

1.11

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL EN LA PRIMERA INFANCIA THE EMOTIONAL EDUCATION FOR THE INTEGRAL DEVELOPMENT IN THE FIRST CHILDHOOD

Autoras: M.Sc. Caridad Gisel Arbelo Sanjurjo. Dirección electrónica giselarbelo05@gmail.com. Orcid: (<https://orcid.org/0000-0003-3736-5137>). Teléfono 52570067. Círculo Infantil Sueños de Camilo. Provincia: Mayabeque. Municipio: Güines. País: Cuba
Ingrit Yisel Martell Arbelo. Dirección electrónica: ingritmartell@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-9820-0005>. Universidad Agraria de La Habana Fructuoso Rodríguez Pérez. Provincia: Mayabeque. Municipio: San José de las Lajas. País: Cuba.
Lic. Mileidis Díaz Aldama. Dirección de ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2648-9022>. Dirección electrónica mileidisdiaz707@gmail.com . Círculo Infantil Sueños de Camilo. Provincia: Mayabeque. Municipio: Güines. País: Cuba.

Resumen

Esta investigación es el producto de una revisión documental, cuyo fin es fundamentar la necesidad de la educación emocional para el desarrollo integral en la primera infancia. Se resaltan el valor de la educación emocional como elemento que prepara al niño para lidiar con las vicisitudes que puede presentar la cotidianidad, y la manera como estos aprendizajes pueden potencializarse a través de las prácticas pedagógicas de los agentes educativos que atienden a la primera infancia. En este análisis se hizo una indagación acerca de la manera en que se comportan las emociones en el desarrollo integral del niño de este nivel educativo, como etapa de la vida del niño. Este desarrollo infantil integral suele definirse a través de los cambios que los niños atraviesan en todas sus dimensiones como persona, física, cognitiva, emocional y social, y que les prepara para una vida autónoma y plena.

Palabras clave: la educación emocional, el desarrollo integral en la primera infancia

Abstract

This investigation is the product of a documental revision whose end is to base the necessity of the emotional education for the integral development in the first childhood. They are stood out the value of the emotional education as element that he/she prepares the boy to fight with the vicissitudes that it can present the activity, and the way like these learnings can to be developed through the pedagogic practices of the educational agents that you/they assist to the first childhood. In this analysis an inquiry was made about the way in that the emotions behave in the integral development of the boy of this educational level, as stage of the boy's life. This development infantile integral is usually defined through the changes that the children cross in all their dimensions like person, physics, cognitive, emotional and social, and that he/she prepares them for an autonomous and full life.

Keywords: the emotional education for the integral development in the first childhood

Introducción

El mundo actual se caracteriza por un acelerado ritmo, marcado por innovaciones tecnológicas y científicas donde el hombre parece tener cada vez menos herramientas para asumir situaciones como el estrés, la ansiedad o la depresión. La exposición a eventos estresantes como las condiciones de conflicto y guerra interna, junto con la inequidad y la pobreza, constituyen factores de riesgo para los problemas sociales y de salud mental.

Por lo tanto, es necesario preparar desde la primera infancia a los niños con habilidades para la vida que les permitan interactuar en el mundo, para ello se le deben dar herramientas que les faciliten desarrollar la capacidad de tomar decisiones emocionales con las que puedan prevenir conflictos como el estrés, la intolerancia, las adicciones, etc. Múltiples estudios e investigaciones entre las que se encuentran: Bisquerra (2000), López (2005), Begoña (2014), Cabrero (2014), han evidenciado que el niño es capaz de reconocer

emociones positivas o negativas desde los primeros meses de vida. Las emociones infantiles son mucho más ricas de lo que los niños son capaces de expresar, ellos saben discriminar las emociones, antes de ser capaces de nombrarlas.

La consideración de que la etapa que abarca desde el nacimiento hasta los seis años es el período más significativo en la formación del ser humano, es cada vez más aceptada por científicos de las más variadas posiciones. Esta etapa conocida como primera infancia tiene como fin (Plan educativo 2017) “el logro del máximo desarrollo integral posible de cada niña y niño desde el nacimiento hasta los seis años” (p.17).

Hablar del desarrollo integral presupone considerar no solo su crecimiento físico, su estado de salud y nutricional, el desarrollo del lenguaje, intelectual, moral, también lo es la formación de sus cualidades personales y los hábitos de comportamiento social. Favorecer el desarrollo integral en la primera infancia desde la educación emocional no significa desarrollar actividades para los niños, sino estimular actitudes y formas de expresión acordes a lo que se quiere transmitir, en las que las emociones sean vividas, respetadas y acogidas en su amplitud. Es por ello que el objetivo del presente trabajo está encaminado a: Fundamentar la necesidad de la educación emocional para el desarrollo integral en la primera infancia.

Desarrollo

El papel protagónico de la educación en el desarrollo integral, se convierte en un reto al identificar los elementos que van más allá de lo puramente intelectual y dirigir la mirada hacia otras esferas. Las instituciones educativas están llamadas no solo a impartir saberes específicos, sino que también tienen el importante encargo de formar al niño, lo que incluye un nuevo elemento de análisis, se trata de la educación de sus emociones.

Al respecto López (2005) planteó: “La educación tradicional ha valorado más el conocimiento que las emociones, sin tener presente que ambos aspectos son necesarios. La educación actual no debe olvidar que también es necesario educar las emociones” (p.155).

Las emociones desempeñan un papel importante en la vida, por ello es esencial saber cómo se desarrollan y cómo afectan tanto a nivel personal como social. Pero tal vez el papel más crítico de las emociones es crear, organizar y orquestar muchas de las funciones más

importantes de la mente. De hecho el intelecto, las habilidades académicas, el sentido de uno mismo, la conciencia y la moralidad, tienen orígenes comunes en las primeras y sucesivas experiencias emocionales.

Desde que se nace las emociones están presentes y juegan un papel relevante en la construcción de la personalidad e interacción social. Las emociones intervienen en todos los procesos evolutivos: en el desarrollo de la comunicación, en el conocimiento social, en el procesamiento de la información, en el apego, en el desarrollo moral, etc. Además de ser la principal fuente de las decisiones que se toman diariamente.

Varios autores han abordado la temática de las emociones entre ellos: Bisquerra (2000), Galimberti (2002), Begoña (2014) y Almela et al. (2019), Benavent (2021), quienes coinciden en que las emociones surgen de manera involuntaria, es decir, no se elige cuándo tiene que aparecer una emoción u otra.

Para Bisquerra (2000) son: “Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (p.61).

Mientras que Galimberti (2002) las considera: “una reacción afectiva intensa de aparición aguda y con una breve duración, determinada por un estímulo que proviene del ambiente” (p.24).

Begoña (2014) define las emociones como: “las arquitectas de un vasto arreglo de operaciones cognoscitivas a lo largo del desarrollo de la vida” (p.11).

Almela et al. (2019), afirma que:

(...) las emociones son las reacciones físicas y químicas que poseemos dentro de nuestro cuerpo, y por ello responden ante estímulos internos y externos, llevándonos a respuestas automáticas que nuestro cuerpo emite. Las emociones son las que nos mueven, las primeras que llegan y nos hacen reaccionar. A su vez, determinan nuestro comportamiento y bienestar y se manifiestan a través del ajuste social, y la salud de las personas. (p.25)

Se coincide con Almela et al. (2019) pues las emociones constituyen un mecanismo de supervivencia que se emplean ante los estímulos que se presentan a lo largo de la vida, son reacciones por parte de los individuos a estímulos provocados por personas, cosas, sucesos, etc.

En las indagaciones teóricas coinciden la mayoría de los autores en que las emociones se clasifican en dos grandes categorías: positivas y negativas. Por ejemplo para Paz (1998) hay cinco: dos positivas: la alegría y el cariño; y tres negativas: la ira, el miedo y la tristeza. Por otro lado Bizkarra (2005), señala que son cuatro las emociones básicas: el miedo, la tristeza, la rabia, la alegría, y sus pares correspondientes: la ansiedad, la depresión, la violencia y la euforia (Citado en Benavent, 2021 p. 26). La autora del presente trabajo considera que no existen ni malas ni buenas, todas las emociones ofrecen una información sobre el bienestar de la persona, por lo tanto las identifica más como adaptativas y además reconoce como emociones, la felicidad, el interés, la envidia y la vergüenza.

Estas y otras emociones (Anexo 1) deben ser favorecidas o no en un clima socio-afectivo que permita gestionarlas, lo que implica saber identificarlas, expresarlas de forma que no bloqueen a la persona ni dañen a los demás, y saber contenerlas o autorregularlas, en ello juega un rol fundamental la educación emocional.

Al respecto Bisquerra (2007) plantea:

Aprender, entender y canalizar las emociones, se hace tan imprescindible como aprender a leer y escribir, tan importante como aprender a sumar. En un mundo que no se pueden pasar por alto, las emociones negativas, por los excesos de estímulos externos e internos, se debería al menos contar con herramientas para afrontar dichas sensaciones, al menos para tratar de llevar y de construir una mejor calidad de vida para todos. (p.14)

En la bibliografía consultada sobre la educación emocional, se pone énfasis en el reconocimiento de las propias emociones y la capacitación para la autorregulación de las mismas. Numerosos investigadores han tratado la temática: Bisquerra (2000), Abarca (2003), López (2005), Steiner (2013), destacan que el equilibrio emocional es la base para transitar la vida de una forma positiva y superar los obstáculos de una forma satisfactoria.

Bisquerra (2000) define la educación emocional como: “Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral” (p. 243).

Abarca (2003) la considera: “una educación para la vida, pues esta permite un desarrollo integral de la persona” (p.17).

Para López (2005), es:

Significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas. (p.156)

Mientras que Steiner (2013) plantea que: “consiste en tener la capacidad de dominar e interpretar las emociones propias, y de igual forma poseer la competencia de entender las emociones de los demás con la finalidad de obtener un bienestar personal y también mejorara las relaciones sociales” (p.45).

Se coincide con Bisquerra (2000) por considerar que la educación emocional implica el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana, la misma tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.

Para Cabrero (2014) entre los objetivos de la educación emocional se encuentran:

- “Desarrollar un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Reconocer las emociones de los otros.
- Adquirir la capacidad para la regulación de las propias emociones. - Prevenir los efectos nocivos de aquellas emociones consideradas como negativas.
- Lograr una actitud positiva en los diferentes contextos y situaciones de la vida” (p.17).

La citada autora destaca que los contenidos de la educación emocional dependerán de las características de los receptores de la misma (edad, conocimientos previos, experiencias, etc.). Uno de los aspectos a tener en cuenta es la dimensión ética puesto que el dominio de las diferentes competencias emocionales no garantiza que éstas sean utilizadas para hacer el bien y no el mal. La educación emocional no se basa en la mera exposición de información sobre las emociones, es decir, se trata de una metodología de carácter práctico, sobre todo si se habla de ella en las primeras edades (Cabrero, 2014 p.17).

Por consiguiente, la educación emocional en la primera infancia es muy importante, debe tenerse en cuenta en el marco de una educación integral puesto que desde el ámbito educativo se debe preparar al niño para la vida, para que sea lo más competente emocionalmente, pues ello influirá en todos los planos de su evolución y desarrollo. Para demostrarlo se hace necesario exponer cuál es el desarrollo emocional del niño en sus primeros años.

La primera infancia es el momento de la vida en que el fortalecimiento de los lazos afectivos y el sentido de bienestar les permiten a los niños establecer reacciones de apego con su familia y personas cercanas. Esta relación es fundamental para el establecimiento de lazos identitarios. Al finalizar la infancia temprana, aparecen incipientes sentimientos de amor hacia lo que los rodea y posteriormente manifiestan una actitud positiva ante los componentes del medio ambiente cercano y al mismo tiempo se identifican como seres individuales, miembros de una familia, de una comunidad.

Dentro del desarrollo integral al que se aspira en cada niño están inmersas las capacidades de percibir y canalizar las emociones que sienten, así como también comprender las de los semejantes. Estas capacidades se empiezan a desarrollar en los primeros años de vida e influirán en multitud de aspectos de la vida cotidiana, por lo que es esencial empezar a trabajar en el ámbito emocional desde educación de la primera infancia. En esta etapa de la vida los niños reaccionan ante tres emociones básicas: alegría, enfado y angustia y si la persona que está frente a ellos cuando tienen presencia estas emociones no reacciona se sienten incómodos y desconcertados. Lo mismo ocurre un poco más adelante con el miedo, la tristeza y la sorpresa.

En la infancia temprana, los niños empiezan a ser capaces de describir a los demás y a sí mismos, reconocen que los seres humanos sienten emociones, tienen deseos y pasan por varios estados cognitivos. Su nivel de validismo se sustenta sobre todo en la percepción que ellos tienen de la estimación que los demás tienen de ellos mismos. En este sentido, la familia es el entorno principal en el que se desarrolla, seguido por el entorno educativo. La autoestima de los niños en sus primeros años está muy influida por el grado de apego establecido con los adultos más cercanos. Las experiencias que los niños tienen en el marco de las distintas interacciones con las personas cercanas influyen a largo plazo en el desarrollo afectivo, social e incluso cognoscitivo.

Además, también influyen en gran medida las percepciones del propio éxito o fracaso de las propias actuaciones. Si bien, es cierto que en los primeros meses, cuando aún son bebés la noción de éxito o fracaso se basa en las muestras de aceptación o rechazo transmitidas por padres. Al concluir el tercer año de vida en el Expediente de desarrollo se establece como logro que el niño “manifiesta orgullo y vergüenza ante la aprobación o desaprobación del adulto” (p.39).

Con respecto a la empatía Cabrero (2014) asevera que “es necesario comenzar diciendo que los bebés manifiestan una disposición natural desde muy pronto (por ejemplo, a los tres meses, lloran al ver a otro niño llorar)” (p.20). La autora coincide con el planteamiento anterior y además destaca que al finalizar el primer año de vida, los niños dan un gran paso al comprender las emociones de los demás puesto que reaccionan selectiva y adecuadamente a las expresiones faciales del adulto cercano.

El niño desde que nace se expresa afectivamente a través del llanto y, progresivamente, muestra las distintas sensaciones y emociones que les susciten los hechos que ocurren a su alrededor a través de distintos gestos faciales: tristeza, enfado, alegría. La sonrisa aparecerá unas semanas después al nacimiento y las carcajadas comenzarán alrededor de los cuatro meses. El desarrollo del sistema afectivo tiene lugar desde la primera interacción entre el adulto principal y el niño (Cabrero 2014 p. 19).

Alrededor del año y medio, el niño se encuentra en una etapa evolutiva cuyas características son la oposición y la negatividad. En la infancia temprana se producirán las primeras manifestaciones de orgullo, celos, agresividad incluso de forma excesiva e incontrolada

puesto que el niño aún no es capaz de dominar sus emociones, las cuales son muy intensas y necesita satisfacer sus necesidades de forma inmediata.

Entre los dos y tres años se produce un avance en el desarrollo afectivo puesto que los niños no sólo captan las emociones de los demás, sino que empiezan a ser conscientes de su capacidad de influir sobre las mismas, muestran actitudes de consuelo o de molestar. Todo ello se relaciona con otra de las capacidades, la de identificar los sentimientos de los demás y ser capaz de hacer algo para transformarlos.

En torno a los tres años, los niños comienzan a formar el auto-concepto, muy influido por las verbalizaciones de los adultos en relación a las características del niño. Entre los tres y cuatro años, son capaces de predecir el tipo de emoción que provoca una determinada situación al establecer conexiones. Además, comienzan a ser capaces de controlar la expresión de sus propias emociones, disimulan lo que sienten e incluso, si se les enseña, son capaces de calmarse a través de diferentes distracciones.

Hacia los cuatro años comienzan a desarrollar el conocimiento de emociones como la vergüenza o el orgullo, comprenden las causas mentales de éstas y no solamente la causa externa que las provoca, puesto que están ligadas a la percepción del pensamiento de los demás hacia ellos mismos. Además, empiezan a comprender que las emociones de los demás dependen de sus propios deseos.

Todo el desarrollo alcanzado por los niños entre los cinco y seis años a partir del establecimiento de variadas relaciones con el entorno, ha posibilitado incorporar amplias representaciones acerca del mundo que los rodea, apropiarse de variados modos de actuación, desarrollar sus procesos psíquicos y algunas cualidades de la personalidad. Esta edad se caracteriza por una nueva situación social de los niños. Los adultos comienzan a plantearle nuevas exigencias tanto en la vida familiar como en la institución infantil.

Un momento decisivo al culminar la primera infancia, es el inicio de la formación de una jerarquización de motivos para la realización de una actividad, especialmente la de carácter docente, por lo que es fundamental el dominio de las emociones lograr que los motivos de carácter social comiencen a adquirir significación y ocupen un lugar importante en su jerarquía de motivos.

Los niños en la primera infancia son muy susceptibles a caer en la frustración. La cual se produce cuando en el proceso de lograr ciertas metas, deseos o necesidades, aparece alguna traba que dificulta o incluso impide la consecución del objetivo propuesto. Así, lo que sucede es que se produce un desagrado de elevada intensidad cuya consecuencia es la suspensión de la acción o el impulso de la misma. Si tiene lugar el segundo caso, puede ser en sentido positivo (mayor implicación, aumento del esfuerzo) o negativo (agresividad, abandono). Tanto las causas como las expresiones de la frustración son múltiples.

Otro hecho importante en cuanto a la empatía tiene lugar durante el segundo año y consiste en el consuelo, la compasión hacia los demás. Sumado a esto, lo que también ocurre es que comienzan a entender las circunstancias que provocan o evitan determinadas emociones y son capaces de incitarlas: molestan, causan daño, etc.

Al hacer referencia a las conductas violentas o agresivas hay que decir que éstas también se aprenden y todo a lo que está expuesto el niño influye directamente sobre su comportamiento, sobre todo aquellos presentes en las personas adultas próximas puesto que constituyen el modelo a seguir. Si desde pequeños los niños observan que un conflicto se soluciona por medio de la palabra, sin necesidad de utilizar conductas agresivas, lo interiorizarán y formará parte intrínseca de su personalidad y de su forma de actuar habitual. Segura (2020) enfatiza que:

(...) es muy complicado controlar las emociones y esta tarea torna mucho más compleja en la infancia, por ello, puede resultar beneficioso crear un clima amable y pacífico con espacios de silencio, relajación o masajes para favorecer así el desarrollo de una adecuada competencia de regulación emocional. (p.15).

Para el logro de lo expuesto por Segura (2020) se hace necesario que la educación emocional se haga de manera continua y permanente, por dicha razón debe estar presente dentro del currículo, desde la primera infancia, debido a que la primera infancia constituye una oportunidad para asimilar competencias emocionales, que permiten afrontar las múltiples situaciones que se presentan a lo largo de la vida (Abarca 2003, p.17)

La efectividad de la educación emocional, sin dudas favorecerá el desarrollo integral en la primera infancia. Ríos et al (2016), definen desarrollo integral como:

(...) la combinación armónica de un estado físico, de salud, nutricional, motor, intelectual, de la comunicación, del lenguaje, y socioafectivo, de cualidades personales morales, de hábitos higiénicos-culturales, alcanzado de acuerdo con las particularidades individuales de las niñas y los niños y el contexto en que cada uno de ellos se desarrolla. Es la interrelación entre las direcciones en que se expresa el desarrollo infantil, tomando en consideración las particularidades individuales de estas edades y de cada niña y niño en particular. (p. 34)

Favorecer el desarrollo integral en la primera infancia no puede obviar la atención a la diversidad. Existen lineamientos pedagógicos y psicológicos que pueden ser aplicados a las distintas manifestaciones emocionales y que coadyuvan a un desarrollo más adecuado, o a realizar una acción pedagógica más efectiva. En ello juega un rol fundamental la sistematicidad de los agentes educativos.

Conclusiones

La educación emocional toma un papel preponderante en la vida del sujeto. De ahí la importancia de privilegiar dichos aprendizajes, ya que con ellos se espera aumentar las posibilidades hacia la realización personal y la construcción de mejores seres humanos y grupos sociales. A su vez, la educación emocional disminuye los factores de riesgo al dotar al sujeto desde edades muy tempranas de herramientas que le permitan afrontar la vida y sus vicisitudes.

El desarrollo emocional del niño comienza a producirse prácticamente desde que nace puesto que son numerosos los signos que dan cuenta de ello. Este es uno de los motivos principales que determinan la necesidad de la educación emocional desde los primeros años, tanto en el ámbito institucional como en el contexto familiar por ser los dos entornos fundamentales en los que se desenvuelve el niño.

La educación emocional para el desarrollo integral en la primera infancia demanda coherencia de las influencias educativas, lo que implica de la triada familia-escuela-comunidad unidad e criterios y acciones.

Referencias Bibliográficas

- Abarca, M. (2003). La Educación emocional en la Educación Primaria: Currículo y Práctica. Universitat de Barcelona, España.
Recuperado de: <https://www.tdx.cat/handle/10803/2349>
- Almela, A., Amorrinch, S., Cantó, J., Carbó, L., Colomar, T., Font, S., Garcia, F., Garcia, M., Gràcia, V., Mahiques, L., Malonda, M., Mestre, R., Navarro, P., Palmer, J., Parra, A., Prats, M., Ramiro, M., Tur, M. (2019). Una educación infantil para el siglo XXI. Fundación Universitaria Campus d'Ontinyent.
- Begoña I (2014). La educación emocional en la etapa 0-3. <https://www.fundaciomomaresme.cat>
- Benavent Z (2021). La importancia de las emociones en educación infantil: una propuesta de intervención. Facultad de Magisterio y Ciencias de la Educación Grado en Maestro en Educación Infantil. <https://hdl.handle.net/20.500.12466/2047>
- Bisquerra, R. (2000). Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.
- Bisquerra, R. (2007). "Competencia emocional" Recuperado de: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/>
- Bisquerra, R. (2009). Psicopedagogía de las emociones. Madrid Editorial Síntesis.
- Cabrero C (2014). La necesidad de la educación emocional desde los primeros años. Tesis para optar al Grado de Educación Infantil por la Universidad de Valladolid.
- Colectivo de autores. (1995). Estudio sobre las particularidades del desarrollo del niño preescolar cubano. Editorial Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores. (2001). Metodología de la Investigación Educacional. Tomos I y II. Editorial Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores. (2017). Plan educativo de la primera infancia. Editorial Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores. (2017). Programas educativos de la primera infancia. Editorial Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores. (2017). Orientaciones metodológicas de la primera infancia. Editorial Pueblo y Educación.

Colectivo de autores. (2017) Por una educación de calidad para la primera infancia. Orientaciones metodológicas. Editorial Nomos. S.A.

Colectivo de autores. (2017) Programa de superación para educadores: Por una educación de calidad para la primera infancia. Editorial Nomos. S.A.

Galimberti, U. (2002). Diccionario de Psicología. Siglo XXI.

Gómez L. (2017). Primera infancia y educación emocional. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, 52, 174-184. Recuperado de <http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/950/1397>

Guil, R., Mestre, J. M., GilOlarde, P., de la Torre, G. G., y Zayas, A. (2018). Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: Una guía para la intervención. Universitas Psychologica, 17(4), 1-12.
<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/17915>

López E (2005). La educación emocional en la educación infantil. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, vol. 19, núm. 3, diciembre, 2005, pp. 153-167 Universidad de Zaragoza Zaragoza, España. ISSN 0213-8464.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927009>

López E. (2011). Educar las emociones en la primera infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas prácticas. Wolters Kluwer.

Ríos I, Pérez M, Pérez Y, Díaz M, De la vega I, Noa O, Brito A, Hernández M. (2016). Por una educación de calidad para la primera infancia. UNICEF.

Segura I (2020). La educación emocional a través del juego en la primera infancia. <http://dspace.uib.es>

Steiner C. (2013). Educación emocional. España. Editorial Jeder.

Anexo: Clasificación de las emociones (Bisquerra, 2009).

EMOCIONES NEGATIVAS

Miedo, temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia, etc.

Ira, rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, acritud, animosidad, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo, etc.

Tristeza, depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento, disgusto, preocupación.

Asco, aversión, repugnancia, rechazo, desprecio.

Ansiedad, angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo.

EMOCIONES POSITIVAS

Alegría, entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, humor.

Amor, aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión

Felicidad, bienestar, satisfacción, armonía, equilibrio, plenitud, paz interior, tranquilidad, serenidad, gozo, dicha, placidez, etc.

EMOCIONES AMBIGUAS

Sorpresa: La sorpresa puede ser positiva o negativa. En esta familia, se pueden incluir: sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia. Relacionadas con la sorpresa, pero en el otro extremo de la polaridad pueden estar anticipación y expectativa, que pretenden prevenir sorpresas.

Emociones sociales: vergüenza, culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo.

Emociones estéticas: Las emociones estéticas son las que se experimentan ante las obras de arte y ante la belleza.