ha d’expressar correctament les emocions que es comenten al text.
- Han de transmetre missatges adequats que ensenyin a expressar de manera positiva les diferents emocions i no a negar-les. Els contes han de respectar el món emocional.
- Els missatges dels contes han de ser molt clars. Com a més petits més claredat en els missatges. Així els infants interioritzen i aprenen paraules o frases que van associades a un contingut que ja han assimilat, que ja recordaran automàticament sense haver de tornar a contar-los el conte.

Als apartats anteriors es defineixen les competències que s'haurien de treballar des d'un primer moment, les referides a l'aspecte intrapersonal, la consciència, la regulació i l'autonomia emocional. Ibarrola (2010) destaca que es dona molta èmfasi al treballar amb contes en que aquestes primeres competències intrapersonals estiguin ben assentades.

6. Marc metodològic

6.1. Objectius i aspectes generals de la intervenció

En aquest marc metodològic s'explicaran tots els aspectes a tenir en compte abans de dur a terme la proposta. Per tant, es comenten els objectius de la intervenció, la metodologia utilitzada a partir de diferents tècniques, la manera i disposició de realitzar les activitats, així com els destinataris de la proposta. Posteriorment s'analitzaran els contes triats els quals serviran de recursos per a les activitats proposades.

L'objectiu de la proposta serà treballar les diferents competències emocionals les quals es centraran en la consciència, la regulació i l'autonomia emocional.

Quant a la consciència emocional es pretindrà aconseguir que els infants siguin capaços d'identificar les diferents emocions que apareixen als contes, adquirir vocabulari emocional per a poder posar paraules als seus sentiments i així poder expressar-los. A més, hauran d'identificar-se amb les situacions de les distintes històries i del que contenen els seus companys posant-se en el seu lloc i entenent així el context i les diferents emocions i sentiments causats.

Amb la regulació emocional coneixeran i treballaran diferents estratègies per a poder regular les emocions, ja siguin agradables o desagradables. A més, es treballarà el procés per arribar a la calma, la importància de saber com poder-hi arribar d'una manera positiva sense tenir conductes negatives. Es treballarà tot el necessari des de que es sent una emoció, passant per el pensament de saber el que s'està sentint i perquè, fins arribar a una actuació correcta i positiva amb l'objectiu d'acabar controlant aquelles situacions que ens generen emocions desagradables.

Quant a l'autonomia emocional es voldran treballar aspectes com l'acceptació d'un mateix i dels altres, tenir una actitud positiva, el desenvolupament d'una personalitat i autoestima sanes i fortes, sentir-se capaç i conèixer les qualitats i capacitats pròpies i dels altres.

Tot aquest treball centrat en les competències esmentades es farà mitjançant una recollida de contes i una proposta d'activitats a partir d'aquests mitjançant les quals es treballaran els diferents aspectes mencionats.

Per a la realització de les activitats proposades posteriorment es faran servir diferents tècniques explicades anteriorment com la tècnica de role-playing, la tècnica de la tortuga i la tècnica de feedback. Aquesta darrera estarà present a totes les activitats, ja que la retroalimentació a partir del que pensen i senten els infants per així reflexionar sobre diferents situacions és la base d'aquestes activitats.

A més, per a dur a terme les activitats he volgut basar-me en una metodologia activa per part dels infants, en la qual ells mateixos i les seves experiències siguin protagonistes. En totes les activitats destaca la importància de la conversa i la reflexió dels diferents aspectes que apareixen als contes des d'una perspectiva pròpia, identificant i relacionant moments i situacions personals. La disposició dels infants i de la mestra serà majoritàriament en cercle, ja que afavoreix la proximitat i la comunicació. A més, totes les activitats es realitzaran en gran grup per a fomentar la relació i l'empatia amb els companys i companyes.

Els participants de les diferents activitats seran infants de l'etapa infantil d'entre 3 i 6 anys, la tutora de l'aula i una mestra de suport. Els grups seran heterogenis, ja que les activitats es realitzen en gran grup.

Els recursos que s'utilitzaran per a dur a terme aquesta proposta són els contes que s'explicaran a continuació.

6.2. Recull de contes

La idea de fer un recull de contes sorgeix de la importància que tenen aquests per als infants, ja que són molt atractius, criden molt la seva atenció i poden transportar als infants a diferents moments i situacions personals a partir de diferents personatges amb els quals es poden sentir identificats. Aquesta idea és comentada per Begoña Ibarrola al vídeo *Begoña Ibarrola-Inteligencia Emocional* on afirma que el conte posa al lector o a qui l'escolta en contacte amb el seu interior, amb el seu món d'emocions i sentiments, a més de poder identificar experiències pròpies a través dels personatges i aprenent també a posar-se en el lloc d'altres persones i altres experiències.

Tal i com comenta Ibarrola (2010), la intel·ligència emocional és com un conte creïble, és la manera de pensar amb imaginació en una educació per a fer persones felices. A més, afirma que els contes ens fan feliços per tant, són una bona eina per a desenvolupar la intel·ligència emocional en aquestes edats primerenques.

En aquest apartat es farà un recull de contes amb els quals es poden treballar les competències emocionals, a partir de la seva lectura i d'acord amb la proposta d'aprenentatge impartida pel docent.

Els contes triats són els següents:

6.2.1. “El monstre de colors”

- Sinopsi

En aquest conte de na Anna Llenas apareix un monstre el qual s'ha fet un embolic amb les diferents emocions, no sap el que li passa. Al llarg de la història ha de desfer aquest embolic per a poder ordenar i separar les emocions de l'alegria, la tristesa, la ràbia, la por i la calma. Per fer-ho comença a separar les emocions en diferents pots amb l'ajuda d'una nina. Per a poder separar-les cada emoció té un color i durant el transcurs es diuen estats o sentiments propis de cada emoció per així diferenciar-les. Així doncs, el monstre aconsegueix separar i ordenar les emocions i es sent molt millor.



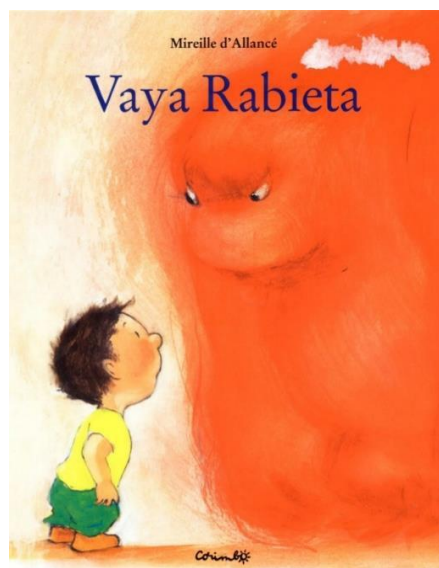
- Objectius o aspectes que es poden treballar:
 - Identificar les cinc emocions: alegria, tristesa, ràbia, por i calma.
 - Posar nom a les emocions i sentiments que es poden sentir.
 - Sentir-se identificat amb les diferents emocions i situacions que es descriuen al conte.

6.2.2. “Vaya rabieta”

- Sinopsi

Amb aquest conte de Mireille d’Allancé es treballa una de les emocions més difícils de controlar, la frustració. En aquesta etapa d’Educació Infantil és molt important fer referència i treballar aquest aspecte, ja que afecta molt als diferents infants en el seu dia a dia.

El protagonista del conte, en Roberto, no ha tengut un bon dia i no vol ni sopar. Com a conseqüència, comença a sentir una cosa a dintre que el fa cridar i de sobte, surt una cosa molt gran de color vermella. Aquesta cosa comença a tirar tot el que troba al seu voltant fins que en Roberto li diu que aturi. A mesura que en Roberto es va calmant, la cosa es va fent més petita fins que la pot ficar dins una capsa. Després de tot això que succeeix, en Roberto ja està calmat i vol sopar.

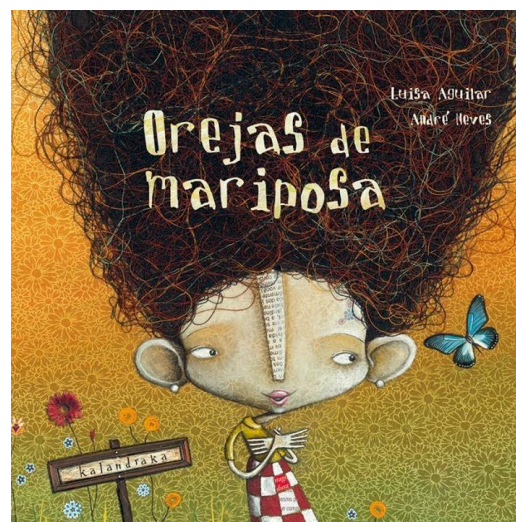


- Objectius o aspectes que es poden treballar:
 - Identificar l'emoció de frustració.
 - Aprendre a gestionar la frustració i acceptar que no tot surt com volem.
 - Treballar el procés fins a arribar a la calma per a poder seguir amb el que estàvem fent.
 - Sentir-se identificat amb el que li passa al protagonista relacionant-ho amb moments i situacions personals.

6.2.3. “Orejas de mariposa”

- Sinopsi

Aquest conte de Luisa Aguilar tracta sobre una nina, na Mara que és objecte de burla dels seus companys i companyes perquè té les orelles grosses. Ella es posa molt trista i li demana a la seva mare si el que li diuen és cert. La mare li respon que no i li diu que té les orelles de papallona les quals serveixen per a pintar de colors les coses lletges. Aquella resposta fa que la vida de na Mara canviï i a partir d'aquell moment, troba respostes molt originals per a cada cosa que li diuen del seu aspecte físic o de la seva roba. Amb aquesta història es pot observar com afrontar les situacions adverses de manera optimista. Amb ella podem mostrar als infants que fer burla als altres no és un comportament adequat a més de la importància d'acceptar-se a un mateix per així construir una personalitat i autoestima fortes.



- Objectius o aspectes que es poden treballar:
 - Promoure l'acceptació d'un mateix i dels altres.
 - Fomentar el desenvolupament d'una personalitat i autoestima sanes i fortes.
 - Fer front a les crítiques rebudes de manera positiva.

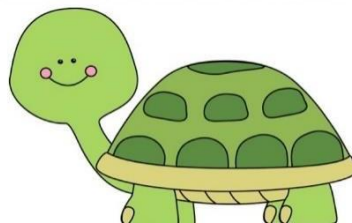
6.2.4. “La tortuga”

- Sinopsi

Amb aquest conte podem treballar l'autocontrol. La protagonista d'aquesta història és una tortuga, la qual no vol anar a l'escola perquè allà es produeixen situacions que la fan enfadar, cridar i barallar-se. Per tant, té problemes amb els seus companys i amb la seva mestra. Un dia, es dirigia al parc i es va trobar amb una tortuga major, la qual li va contar un secret per a poder solucionar els seus problemes. Li va recomanar ficar-se a la seva closca cada vegada que volgués cridar o barallar-se, per així sentir-se tranquil·la i evitar les baralles. A partir d'aquell moment, així ho va fer i estava molt contenta.

La tortuga

CUENTO PARA TRABAJAR EL AUTOCONTROL

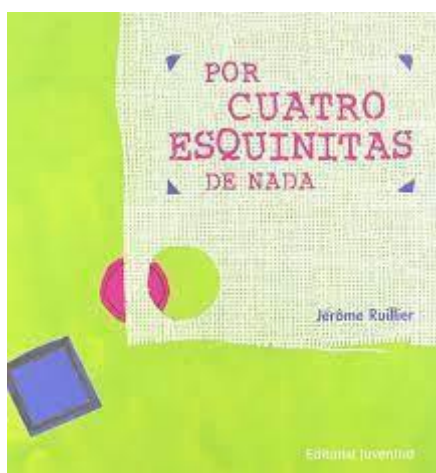


- Objectius o aspectes que es poden treballar:
 - Fomentar l'autocontrol d'emocions desagradables que ens sorgeixen davant diferents situacions.
 - Destacar la importància de pensar i estar tranquil abans d'actuar.

6.2.5. “Por cuatro esquinitas de nada”

- Sinopsi

En aquest conte de Jérôme Ruillier el protagonista és un quadrat, el qual està trist perquè no pot entrar a la casa gran amb els seus amics que són cercles per la forma que té. Acaben acceptant i entenent que en “cuadradito” és diferent i no ha de canviar. A partir d’aquí, intenten cercar una solució i arriben a la conclusió que el que han de canviar és la porta perquè així pugui entrar.



- Objectius o aspectes que es poden treballar:
 - Promoure l’acceptació d’un mateix i dels altres.
 - Fomentar el desenvolupament de l’empatia.
 - Cercar solucions per a transformar les emocions desagradables en agradables.

6.3. Activitats a partir dels contes

Les activitats que es descriuran a continuació partiran d’una història contada a partir dels contes descrits a l’apartat anterior. Es realitzaran en gran grup on predominarà la conversa i la reflexió dels diferents aspectes que apareixen a les històries. A més es faran servir diferents tècniques com la tècnica de role-playing, la tècnica de la tortuga i la tècnica de feedback. Totes aquestes activitats serviran per a seguir treballant les competències emocionals indicades amb més profunditat a més d’haver contat i comentat els diferents contes.

La idea de proposar diferents activitats sorgeix com a manera d'ampliar el treball previ amb els contes a fi de que els infants puguin aprofundir i interioritzar les competències emocionals. Són activitats de creació pròpia, llevat de l'activitat 4 que consisteix en ensenyar i explicar la tècnica de la tortuga.

Les activitats plantejades tracten diferents aspectes relacionats amb les competències intrapersonals, consciència, regulació i autonomia emocional, les quals són tan importants en aquesta etapa d'infantil, d'acord amb Ibarrola (2010).

ACTIVITAT 1: Els fils embolicats
Edat: 3-6 anys
Descripció: L'activitat es durà a terme una vegada contat i comentat el conte "El monstre de colors". Aquesta activitat es realitzarà en gran grup el qual s'asseurà en forma de cercle. Enmig hi haurà fils de llana embolicats dels colors que apareixen al conte. A més, es tindrà a disposició sis pots de vidre cada un amb el tap d'un color segons l'emoció. Per tant, els colors dels fils de llana i dels taps dels pots seran: groc (alegria), blau (tristesia), vermell (enuig o ràbia), negre (por), verd (calma). A partir d'aquí es parlarà de com es pot sentir el monstre visualitzant els fils de llana embolicats i els infants podran intervenir per a dir el que pensen. Posteriorment separaran tots els fils segons el color i els ficaran als pots de vidre corresponent tenint en compte el color del tap. Amb això, podran plasmar el mateix que succeeix al conte quan la nina ajuda al monstre a separar les emocions. A mesura que ho van fent, els infants podran explicar diferents experiències pròpies anomenant l'emoció que sentien en aquell moment per així posar nom als seus sentiments.
Rol de l'adult: En aquesta activitat el rol de l'adult consistirà en parlar amb els infants i fer preguntes de manera que aconseguixi treure diferents sentiments i emocions que poden sentir. A més intentarà fer-los reflexionar i que es posin en el lloc de diferents persones entenent el que

senten. Per tant, l'adult haurà d'ajudar a expressar el món d'emocions que tenen els nens al seu interior i escoltar-los.

En aquest cas, farà les següents preguntes:

- Quines emocions podem tenir?

- Com són aquestes emocions?
- Per a què ens pot servir cada una de les emocions?
- Com podem actuar segons l'emoció que estam sentint?

Objectius:

- Posar-se en el lloc del monstre.
- Identificar les diferents emocions: alegria, tristesa, ràbia, por i calma.
- Relacionar les emocions amb experiències pròpies.
- Posar nom als nostres sentiments.
- Fomentar l'empatia cap els companys i companyes amb les seves experiències.

Recursos materials, personals i espacials:

- El conte "El monstre de colors".

- Fils de llana de diferents colors: groc, blau, vermell, negre, verd.
- Pots de vidre amb els taps de colors.
- La mestra i els infants.
- L'aula.

ACTIVITAT 2: El peluix de la ràbia

Edat: 4-6 anys.

Descripció:

L'activitat es durà a terme una vegada s'hagi contat el conte "Vaya rabieta" i s'hagi fet una reflexió treballant la intel·ligència emocional.

L'activitat es realitzarà en gran grup i els infants es col·locaran en forma de cercle i drets. S'utilitzarà un peluix de color vermell el qual simularà "la cosa" que li surt al protagonista Roberto dins la història.

Al primer que li toqui tenir el peluix a les seves mans, haurà de contar una situació viscuda, ja sigui a l'escola o fora d'ella, on s'hagi pogut sentir enfadat o frustrat, on la ràbia s'hagi apoderat de la situació. Una vegada contada la situació, entre tots podran opinar i parlar així de la importància d'arribar a la calma per no fer coses que no volem fer, o per no deixar de fer coses que en el fons volem fer, només perquè en aquell moment ens envaeix l'emoció de l'enuig. És a dir, parlar sobre la importància que té saber controlar i gestionar aquests moments d'enuig per així poder sentir-nos millor. També es podrà parlar del fet que no tot surt com nosaltres volem i hem d'aprendre a acceptar-ho. Així doncs, amb aquesta activitat es podran posar en la pell del protagonista i la dels companys i companyes reflexionant sobre diferents situacions i cercant solucions.

Cada vegada que un infant conti la seva situació i es comenti entre tots, li tocarà passar el peluix a un altre company o companya per a que faci el mateix.

Rol de l'adult:

En aquest cas l'adult parlarà amb els infants i els farà diferents preguntes perquè reflexionin i siguin capaços d'expressar diferents situacions que els hagin creat enuig o frustració.

En aquesta activitat l'adult farà les següents preguntes:

- Com ens sentim quan estam enfadats?
- Què podem fer per calmar aquesta ràbia que sentim al nostre interior?
- Què podem fer si alguna cosa no ens surt com esperàvem?

Objectius:

- Identificar l'emoció de l'enuig.
- Fomentar la importància de saber controlar i gestionar les situacions d'enuig o frustració.
- Sentir-se identificats i posar-se en el lloc de l'altre.

Recursos materials, personals i espacials:

- El conte “Vaya rabieta”.
- Peluix de color vermell.
- La mestra i els infants.
- El pati.

ACTIVITAT 3: El túnel de les bones qualitats

Edat: 4-6 anys.

Descripció:

L’activitat es realitzarà una vegada contat el conte “Orejas de mariposa” i s’hagi fet una reflexió emocional a partir d’aquest.

Aquesta es realitzarà en gran grup i consistirà en fer un túnel entre tots fent dues files, una davant de l’altre. D’aquesta manera una persona podrà passar pel mig del túnel. Seguidament, tots els infants aniran passant un per un i els altres hauran de dir-li alguna qualitat bona que tinguin, ja sigui física o personal o alguna cosa que faci bé. D’aquesta manera es fomenta que els infants es fixin en lo bo que tenen els altres i que aprenguin a reconèixer-ho i a dir-ho, al mateix temps que es senten reconeguts i augmenten la seva autoestima.

Rol de l’adult:

En aquesta activitat el rol de l’adult serà d’observador i escoltarà les diferents aportacions dels infants. A més podrà intervenir en qualsevol cas i al final de l’activitat farà preguntes com:

- Com vos heu sentit quan passàveu pel túnel?
- Vos ha resultat fàcil o difícil dir alguna cosa positiva als vostres companys?

A més, els farà reflexionar sobre la importància d'acceptar-se a un mateix i als altres, de centrar-nos en el que fem bé i així poder donar el millor que tenim.

Objectius:

- Promoure l'acceptació d'un mateix i dels altres.
- Fomentar l'augment de l'autoestima.
- Ser conscients de les pròpies capacitats i qualitats positives i les dels altres.

Recursos materials, personals i espacials:

- El conte "Orejas de mariposa".
- La mestra i els infants.
- El pati.

ACTIVITAT 4: La tècnica de la tortuga

Edat: 4-6 anys.

Descripció:

Per al conte de la tortuga posarem en pràctica "la tècnica de la tortuga", la qual s'utilitza per al control d'impulsos i les emocions. Aquesta tècnica va ser elaborada per Marlene Schneider i Arthur Robin i consisteix en imitar a una tortuga quan se fica a la seva closca en el moment que escolten la paraula clau tortuga.

L'activitat es realitzarà en gran grup una vegada contat i comentat el conte "La tortuga".

La tècnica serà explicada i ensenyada als infants amb l'objectiu de que a poc a poc siguin capaços de controlar els seus impulsos i les seves emocions davant qualsevol situació que ho requereixi. Així doncs, ens asseurem al terra tots junts per explicar la importància de saber relaxar-se i controlar-se davant una situació que no ens agrada per a actuar de manera correcta, evitant així una conducta negativa.

El més important és que els infants entenguin que no han de reprimir aquella emoció que senten sinó que han de ser capaços de saber gestionar-la fins arribar a una solució. A partir d'aquí podran posar en comú diferents situacions on hagin actuat amb impulsivitat i hagin dut a terme una conducta negativa de manera agressiva. Entre tots podrem opinar i donar solucions per a no actuar de manera negativa tenint en compte que primer ens hem de relaxar, hem de pensar com ens sentim i perquè ens sentim d'aquella manera i a partir d'aquí, posar una solució i actuar de manera adequada.

Rol de l'adult:

En aquesta activitat l'adult explicarà la tècnica de la tortuga als infants. Posteriorment l'adult farà les següents preguntes:

- Com podem controlar una situació que no ens agrada?
- Què sentiu quan una situació no vos agrada?
- Quina solució podem donar? (a una situació determinada).

Objectius:

- Promoure l'autocontrol d'impulsos i emocions.
- Fomentar la importància de relaxar-se davant una situació desagradable abans d'actuar.
- Entendre la importància de conèixer com ens sentim i perquè ens sentim així davant una situació que no ens agrada.

Recursos materials, personals i espacials:

- El conte "La tortuga"
- La mestra i els infants.
- L'aula.

ACTIVITAT 5: Entenem a “cuadrado”

Edat: 4-6 anys.

Descripció:

Aquesta activitat es durà a terme una vegada contat i comentat el conte “Por cuatro esquinitas de nada”. Es realitzarà en gran grup i en aquest cas utilitzarem “la tècnica de role-playing”, la qual es tracta de dramatitzar, simular o fer joc de rols.

Els infants hauran de representar la història. Hi haurà infants que faran de cercles i un infant que farà de “cuadrado”. Per a disfressar-se hauran de pintar cercles i un quadrat fets de paper, per a després penjar-los al tronc de cada infant per així identificar els personatges del conte. A més hauran dissenyat una porta de cartró en forma de cercle on només podran passar els infants amb un cercle penjat. Una vegada disfressats començaran a representar la història.

Rol de l'adult:

En aquest cas l'adult farà d'observador durant la dramatització. Posteriorment comentaran la representació a partir d'una sèrie de preguntes fetes per l'adult:

- Com t'has sentit fent de “cuadrado”? (Al nin que representava a “cuadrado”)
- Com vos heu sentit veient que el vostre company quadrat no podia entrar? (Als infants cercles)
- Com vos sentiríeu vosaltres a la seva situació? Per exemple, que no vos deixessin entrar a classe? (Al infants cercles).
- Vos agrada que vos ajudin quan teniu qualche problema?

A més, els farà reflexionar sobre el que el conte vol transmetre, el fet de respectar a tothom amb les seves diferències i que sempre que es pugui, s'ha d'ajudar a les persones que ho necessiten.

Objectius:

- Promoure l'acceptació d'un mateix i dels altres.
- Respectar les diferències.

- Empatitzar amb les persones que presenten problemes davant una situació.
- Fomentar la importància d'ajudar a qui ho necessita.

Recursos materials, personals i espacials:

- El conte “Por cuatro esquinitas de nada”.
- La mestra i els infants.
- El pati.

7. Conclusions

El concepte d'intel·ligència emocional ha anat evolucionant al llarg de la història i com ja s'ha fet referència anteriorment, no només és important centrar-se en la intel·ligència lingüística i matemàtica, sinó que hi ha altres intel·ligències múltiples les quals van sorgir amb la teoria de Gardner. Així doncs, no tots aprenem de la mateixa manera ni tenim les mateixes capacitats i interessos, per això és important que el sistema educatiu abasti totes aquestes possibilitats i diferències. També és important destacar el moviment de renovació realitzat a través de l'Informe Delors 1996, a través del qual es posa de manifest que els aspectes emocionals estan implicats en el desenvolupament integral dels alumnes i són necessaris.

Així doncs, es pot observar com en distints moments han aparegut diferents moviments i autors que han posat de manifest la importància que té la part emocional per a la vida de les persones, per a tenir èxit acadèmic i un bon aprenentatge i per a fer front a les diverses situacions que apareixeran a la vida.

Com ja s'ha comentat al treball és important que el sistema educatiu tengui molt clar la idea de que la part afectiva i emocional és tan important com la intel·lectual o purament acadèmica. Amb aquesta idea clara, ja es pot començar a elaborar un projecte educatiu que inclogui programes, propostes i estratègies a partir de les quals es treballi la intel·ligència emocional, de manera transversal, aprofitant cada moment que doni lloc a aquest tipus d'aprenentatge i desenvolupament, i dedicant a més, un espai i temps concrets per a treballar les diferents competències emocionals. Perquè això sigui possible, és essencial que els docents tinguin una

bona formació i que estiguin documentats en aquest àmbit a partir d'aquí, podran proporcionar diferents estratègies i propostes als seus alumnes per a poder satisfer totes les necessitats que presentin en el seu dia a dia.

Les metodologies que s'utilitzin als centres han de respectar a tots i cada un dels infants, a més de satisfer les seves necessitats en un entorn agradable on puguin ser ells mateixos en tot moment. Per això és necessària una metodologia on els infants siguin protagonistes, la qual els ajudi a desenvolupar les seves potencialitats i tenguin en compte les seves virtuts i capacitats, respectant i donant importància al que senten en tot moment. Perquè això sigui possible, els docents han de tenir molt clar la idea de que un infant abans d'aprendre nous coneixements, ha de sentir-se bé amb ell mateix, segur i còmode, a partir d'aquí les dificultats per a arribar a l'èxit acadèmic seran menors en tots els sentits i l'alumne estarà més motivat.

Els infants passen gran part de la seva vida a l'àmbit escolar i és aquí on s'enfronten diàriament a situacions que requereixen l'aplicació d'habilitats emocionals. Per aquesta raó és un espai on s'han de treballar els aspectes emocionals i socials per al seu dia a dia i per al seu futur. Per tant, en aquest treball s'exposa una proposta encaminada a treballar les competències emocionals centrades en la consciència, la regulació i l'autonomia emocional, ja que són bàsiques per a treballar a un context infantil.

La proposta té el conte com a eina didàctica la qual és molt atractiva i adequada per a infants d'aquestes edats. A partir del recull de contes es proposen una sèrie d'activitats les quals presenten una metodologia activa, on els infants i les seves situacions personals són els protagonistes. A més són activitats que no necessiten materials especials, sinó que són recursos accessibles per a qualsevol. Perquè aquesta proposta es dugui a terme amb èxit és necessari que el mestre sigui un bon comunicador i un bon model per així contagiar als infants i fer que prestin atenció al conte. Per tant, el mestre hauria de fer ús d'una sèrie d'estratègies atractives per als infants a més de comptar amb habilitats i competències per a poder transmetre aquests aspectes.

La idea de triar els contes com a eina didàctica per a treballar les competències emocionals partiria de la base de que el conte és un material molt atractiu per als infants d'aquestes edats. A més, és un recurs a partir del qual es poden treballar aspectes importants en aquestes edats, com la lectoescriptura, funcions bàsiques com per exemple, el control d'esfínters, treballar qualsevol situació quotidiana del seu dia a dia, temes de coeducació, de gènere, de violència, d'afavorir la convivència, entre d'altres. Per tant, és un recurs molt plural en l'aprenentatge a partir del qual es poden treballar diversos temes. A més, el conte és una eina molt útil per a

transmetre valors, normes i límits. També es poden tractar temes més delicats com poden ser la mort, la malaltia, la identitat sexual, entre d'altres.

És important destacar també que s'ofereix un recurs que no només és útil a l'escola, sinó que també ho és fora d'ella. Es pot fer feina amb els contes a casa sempre que els pares tinguin una formació o simplement la informació que li poguem proporcionar per a que puguin treballar amb els seus fills.

Com a conclusió final, el més important és que es continuï treballant l'aspecte emocional i que es faci a tots els centres. El principal és que tots els projectes educatius incloguin aquesta part més emocional i proporcionar als docents una formació adequada per a que siguin capaços de treballar de manera correcta des d'etapes primerenques, a més de donar informació útil i pràctica als pares per a que puguin treballar amb els seus fills a casa. Com més prest es comenci a treballar aquest aspecte, més beneficis tendran els infants en el seu dia a dia per a afrontar diferents situacions i propostes que se'ls plantegi. Per sort la literatura infantil i juvenil és amplia i permet treballar les diferents competències emocionals i situacions pròpies de cada moment evolutiu. Així doncs, el conte és un recurs que es pot anar adaptant a l'edat dels infants.

A l'inici d'aquest treball hi ha uns objectius proposats els quals s'han volgut aconseguir una vegada acabat. Amb la recerca d'informació he pogut evidenciar la importància de treballar la intel·ligència emocional des d'edats primerenques des d'un aprenentatge significatiu. A més, també he pogut descriure les condicions necessàries per afavorir l'educació emocional per a l'èxit acadèmic dins l'etapa d'infantil. A partir d'aquí, la meva proposta basada en els contes i diferents activitats, està centrada en el treball de les diferents competències emocionals promovent així la seva importància. A més, les activitats presenten una metodologia basada en tot el que s'ha esmentat anteriorment que era important. Amb les activitats proposades, els infants treballaran diferents aspectes emocionals com la identificació d'emocions i el seu reconeixement, saber gestionar les emocions desagradables, el desenvolupament d'una autoestima sana i forta, entre d'altres. Per tant, puc dir que els objectius proposats en un inici han estat assolits de manera satisfactòria.

8. Bibliografía

- Aguaded Gómez, M. C. & Valencia, J. (2017). *Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en educación infantil: aplicación del modelo de Mayer y Salovey*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6164814>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa (RIE)*, 21 (1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
- Bisquerra, R. & Pérez, N. (2007). *Las competencias emocionales*. 61-82. <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf>
- Bisquerra, R. (Coord.); Punset, E., Mora, F., García, E., López, E., Pérez, J. C., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N. i Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Sant Joan de Déu. <https://faros.hsjdbcn.org/adjuntos/2232.1-Faros%206%20Cast.pdf>
- Cabello, M. J. (2011). Importancia de la inteligencia emocional como contribución al desarrollo integral de los niños/as de educación infantil. *Pedagogía Magna*, (11), 178-188. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3629180>
- Campo, L. A. (2014). El desarrollo del autoconcepto en niños y niñas y su relación con la interacción social en la infancia. *Psicogente*, 17 (31), 67-79. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6113730>
- Carmona, P., Vargas, J. G. & Rosas, R. (2015). Influencia de la inteligencia emocional en el desempeño laboral. *Sapienza Organizacional*, 2 (3), 53-68. <https://www.redalyc.org/pdf/5530/553056601004.pdf>
- Cuentos Infantiles. (21 de julio de 2017). *Cuento "Orejas de mariposa" de Kalandraka*. <https://www.youtube.com/watch?v=7iNmp2hROt4>
- CuentaCuentosCuento. (4 de diciembre de 2019). *Cuento infantil-Vaya rabieta*. <https://www.youtube.com/watch?v=liqdwEffYI>
- De Andrés, C. (2005). La educación emocional en edades tempranas y el interés de su aplicación en la escuela. *Tendencias pedagógicas*, (10). https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/4739/31241_2005_10_05.pdf
- De Damas, M. & Gomariz, M. A. (2020). La verbalización de las emociones en Educación Infantil. *Estudios sobre educación*, 38, 279-302. <https://search.proquest.com/openview/190c90f83792f4963dfe5a50924c992b/1.pdf?pq-origsite=gscholar&cbl=1216371>
- De León Fernández, G. (2015). *Las emociones a través de los cuentos*. (Trabajo fin de grado, Universidad Católica San Antonio, Murcia). https://www.ucam.edu/sites/default/files/estudios/grados/grado-infantil/semipresencial/infantil_semipresencial_1.pdf
- Delors, J. (1996): "Los cuatro pilares de la educación" en *La educación encierra un tesoro*. Informe a la UNESCO de la Comisión internacional sobre la educación para el siglo XXI, Madrid, España: Santillana/UNESCO. pp. 91-103. https://uom.uib.cat/digitalAssets/221/221918_9.pdf
- Domínguez, Pilar. (2004). Intervención educativa para el desarrollo de la inteligencia emocional. *Fáisca*, (11), 47-65. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2476406>

- Fernández, A. M. & Montero, I. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), 53-66. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77344439002.pdf>
- Fernández, M. (2013). La inteligencia emocional. *Revista de Claseshistoria*, (377), 2-12. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5173632>
- Fernández, P. & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Font, T. (2013). Intel·ligència emocional, engagement i èxit acadèmic. *Aoloma*, 31 (12), 59-64. <http://www.revistaaloma.net/index.php/aloma/article/view/208/137>
- Fontaine, I. (2000). Experiencia emocional, factor determinante en el desarrollo cerebral del niño/a pequeño/a. *Estudios pedagógicos*, (26), 119-126. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052000000100009>
- García, J.A., Delval, J. i Sánchez, I. (2010). *Psicología del desarrollo I*. UNED - Universidad Nacional de Educación a Distancia. <http://biblioteca.univalle.edu.ni/files/original/244013091c807a9618e02d27579dfc7b04f19a4d.pdf>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Kairós.
- Haeussler, I. (2018). *Confiar en sí mismo: Programa de autoestima*. CEPE. Ciencias de la Educación Preescolar y Especial.
- Henaó, G. C. & García, M. C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez s y Juventud*, 7 (2), 785-802. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77315614009.pdf>
- Ibarrola, B. (2010). *Cuentos para sentir*. SM.
- Ibarrola, B. (2011). *Cómo educar las emociones de nuestros hijos*. Conferencia celebrada en el Auditorio CAM de Alicante. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/ComoEducar%20las%20Emociones%20de%20NuestrosHijosB.%20Ibarrola.pdf>
- Jiménez, M. I. & López, E. (2009). Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41 (1), 69-79. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80511492005.pdf>
- Leal, A. (2011). *La inteligencia emocional*. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_39/ALFONS O LEAL_2.pdf
- López, E. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 153-167. <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927009.pdf>
- Luz, S. (2004). El docente y las inteligencias múltiples. *Revista Iberoamericana de Educación*. 1-11. <https://doi.org/10.35362/rie3412884>
- Mayte Calavia. (8 de octubre de 2015). *Por cuatro esquinitas de nada*. <https://www.youtube.com/watch?v=IikZuOFFar4>

- Martín, X. (1992). El role-playing, una técnica para facilitar la empatía i la perspectiva social. *Comunicación, Lenguaje y Educación*, (15), 63-67. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/126264.pdf>
- Martínez-Hita, M. (2017). Educación Emocional. El cuento como herramienta para su desarrollo. *Padres y maestros* (370), 18-22. <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/download/7856/7646>
- M. Rosa Vidiella (13 de enero de 2017). *El monstre de colors*. <https://www.youtube.com/watch?v=L0coPOPYbp4>
- Meis Leiro, L. (2015). *La importancia de la inteligencia emocional. Propuestas de intervención educativa para Educación Infantil*. (Trabajo fin de grado, Universidad de Santiago de Compostela). https://minerva.usc.es/xmlui/bitstream/handle/10347/14549/TFG1415_Meis_Leiro_Luc%C3%ADa_I_X.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Mestre, J. M. Guil, R., Brackett, M. A. & Salovey, P. (2007). *Inteligencia emocional: definición, evaluación, y aplicaciones desde el modelo de habilidades de Mayer y Salovey*. http://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/5413/inteligenciaemocionaldefinicionevaluacionyaplicaciones.pdf
- Miguel Ángel Ugartemendia. (22 y 23 de mayo de 2009). *Begoña Ibarrola-Inteligencia Emocional*. <https://vimeo.com/7832435>
- Minders. (30 de mayo de 2017). *La tortuga (Cuento para trabajar el autocontrol)-Técnica de Psicología Infantil-Minders*. <https://www.youtube.com/watch?v=riwGSIUkXR8>
- Ministerio de Educación y Formación Profesional. (2018). La inteligencia emocional en las aulas. Temario Asociación de formación del profesorado Europe 4 U. https://colaboraeducacion30.juntadeandalucia.es/educacion/colabora/documents/23644653/28377757/TEMARIO+COMPLETO_EMO.pdf/f6069f8e-fa29-cabb-d7ad-2a4088a4bbd1?version=1.0
- Modolell Rodríguez, C. (2018). *Del vincle afectiu al vincle educatiu*. (Trabajo fin de grado, Universitat Ramon Llull, Blanquerna). <https://recercat.cat/bitstream/handle/2072/374611/CrisModolellArticleFinal.docx-5.pdf?sequence=1>
- Molero, C. & Saiz, E. (1998). Revisión histórica del concepto de inteligencia: una aproximación a la inteligencial emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 30 (1), 11-30. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80530101.pdf>
- Mora, J. A. (2007). La concepción de la inteligencia en los planteamientos de Gardner (1983) y Sternberg (1985) como desarrollos teóricos precursores de la noción de inteligencia emocional. *Revista de Historia de la Psicología*, 28 (4), 67-92. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2514677>
- Muñoz Sierra, E. (2017). *La inteligencia emocional en el aula de 5-6 años*. (Trabajo fin de grado, Universidad Internacional de La Rioja). <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4760/MU%c3%91OZ%20SIERRA%2c%20EMMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Oliver Galán, L. (2016). *Abordaje del acoso escolar a través del trabajo de la inteligencia emocional en educación infantil: una propuesta de prevención primaria*. (Trabajo fin de grado, Universidad Zaragoza). <https://zaguan.unizar.es/record/57288/files/TAZ-TFG-2016-1488.pdf>

- Paisandú contenidos. (11 de febrero de 2016). *Begoña Ibarrola habla de los cuentos*. <https://www.youtube.com/watch?v=bpMPeB3wkWA>
- Pegalajar, M.C. & López, L. (2015). Competencias Emocionales en el Proceso de Formación del Docente de Educación Infantil. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 13 (3), 95-106. <https://www.redalyc.org/pdf/551/55141402006.pdf>
- Pérez, B. & Támara, E. (2013). Vínculo afectivo en la relación parento-filial como factor de calidad de vida. *Revista Tendencias Retos* 18 (1), 17-32. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4929410>
- Pérez, N & Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 10 (24), 23-44. <http://www.scielo.org.co/pdf/prasa/v10n24/2216-0159-prasa-10-24-23.pdf>
- Ribes, R., Bisquerra, R., Agulló, M. J., Filella, G. & Soldevila, A. (2005). Una propuesta de currículum emocional en educación infantil (3-6 años). *Cultura y Educación*, 17 (1), 5-17. <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Una-propuesta-de-curr%C3%ADculum-emocional-en-educaci%C3%B3n-infantil-3-6-a%C3%B1os.pdf>
- Sánchez, L., Benítez, R. & Aguilar, S. (2018). El triángulo de la educación infantil: los cuentos, las emociones y las TIC. *Monográfico*, (16), 29-38. <https://doi.org/10.25267/Hachetepe.2018.v1.i16.4>
- Schneider, Marlene & Robin, A. (2017). “*La técnica de la tortuga*”: *Un método para el autocontrol de la conducta impulsiva*. https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2019/12/la_tecnica_de_la_tortuga.pdf
- Tejada, L. (2009). El poder educativo de los cuentos en infantil. *Revista Digita Innovación y experiencias educativas*, (15), 1-9. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_15/LIDIA_TEJADA_2.pdf
- Trujillo, M. M. & Rivas, L. A. (2005). Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional. *INNOVAR, revista de ciencias administrativas y sociales*, 9-24. <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v15n25/v15n25a01.pdf>
- Vera, M. (2009). *El desarrollo emocional de los niños*. <http://craorba.catedu.es/wp-content/uploads/2014/03/desarrollo-emocional-II.pdf>