



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR
PEDAGÓGICA PÚBLICA
“VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE”
JAÉN**

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

**DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN
LA PRIMERA INFANCIA**

**PARA OPTAR EL GRADO DE
BACHILLER EN EDUCACIÓN**

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN INICIAL

PRESENTADO POR:

MANZANARES PINEDO, LUZ RAQUEL

SAUCEDO PERALTA, MARIBEL

SOLIS ATOCHE, MAYVANY MARYORY

JAÉN – PERÚ

2025

REPORTE DE SIMILITUD

NOMBRE DEL TRABAJO

Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia

AUTOR

LUZ RAQUEL MANZANARES PINEDO

RECUENTO DE PALABRAS

5127 Words

RECUENTO DE CARACTERES

27917 Characters

RECUENTO DE PÁGINAS

19 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

424.7KB

FECHA DE ENTREGA

Jan 13, 2025 6:39 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Jan 13, 2025 6:40 PM GMT-5

● 13% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 13% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 3% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Base de datos de trabajos entregados
- Material bibliográfico



Página 2 of 21 - Descripción general de la escritura con IA

Identificador de la entrega trncoid=18643:420675278

0 % detectado como IA

El porcentaje indica la cantidad de texto calificado en la entrega que probablemente se generó usando IA.

Precaución: Se requiere revisión.

Es esencial comprender los límites de la detección de IA antes de la toma de decisiones acerca del trabajo del estudiante. Lo alentamos a obtener más información acerca de las funciones de detección de IA de Turnitin antes de usar la herramienta.



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"VÍCTOR ANDRÉS BELAÚNDE" - JAÉN

Dr. Saul M. Núñez Cieza
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

DATOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN

TÍTULO:

Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia

AUTOR (ES):

Manzanares Pinedo, Luz Raquel

Saucedo Peralta, Maribel

Solis Atoche, Mayvany Maryory

ASESOR DE LA INVESTIGACIÓN:

Dr. Manuel Rodrigo Triful Ortiz

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-8254-7848>

DURACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Fecha de Inicio: 30 de noviembre de 2024

Fecha de término: 31 de enero de 2025

LÍNEA DE LA INVESTIGACIÓN Y EJE TEMÁTICO

Línea de investigación: Pedagogía, Currículo y Didáctica

Eje temático: Atención y educación de la primera infancia

JURADO:

Presidente: Dr. Eliverando Araujo Avellaneda

Secretario: Mag. Juan Carlos Saavedra Montenegro

Vocal: Mag. Antonio Dávila Pérez

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Luz Raquel Manzanares Pinedo, identificada con DNI N° 47313529; Maribel Saucedo Peralta, con DNI N° 45211955 y Mayvany Maryory Solis Atoche con DNI N° 48059737; egresadas del Programa de Profesionalización Docente (PPD) de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Víctor Andrés Belaunde" de Jaén, presentamos el trabajo de investigación titulado: "Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia", para obtener el Grado de Bachiller en Educación en el Programa de Estudios de Educación Inicial.

Declaramos, en honor a la verdad, que el trabajo de investigación es producto de nuestra autoría. Los datos, el análisis e interpretación de los resultados constituyen nuestro aporte a la realidad educativa investigada. Asimismo, todos los estudios o investigaciones previas han sido debidamente consultados y referenciados en la investigación, respetando los derechos de autor.

En calidad de autores, asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad u ocultamiento de información, estampando nuestra firma.

Jaén, 31 de enero de 2025.



Luz Raquel Manzanares Pinedo
DNI: 47313529



Maribel Saucedo Peralta
DNI: 45211955



Mayvany Maryory Solis Atoche
DNI: 48059737

ÍNDICE

RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	viii
DESARROLLO TEMÁTICO	10
1. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	10
1.1. Definición y componentes de la inteligencia emocional.....	10
1.2. Relación entre emociones y cognición en el desarrollo infantil.....	12
1.3. Importancia de la inteligencia emocional en la primera infancia	13
2. FUNDAMENTOS TEÓRICOS SOBRE EL DESARROLLO EMOCIONAL EN LA INFANCIA.....	14
2.1. Teoría del apego de John Bowlby.....	14
2.2. El papel de la interacción social en el desarrollo emocional según la Teoría Sociocultural de Vygotsky	14
2.3. Teoría de las emociones de Paul Ekman.....	15
2.4. El rol de las emociones en la identidad y autonomía infantil	16
2.5. La influencia de la cultura en el desarrollo emocional	17
3. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA PRIMERA INFANCIA.....	17
3.1. Etapas del desarrollo emocional en la primera infancia.....	17
3.2. Factores que influyen en el desarrollo emocional de los niños.....	19
3.3. Impacto de un desarrollo emocional saludable en la primera infancia.....	20
4. ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PARA DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	20
4.1. Integración de actividades emocionales en el currículo escolar	21
4.2. Fomento de la empatía	21
4.3. Desarrollo de la autorregulación emocional	22
4.4. Creación de un ambiente escolar emocionalmente aceptante	23
CONCLUSIONES	24
REFERENCIAS.....	25

RESUMEN

Esta investigación se propone describir y analizar el desarrollo de la inteligencia emocional en la educación inicial. Para ello, se realizó una revisión bibliográfica en diferentes tipos de fuentes fiables, tanto las convencionales como las virtuales. Se concluye que el desarrollo de la inteligencia emocional en el nivel inicial de educación es fundamental para el desarrollo integral de los niños, y solo a partir del fortalecimiento de habilidades como la autoconciencia, la autorregulación y la empatía se fijan las bases para el bienestar emocional, social y académico. La promoción de la inteligencia emocional desde la educación inicial no solo favorece el desarrollo de habilidades interpersonales e intrapersonales, sino que también mejora el rendimiento académico y las formas de desenvolverse ante diferentes contextos.

Palabras claves: Inteligencia emocional, primera infancia, estrategias pedagógicas.

ABSTRACT

This research aims to describe and analyze the development of emotional intelligence in early childhood education. To this end, a literature review was conducted using various reliable sources, both conventional and virtual. It is concluded that the development of emotional intelligence in early childhood education is fundamental for children's comprehensive development, and that only by strengthening skills such as self-awareness, self-regulation, and empathy are the foundations for emotional, social, and academic well-being laid. Promoting emotional intelligence from early childhood education not only favors the development of interpersonal and intrapersonal skills but also improves academic performance and coping skills in different contexts.

Keywords: Emotional intelligence, early childhood, pedagogical strategies.

INTRODUCCIÓN

La forma en que las emociones se desarrollan en los primeros años influye decisivamente en el bienestar emocional y social infantil. Estos primeros años de vida son importantes porque, en ellos, los niños empiezan a construir su personalidad emocional y, también, están aprendiendo a relacionarse con el entorno que les rodea. Aquí tienen un rol muy importante los padres o cualquier persona que realice la tarea de cuidar a los niños, pues su labor fortalece dicha inteligencia. Asimismo, los educadores también son un gran apoyo de los niños a la hora de trabajar la inteligencia emocional siendo sus interacciones aquellas que ayudan a los niños a identificar y regular sus emociones.

La adquisición de habilidades de la inteligencia emocional en la primera infancia es de suma importancia porque el niño aprende a reconocer y gestionar sus emociones, lo que ayuda a la autorregulación de estas y evita comportamientos poco adaptativos o reactivos, además, promueve habilidades sociales fundamentales como la empatía, la disposición a la cooperación y la gestión de los conflictos, todos ellos factores esenciales para poder establecer relaciones óptimas en sus relaciones familiares y escolares. Además, diferentes investigaciones muestran que un abordaje temprano de la inteligencia emocional ayuda a una mejor plasticidad emocional, uno de los determinantes de los

mejores logros académicos y de la posibilidad de afrontar situaciones de desigualdad o bienestar en un contexto socioemocional complejo.

Los docentes de educación inicial tenemos que conocer y reconocer las bases de la inteligencia emocional y, en la interacción con los niños, se tienen que evidenciar actividades que contribuyan a fortalecerla; de igual manera, el niño debe ver, en su docente, a una persona equilibrada emocionalmente que sabe regular o gestionar sus propias emociones.

El objetivo de la monografía es fundamentar, desde la literatura científica, la inteligencia emocional en los niños de educación inicial, revisando las principales teorías que la sustentan, identificando sus componentes, su relación con el desarrollo cognitivo, los factores que influyen en su desarrollo y revisando estrategias didácticas para fortalecerla.

En cuanto al marco metodológico, para elaborar esta monografía teórica se ha revisado y analizado diversas fuentes documentales: libros, artículos científicos y páginas web confiables.

La estructura del trabajo comprende la introducción, el desarrollo donde se explican temas relevantes relacionados con el desarrollo de la inteligencia emocional y, finalmente, se presentan las conclusiones y referencias consultadas.

DESARROLLO TEMÁTICO

1. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.1. Definición y componentes de la inteligencia emocional

Según Mayer y Salovey (1997, como se citó en Martínez et al., 2011), la Inteligencia Emocional (IE) se entiende como la capacidad para reconocer, comprender, analizar y gestionar tanto las propias emociones como las de los demás. Este concepto resulta fundamental en el proceso de toma de decisiones, ya que, como afirma Arrabal (2018), las emociones influyen en aproximadamente el 95% de las elecciones, incluso en aquellas que aparentan ser exclusivamente racionales.

La gestión y control de las emociones son aspectos clave dentro de la inteligencia emocional, pues permiten a los individuos no solo reconocer y comprender sus sentimientos, sino también regularlos de manera efectiva en situaciones diversas. Esta capacidad es esencial en el contexto profesional y personal, ya que facilita la toma de decisiones más equilibradas y menos impulsivas. El autocontrol emocional, como señala Goleman (1995), contribuye a la autorregulación de los estados emocionales, reduciendo respuestas automáticas que podrían perjudicar el rendimiento y las relaciones interpersonales. Así, una adecuada gestión emocional promueve el bienestar y la efectividad en la interacción social.

Además, el psicólogo Goleman (1995), precursor en la difusión del rol fundamental que desempeña la IE tanto en la vida cotidiana como en el ámbito laboral, afirma que esta se sitúa por encima del cociente intelectual y que está compuesta por cinco puntos clave:

- Autoconciencia emocional: Permite a la persona conocerse a sí misma, comprender sus emociones y sentimientos, y tomar conciencia de cómo estos influyen en las decisiones que se toman.

- Autorregulación emocional: Consiste en aceptar y manejar la intensidad e influencia de las propias emociones, permitiendo que las decisiones se tomen de manera consciente frente a diversas situaciones. Esto incluye la consideración tanto de pensamientos positivos como negativos, para lograr ejercer un mejor control sobre ellos y, por ende, sobre las emociones.

- Automotivación: Es la fuerza interna que impulsa a una persona a alcanzar los objetivos o sueños que se ha trazado, tomando como base y prioridad los motivos que la conducen.

- Empatía: Es la capacidad de comprender las opiniones, emociones y sentimientos de otra persona, sin necesidad de coincidir con ellos, pero con la disposición de ponerse en su lugar, practicar la escucha activa y ofrecer la ayuda necesaria.

- Habilidades sociales: son las capacidades que tiene una persona para relacionarse con los demás utilizando capacidades como la expresión y la comprensión de los sentimientos propios y de los demás, la práctica de los valores, la práctica de resolver conflictos.

Asimismo, se destaca a la motivación y al afecto como componentes clave de la inteligencia emocional. La motivación impulsa a las personas a alcanzar sus objetivos y a persistir en sus esfuerzos, incluso frente a obstáculos. Según Goleman (1995), "la motivación es la clave para hacer frente a las dificultades" (p. 45), ya que nos permite mantener el foco y la energía en tareas que requieren esfuerzo y dedicación. La capacidad de automotivarse es fundamental para el éxito personal y profesional, ya que está estrechamente

vinculada a la perseverancia, la autodisciplina y la capacidad de superar desafíos.

El afecto, por su parte, juega un papel crucial en la inteligencia emocional al influir en cómo interactuamos con los demás y cómo manejamos nuestras emociones. El afecto positivo fortalece las relaciones interpersonales y promueve un ambiente de apoyo y colaboración. Según Fernández-Berrocal y Extremera (2006), “el afecto positivo es el motor que facilita la creación de vínculos emocionales saludables” (p. 98). Esta conexión emocional no solo mejora la comunicación, sino que también facilita la resolución de conflictos y la empatía, aspectos esenciales en cualquier contexto social.

1.2. Relación entre emociones y cognición en el desarrollo infantil

El periodo de la primera infancia presenta una fuerte unión entre emociones y cogniciones (Campos et al., 2004), ya que las emociones no tienen solamente repercusiones en las conductas observables de los niños, sino también en procesos mentales más elaborados como pueden ser la memoria, la atención y el aprendizaje. Esto implica que las vivencias emocionales en la primera infancia tienen un claro impacto en un desarrollo cognitivo posterior. Un ejemplo de lo que se ha puesto de relieve es el del apego seguro durante la primera infancia.

Aquellos niños que viven vínculos afectivos positivos y estables como pueden ser los de un ambiente familiar y educativo seguro se verán emocionalmente respaldados y podrán concentrarse más en la enseñanza y exploración del mundo que les rodea que aquellos que provienen de una infancia emocionalmente insegura o caótica, lo cual repercute en capacidades cognitivas muy importantes (ej. atención y memoria) y el vínculo eventual con el rendimiento académico y/o con el desarrollo social posterior.

Izard (2009) por su parte señala la extrema importancia en enseñar a los niños a identificar sus emociones y gestionarlas. Los niños que poseen habilidades emocionales no solo sienten bienestar emocional, sino que también poseen una capacidad de motivación más elevada con la que pueden abordar problemas de una forma más correcta, así como establecer relaciones sociales

no destructivas y fecundas. La habilidad de poseer habilidades emocionales para manejar adecuadamente las propias y las de los demás es una variable que hace referencia de forma determinante a resolver conflictos y de desarrollar las relaciones sociales. Todo esto contribuye a un impulso cognitivo más adecuado, ya que los niños pueden estar más enfocados en sus tareas y en la resolución de problemas, sin verse distraídos o bloqueados por emociones desbordadas.

Por lo tanto, el desarrollo emocional y cognitivo están profundamente entrelazados, y promover una buena gestión emocional en la primera infancia es clave para el bienestar y el aprendizaje a lo largo de toda la vida.

1.3. Importancia de la inteligencia emocional en la primera infancia

La afirmación de Denham (2006) y Goleman (2006), pues para ellos la inteligencia emocional se empieza a desarrollar en los primeros años de vida, siendo este un periodo importante para que los niños se inicien en este proceso de adquisición de competencias emocionales que se dan en el proceso de interacción social que tienen con su entorno más cercano, ya que los niños que muestran niveles superiores de inteligencia emocional suelen presentar mejores condiciones de manejo de estrés y ansiedad, suelen tener relaciones interpersonales saludables, así como un eficaz y adaptado desenvolvimiento en el contexto escolar.

También Jiménez-Valencia (2024), hace especial énfasis en que fomentar la inteligencia emocional en la primera infancia no solo les ayuda a los niños a reconocerlas y manejarlas adecuadamente y, por tanto, favorece otras habilidades como son la empatía, la creatividad, la autonomía, el autocontrol y la resolución de conflictos, sino también que en el ámbito educativo, como la autora también indica, el rol del docente no debe excluir la enseñanza de contenidos sino promover la capacidad para generar un buen ambiente emocional en el aula, y por esta razón atender a las necesidades emocionales en esta etapa es un aspecto clave para garantizar el desarrollo óptimo en un sentido más amplio en la persona.

2. FUNDAMENTOS TEÓRICOS SOBRE EL DESARROLLO EMOCIONAL EN LA INFANCIA

2.1. Teoría del apego de John Bowlby

A través de su investigación, Bowlby (1980), manifiesta la relevancia de las relaciones afectivas en la infancia, observando que el apego tiene un papel primordial en el manejo de las emociones y el reconocimiento del mundo a partir de la seguridad. La teoría del apego que propone el autor en 1960 sostiene que las relaciones establecidas por los niños con las personas que los cuidan son imprescindibles para garantizar la base segura, la cual permite conciliar la búsqueda de apoyo afectivo con el deseo de autonomía en el aprendizaje.

Este esquema teórico ha sido complementado por investigaciones como las de Ainsworth et al. (1978) y Denham (2006), que demostraron cómo el estilo de apego que desarrolle un niño será un factor determinante en la construcción de su inteligencia emocional; es decir, si el niño desarrolla un apego seguro, el niño obtendrá una serie de herramientas que le permitirán identificar y regular sus emociones, pensamientos y comportamientos, lo cual fortalece su capacidad para afrontar una serie de retos emocionales. Por el contrario, Cassidy (2008), ha apuntado que el apego inseguro dificultará el proceso de la autorregulación emocional que, a largo plazo, podría dar lugar a problemas conductuales o emocionales.

2.2. El papel de la interacción social en el desarrollo emocional según la Teoría Sociocultural de Vygotsky

De acuerdo con la Teoría Sociocultural de Vygotsky (1978), el desarrollo cognitivo y emocional de los niños está condicionado por su entorno social. Los niños, al observar e interactuar con las personas que los rodean, interiorizan tanto las conductas como las emociones, especialmente en el marco de la zona de desarrollo próximo (ZDP). Este espacio facilita el aprendizaje de nuevas habilidades emocionales a través del trabajo conjunto, como ocurre en el entorno escolar con el apoyo del docente. Es decir, no se trata solamente de que las habilidades se transfieran de quien sabe más a quien sabe menos, sino de

emplear la mediación como un recurso para construir y compartir significados de manera colaborativa.

López (2017) señala que, según Vygotsky, los mediadores son herramientas clave para el desarrollo cognitivo, social y emocional de los estudiantes. Por ello, deben integrarse en el proceso de enseñanza desde las etapas iniciales de la educación escolar. En este sentido, concibe la interacción social como un proceso mediado por la sociabilidad y la historia, que transforma las funciones psicológicas básicas del niño en funciones superiores. También resalta el hecho de que el lenguaje, además de ser un instrumento para la adquisición de conocimiento, actúa como mediador que influye tanto en las emociones de los niños como también en cómo configuran sus relaciones sociales.

En esta línea de reflexión, Vygotsky manifiesta que, a medida que los niños aprenden a verbalizar sus emociones, también comienzan a desarrollar la capacidad para moderarlas. Con este sentido pone de relieve la importancia de la mediación por parte de los adultos, sobre todo de los educadores y de los padres, quienes deben poner a disposición los medios idóneos para guiar a los niños en el proceso de reconocer y regular las emociones. Este proceso, como señala Vygotsky, forma parte del dinamismo dialéctico mediante el cual el niño se relaciona con su entorno (Chaves, 2001).

2.3. Teoría de las emociones de Paul Ekman

Ekman (1992) sostiene que las expresiones faciales directamente vinculadas a las emociones son innatas y universales en el ámbito del estudio de las emociones, y desmonta la idea de que dependan de la cultura para su manifestación; esta teoría, considerada básica en el estudio del desarrollo emocional, establece conceptos básicos para comprender cómo los niños, al inicio de su desarrollo, pueden reconocer, clasificar y expresar sus propias emociones a partir de sus gestos faciales y su comportamiento.

En este sentido, el autor pone de manifiesto la importancia de que los niños aprendan a identificar las emociones básicas tales como la ira, el miedo, el asco, la tristeza, la alegría y la sorpresa; siendo este conocimiento el que les

permite reconocer sus propias emociones en situaciones diversas, así como las emocionales ajenas.

De igual manera, añade que las emociones básicas cuentan con una función adaptativa, permitiendo a las personas responder adecuadamente a las demandas del medio en el que se encuentran, pero añade Goleman (1995) que, al intensificarse las emociones, tal como sucede con el miedo o con la ira, hace falta un proceso de autorregulación para las tales emociones.

2.4. El rol de las emociones en la identidad y autonomía infantil

De acuerdo a Erikson (1963), "la infancia comprende un período crucial en el cual se forma la percepción del mundo". En este sentido, pone a la confianza como base importante de un desarrollo emocional adecuado, permitiendo que el niño se sienta seguro, erigiendo su identidad y fortaleciéndose como un niño digno de confianza. El autor puntualiza que aquí la confianza debe basarse en un cuidado sensible, respetuoso y sostenido y que se deba atender las necesidades específicas del niño y no únicamente ofrecer muestras de afecto, poco profundas. Así este período se expresa mediante el reto de la confianza frente a la desconfianza.

Erskine (2020) explica que, a medida que el niño crece se va desarrollando físicamente y va perfeccionando la coordinación, además de elaborar su propia definición como sujeto, desarrollando la percepción consciente de lo que le rodea. Además, el autor señala que este proceso debe desarrollarse en un entorno seguro y con un apoyo constante. De esta manera, el niño desarrolla su autonomía individual y, según Herrera et al. (2024), también fortalece su autonomía emocional.

Ambas autonomías contribuyen a que el niño sea más resiliente, enfrente con mayor facilidad sus desafíos emocionales y mejore su bienestar emocional. Sin embargo, Erikson (1963) advierte que la falta de una base sólida de confianza podría llevar al niño a desarrollar una consciencia prematura, ejercer un control desmedido, volverse obsesivo y, en la adultez, adoptar actitudes rígidas y autoritarias.

2.5. La influencia de la cultura en el desarrollo emocional

Saarni (1999), considera que los niños adquieren la capacidad de comprender, expresar y gestionar sus emociones según las normas culturales de su contexto. Es decir, su desarrollo emocional está condicionado por su cultura. Por ejemplo, en algunas culturas, las emociones como la tristeza o la ira son percibidas como inadecuadas, lo que provoca que los niños sientan miedo o vergüenza al expresarlas y, en consecuencia, tiendan a reprimirlas. Por el contrario, en culturas donde expresar emociones no es sinónimo de inapropiado, los niños desarrollan una mejor comunicación emocional.

Asimismo, Riquelme et al. (2019), refuerzan esta idea al señalar que la cultura define tanto las formas aceptables de regulación como los estados emocionales ideales. Esto proporciona directrices que determinan qué conductas emocionales son vistas como apropiadas o inapropiadas dentro de una comunidad. Según los autores, estas creencias son transmitidas principalmente por padres y docentes, quienes, dependiendo de su cultura, moldean el desarrollo emocional de los niños.

3. DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA PRIMERA INFANCIA

3.1. Etapas del desarrollo emocional en la primera infancia

El desarrollo emocional durante la primera infancia se divide en diferentes etapas, que abarcan desde el nacimiento hasta los seis años. Estas etapas no están determinadas únicamente por factores biológicos, sino también por el contexto social y cultural en el que el niño se desarrolla.

Etapas de 0 a 2 años: reconocimiento y regulación de emociones básicas.

Izard (2009), afirma que, en esta etapa, el infante experimenta emociones básicas como la ira, el miedo, la sorpresa y la alegría, las cuales pueden manifestarse de diferentes maneras. Por ejemplo, una sonrisa o una risa pueden reflejar disfrute o respuesta a la interacción social, mientras que el llanto

puede ser una forma de expresar incomodidad o hambre, entre otras necesidades.

Además, según la teoría del apego de Bowlby (1980), el bebé empieza a reconocer las emociones de sus cuidadores principales y a formar vínculos afectivos con ellos. En este sentido, cuando un bebé logra calmarse después de interactuar con sus cuidadores, especialmente con sus padres, esto indica que está comenzando a desarrollar su autorregulación emocional, la cual, a medida que crezca, continuará fortaleciéndose.

Etapa de 2 a 4 años: Expresión e identificación de emociones.

Durante esta etapa, Goleman (2006), plantea que los niños comienzan a tomar conciencia de sus emociones y a expresarlas verbalmente. Además, sostiene que, mediante la interacción social, aprenden a identificar las emociones de los demás observando sus expresiones faciales y conductuales, así como el tono de voz.

En cuanto a lo señalado, Denham (2006), relaciona la capacidad de identificar las emociones de los demás con el desarrollo de la empatía en los niños, lo que sienta las bases para la construcción de relaciones interpersonales saludables. Por ejemplo, si un compañero está triste, el niño podría sentirse preocupado, o si alguien se encuentra herido, intentará ayudarlo.

Etapa de 4 a 6 años: Autorregulación y relaciones sociales.

En esta etapa, los niños, aunque todavía dependen del apoyo y la orientación de los adultos, comienzan a desarrollar una mayor capacidad de autorregulación emocional a medida que incrementan sus interacciones sociales (Vygotsky, 1978). Un ejemplo de ello se observa en situaciones de ira, donde progresivamente aprenden a gestionar sus impulsos.

Contini y Betina (2011), señalan que, para ser aceptados socialmente, los niños deben aprender a regular sus emociones, lo que les facilita resolver conflictos mediante estrategias eficaces. También mencionan que, a los cuatro años, los niños, al contar con un concepto básico de sí mismos, encuentran más

sencillo entablar relaciones de amistad, especialmente con aquellos que muestran gestos afectuosos como sonrisas o saludos.

Además, las autoras hacen énfasis en las actividades lúdicas, como el juego de roles, que ayuda a los niños a fortalecer sus habilidades sociales y a superar su egocentrismo infantil. Asimismo, a través de juegos grupales, los niños desarrollan habilidades como la comunicación efectiva, el liderazgo y el trabajo en equipo.

3.2. Factores que influyen en el desarrollo emocional de los niños

El desarrollo emocional de los niños está condicionado por una serie de factores biológicos, sociales y culturales. Entre estos, se encuentran:

Factores biológicos: Según Izard (2009), los bebés nacen con una predisposición biológica para experimentar emociones básicas. En este sentido, Integratek (2023), explica que el cerebro regula las emociones mediante una compleja red de áreas cerebrales interconectadas, entre las cuales destacan dos como las más importantes. La primera es la amígdala, encargada de procesar las emociones básicas y de enviar señales al cuerpo para prepararlo ante diversas situaciones. La segunda es la corteza prefrontal, que interviene en la regulación emocional y facilita la toma de decisiones.

El apego y la relación con los cuidadores: Bowlby (1980), afirma que, según el tipo de apego que el niño desarrolle con sus cuidadores principales, se definirá su desarrollo emocional. Si desarrolla un apego seguro, el niño explorará su entorno con confianza. Por el contrario, un apego inseguro limitará el desarrollo pleno de sus habilidades emocionales. Por ello, considera que las interacciones basadas en la atención, la consistencia y las necesidades del niño no deben ser tomadas a la ligera, ya que representan la base para un desarrollo emocional equilibrado.

El entorno cultural: Saarni (1999), sostiene que la cultura es otro de los factores que influyen en el desarrollo emocional de los niños. Según la autora, la cultura define qué emociones se consideran apropiadas y cuáles no, además de establecer la forma en que deben ser expresadas.

El papel de la educación: En el contexto escolar, los docentes tienen el deber de ofrecer al niño un ambiente emocional favorable donde se sienta seguro y pueda aprender a identificar y expresar sus emociones. Asimismo, las escuelas deben implementar programas de educación emocional que promuevan la empatía, la resolución de conflictos y la colaboración entre compañeros (Denham, 2006).

La influencia del juego: Vygotsky (1978), menciona que, a través del juego simbólico, los niños tienen la capacidad de crear diversos escenarios que les permiten expresar sus emociones y desarrollar habilidades emocionales, como la regulación emocional y la resolución de conflictos, las cuales pueden aplicar posteriormente en su vida diaria.

3.3. Impacto de un desarrollo emocional saludable en la primera infancia

Los niños que desarrollan una buena autoconciencia emocional y habilidades de autorregulación son más propensos a tener un buen rendimiento académico, relaciones interpersonales exitosas y una adaptación positiva a los cambios y desafíos de la vida (Denham, 2006).

La capacidad de gestionar las emociones de manera adecuada también está vinculada a una menor probabilidad de desarrollar trastornos emocionales en la adolescencia y adultez. Según Goleman (1995), las personas que han desarrollado una alta inteligencia emocional en su infancia tienen más facilidad para manejar el estrés y la ansiedad, lo que les permite afrontar de manera efectiva las demandas de la vida adulta.

4. ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PARA DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

La educación desempeña un papel fundamental en el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños, especialmente durante la primera infancia. Esta etapa, que abarca los primeros años de vida, es crucial porque los niños son particularmente sensibles a las experiencias y estímulos que provienen de su entorno inmediato, ya sea en el hogar o en el ámbito educativo. El aprendizaje

emocional no es un proceso aislado ni restringido: se encuentra estrechamente relacionado con los contextos en los que se desarrollan los niños.

En este sentido, el entorno escolar es uno de los elementos que más puede contribuir a su aprendizaje, puesto que es el contexto donde aprenden cómo relacionarse con los demás, cómo identificar y manejar sus emociones, así como qué habilidades han de ir adquiriendo para poder superar situaciones variadas a lo largo de su vida. Son muchos los elementos que participan en el proceso del desarrollo de la inteligencia emocional en la infancia: el currículo escolar, las relaciones con educadores y compañeros/as, el clima escolar, las técnicas de enseñanza que se llevan a cabo en el aula.

4.1. Integración de actividades emocionales en el currículo escolar

La integración de todas las actividades emocionales en el currículo escolar es una de las estrategias más eficaces para fomentar la inteligencia emocional en los niños. Para Goleman (1995), el currículo escolar no debe permitir únicamente la adquisición de contenidos académicos, sino que debe también facilitar el desarrollo emocional de los niños; a través de actividades como el juego de roles, las dramatizaciones, por ejemplo, los niños tienen la posibilidad de experimentar diferentes situaciones emocionales. Esta forma de actuar favorece el aprendizaje; aumentando su capacidad para conocer y aprender sobre las emociones. A través de las dramatizaciones, los juegos de rol, los niños pueden representar situaciones ficticias para aprender sobre las emociones. Gracias a ello, pueden aprender a conocer y a comprender sus propias emociones y las de los demás en diferentes situaciones.

La lectura de cuentos y las discusiones sobre emociones permiten reflexionar y hablar sobre las experiencias de las emociones. Por ejemplo, a partir de un cuento les estamos ayudando a conocer y comprender cuál es la experiencia de la emoción en otras personas. Hacia el reconocimiento del estado emocional ajeno se les va haciendo partícipes de los propios sentimientos. Lo que hemos dicho supone que no solo les vamos a ayudar a identificar lo que sienten, sino que también vamos a ponerles en la experiencia de sentir lo que sienten los demás; en definitiva, se trata de desarrollar también su empatía.

4.2. Fomento de la empatía

La promoción de la empatía es, junto a la independencia, una de las columnas en las que se asienta el desarrollo de la inteligencia emocional en la infancia. Zins et al. (2004), destacan la importancia de realizar actividades de modo que los niños logren entender las emociones de los demás y aprender a reaccionar de forma adecuada. Los juegos cooperativos, las actividades de resolución de conflictos o los full-conversatorios son actividades que favorecen la empatía. En estas actividades, los niños tienen la oportunidad de expresar cómo se sienten en los diferentes tipos de situaciones, pues facilita que entiendan que las emociones de los demás son tan válidas como las suyas propias. La empatía no solo refuerza las relaciones entre las personas, sino que favorece la construcción de una escuela menos tensa y conflictiva. Un niño que aprende a reconocer las emociones de sus compañeros, y aprende a responder con empatía y ayuda, desarrolla habilidades sociales que le beneficiarán tanto en la escuela como en el ámbito personal.

4.3. Desarrollo de la autorregulación emocional

La autorregulación emocional representa una competencia fundamental en el contexto de la inteligencia emocional. En este sentido, tal y como apunta Gross (2002), se refiere a la capacidad que tiene el individuo para llegar a gestionar las distintas emociones (y especialmente aquellas vividas en situaciones de estrés, frustración o ansiedad) con eficacia. Por ello, es fundamental enseñar a los niños, desde una edad temprana, técnicas que les permitan hacer esto de forma autónoma. El uso de actividades tales como la meditación, la respiración profunda o las "pausas emocionales" pueden, efectivamente, llevarse a cabo en el aula. Con ello, los niños pueden aprender a calmarse por sí mismos; especialmente en situaciones emocionalmente vividas como la ira o la ansiedad. La autorregulación emocional de la que vamos hablando también comporta el hecho de que los niños que controlan sus emociones alcanzan una mayor capacidad de concentrarse y de tomar decisiones, lo que implica que la autorregulación emocional también tiene impactos sobre el rendimiento académico. Por lo tanto, los docentes tienen que

proporcionarles la oportunidad de practicar estas técnicas de forma habitual, en un entorno que favorece su aprendizaje emocional.

4.4. Creación de un ambiente escolar emocionalmente aceptante

Desarrollar un entorno emocionalmente aceptante en la escuela es otro de los aspectos que contribuye al desarrollo de la inteligencia emocional. En la escuela, los niños deben sentirse en un clima en el que pueden expresar las emociones sin miedo al rechazo o la crítica, debiendo ser el propio educador una guía en este sentido, mostrando la empatía y comprensión hacia las emociones de los niños. Piaget (1932), afirma: "Si bien el aprendizaje se organiza en primera instancia a través del entorno físico, es en el entorno social donde se produce el aprendizaje de forma más clara". Lo que significa que un ambiente emocionalmente aceptante hará que el alumno se sienta más seguro para compartir su experiencia o sus emociones, provocando un mejor desarrollo social y emocional. Un clima emocional aceptante en el aula implica mejorar las relaciones entre los niños y el educador, pero también se amplía el aprendizaje social y emocional favoreciendo el apoyo entre los propios niños. Cuando el niño siente que el entorno escolar es un lugar donde puede expresar los sentimientos con seguridad, se siente menos inhibido para aprender y participar en las propuestas de actividades.

En resumen, la inteligencia emocional en la primera infancia presenta un proceso complejo que depende de muchas variables (los conocimientos que se incluyen dentro del currículo, las estrategias pedagógicas que se utilizan y el entorno escolar). Las actividades emocionales y su inclusión dentro del currículo, la atención hacia el desarrollo de la empatía, el desarrollo de la regulación emocional y la creación de un clima emocionalmente aceptante; son estrategias determinadas que pueden fomentar este desarrollo. La educación emocional no solo nos ayuda a los niños para comprender las emociones y regularlas, sino también para la experiencia de los niños en la relación con el otro, utilizando la empatía como recurso. Por lo tanto, los niños no solo aprendan habilidades emocionales que los acompañarán durante toda la vida sino que también la manera de relacionarse con los demás les ayuda a construir relaciones más saludables.

CONCLUSIONES

- La inteligencia emocional es algo muy importante en la niñez y en el bienestar de los niños y su relación con el otro, ya que a lo largo de los primeros años de la infancia los niños no tienen solo que aprender a identificar las diferentes emociones y a expresarlas, sino también a regularlas, sustentando así el desarrollo de buenas relaciones sociales y buena salud emocional.
- El desarrollo de la inteligencia emocional se da siguiendo un proceso bastante complejo que queda determinado por las condiciones biológicas, sociales y culturales que rodean al niño, las teorías que explican el desarrollo de la inteligencia emocional, como la del apego de Bowlby, la sociocultural de Vygotsky o los estudios que tienen que ver con las emociones básicas de Ekman, nos dan las claves para poder entenderlo. Las relaciones afectivas con el niño que se ocupa de ellos dan la seguridad emocional que necesitan y las interacciones sociales y el lenguaje permiten que el niño vaya tomando conciencia de sí mismo y pueda regular sus emociones.
- El desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia no se limita a influir únicamente en una etapa específica; por el contrario, establece los cimientos esenciales para el bienestar emocional y la calidad de las relaciones sociales a lo largo de toda la vida. Desde la identificación temprana de las propias emociones hasta la adquisición de habilidades para gestionar adecuadamente los conflictos interpersonales, cada etapa del proceso formativo del niño es crucial para lograr una adaptación exitosa al entorno social. En este sentido, el rol desempeñado por los cuidadores y los contextos culturales resulta fundamental, ya que las experiencias vividas en la infancia ejercen una influencia determinante en dicho desarrollo emocional.

REFERENCIAS

- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patrones de apego: Un estudio psicológico de la situación extraña*. Erlbaum.
- Arrabal, E. (2018). *Inteligencia Emocional*. Editorial Elearning S.L.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=bp18DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA5&dq=inteligencia+emocional+&ots=RsE-glfVJt&sig=h9g3ZaiMoL6qV2urYQp7DO6eZ0U#v=onepage&q&f=false>
- Bowlby, J. (1980). *El apego y la pérdida*. Ediciones Morata.
- Campos, J., Frankel, C., & Camras, L. (2004). Regulación emocional y desarrollo. *Manual de Ciencias Afectivas*, 409–428.
- Cassidy, J. (2008). La naturaleza de los vínculos del niño. *Manual de Apego: Teoría, Investigación y Aplicaciones Clínicas*, 3–22.
- Chaves, A. (2001). Implicaciones Educativas de la Teoría. *Revista Educación*, 25(2), 59–65. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44025206.pdf>
- Contini, N., & Betina, A. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos En Humanidades*, XII(23), 159–182. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18424417009.pdf>
- Denham, S. (2006). La competencia socioemocional como apoyo para la preparación escolar: ¿Qué es y cómo la evaluamos? *Early Education and Development*, 17(1), 57–89. https://doi.org/10.1207/s15566935eed1701_4%0D
- Ekman, P. (1992). *Un argumento a favor de las emociones básicas*. *Cognición y emoción*. 6(3–4), 169–200. <https://doi.org/10.1080/02699939208411068>
- Erikson, E. (1963). *Infancia y sociedad* (Vol. 2).
- Erskine, R. (2020). Desarrollo Infantil en Psicoterapia Integrativa. *Revista de Psicoterapia*, 31(117), 213–232. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i117.390>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional: Por qué puede importar más que el coeficiente intelectual*. Bantam Books.
- Goleman, D. (2006). *La inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Gross, J. (2002). Regulación de las emociones: consecuencias afectivas, cognitivas y sociales. *Psychophysiology*, 39, 281–291. <http://dx.doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Herrera, E., Pastrana, L., & Rendón, I. (2024). La autonomía emocional en la primera infancia como una habilidad para la vida. *Sinergia Académica*, 7(Especial), 168–195. <https://doi.org/10.51736/sa.v7iespecial.205>
- Integratek. (2023). *Cerebro, emoción y educación*. <https://integratek.es/2023/04/05/cerebro-emocion-y-educacion/>

- Izard, C. (2009). Teoría e investigación de las emociones: Aspectos destacados, preguntas sin respuesta y temas emergentes. *Annual Review of Psychology*, 60, 1–25. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163539>
- Fernández-Berrocal, P., & Extremera, N. (2006). *La inteligencia emocional: Nuevas fronteras de la psicología*. Ediciones Pirámide.
- Jiménez-Valencia, N. (2024). Convivencia en el aula. Un análisis teórico de la inteligencia emocional en primera infancia. *Revista Científica Especializada En Educación y Ambiente*, 3(1), 149–169. <https://up-rid.up.ac.pa/8067/1/4043>
- López, A. (2017). La teoría sociocultural y la concepción del desarrollo cognitivo. *Revista Contribuciones a Las Ciencias Sociales*. <https://www.eumed.net/rev/cccss/2017/02/desarrollo-cognitivo.zip>
- Martínez, A., Piqueras, J., & Inglés, C. (2011). Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 1–24. <https://reme.uji.es/articulos/numero37/article6/article6.pdf>
- Piaget, J. (1932). *El juicio moral del niño*.
- Riquelme, E., Miranda-Zapata, E., & Halberstadt, A. (2019). Creencias de los adultos sobre la emoción de los niños: una propuesta de exploración en contextos de diversidad cultural. *Estudios Pedagógicos*, 45(2), 61–81. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052019000200061>
- Saarni, C. (1999). *El desarrollo de la competencia emocional*.
- Vygotsky, L. (1978). *La mente en la sociedad: desarrollo de procesos psicológicos superiores*. <https://doi.org/10.2307/j.ctvjf9vz4>
- Zins, J., Weissberg, R., Wang, M., & Walberg, H. (2004). *Construyendo el éxito académico sobre la base del aprendizaje social y emocional*.