

**Didáctica a través de las emociones positivas en educación infantil.
Presentación CUPEDAEP**

**Didactics through positive emotions in children's education.
CUPEDAEP presentation**

DOI:10.34117/bjdv7n1-276

Recebimento dos originais: 12/12/2020

Aceitação para publicação: 12/01/2021

Jose María Rabal Alonso

Especialista en Investigación e Innovación en educación

Instituição: Universidad de Murcia

Calle Campus Universitario, 12, 30100 Murcia

E-mail: josemaria.rabal@um.es

Marta Pérez Martínez

Graduada Educación Infantil

Instituição: RG Formación

Calle Rosalía de Castro, 44, 30107 Murcia

Ana Ruiz Alonso

Graduada Educación Infantil

Instituição: RG Formación

Calle Rosalía de Castro, 44, 30107 Murcia

Marta Méndez Montoya

Graduada Educación Infantil

Instituição: RG Formación

Calle Rosalía de Castro, 44, 30107 Murcia

María González Romero

Especialista en investigación e innovación educativa

Instituição: Universidad de Murcia

E-mail: maria.g.r@um.es

RESUMEN

En este trabajo se pretende exponer la importancia de las emociones en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica sobre el concepto de inteligencia e inteligencia emocional. Posteriormente hemos analizado las emociones positivas y la importancia de estas en el desarrollo de los niños y niñas, así como la aplicabilidad de estas a partir de la educación emocional teniendo como referencia la teoría de Inteligencias Múltiples de Howard Gardner. Finalmente hemos realizado un cuestionario basado en una escala LIKERT en donde planteamos una serie de cuestiones en relación con las emociones y emociones positivas con el fin de aplicarlo en intervenciones futuras.

Palabras clave: Didáctica, emociones, inteligencias múltiples, intervención didáctica, educación emocional.

ABSTRACT

In this work we intend to expose the importance of emotions in the teaching and learning process. A bibliographic review has been carried out on the concept of intelligence and emotional intelligence. Subsequently, we have analyzed the positive emotions and their importance in the development of children, as well as their applicability to emotional education, taking Howard Gardner's theory of Multiple Intelligences as a reference. Finally, we have made a questionnaire based on a LIKERT scale where we raise a series of questions in relation to positive emotions and emotions in order to apply it in future interventions.

Key Words: Didactics, emotions, multiple intelligences, didactic intervention, emotional education.

1 INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

Howard Gardner, psicólogo cognitivo, investigador y profesor de la Universidad de Harvard, dedicado a estudiar la cognición humana, propició un cambio conceptual de la inteligencia con la publicación de su gran obra “Frames of Mind: The Theory of Multiples Intelligences” en 1983, donde entonces se propusieron siete de las ocho inteligencias que hoy se consideran (lingüística, lógico-matemática, cinestésica, visual-espacial, musical, interpersonal e intrapersonal). De esta manera, se cuestiona la percepción de inteligencia que se tenía hasta esos días, medida a través del coeficiente intelectual (CI). (Casón, 2016)

Siguiendo a Gardner (1983), tenemos que divide en varias fases la concepción del término inteligencia:

- Teoría Legas: se califica a las personas en “brillantes”, “tontos”, “ingeniosos” o “inteligentes”, según su inteligencia sin tener una definición de la misma.
- Enfoque psicométrico común: en el siglo XIX se intentó delimitar el concepto de inteligencia y fue aquí donde se crearon pruebas de medida de esta, las pruebas de C.I. (Gould, 1981, p.8 citado por Gardner, 1983).
- Pluralización y jerarquización: entiende la inteligencia como la capacidad para resolver problemas y elaborar conceptos.
- Contextualización: se critican teorías sobre la inteligencia que no tienen en cuenta el entorno.

- Distribución: “Se centra en la relación de la persona con las cosas/objetos en un ambiente inmediato, y no en las estructuras y en los valores de un contexto o una cultura más general.” (Gardner, p. 9, 1983)

Finalmente, la Inteligencia fue definida por Gardner como “capacidad para resolver problemas, o para elaborar productos que son de gran valor para un determinado contexto comunitario o cultural” (Gardner, 1995, p.25).

El Proyecto Spectrum, es un intento innovador de Howard Gardner en 1993, el cual trata de fomentar el desarrollo de las inteligencias en niños pequeños, puesto que cada uno tiene un potencial para desarrollar fortalezas. Para ello hay que observar el contexto del niño, tanto sus fortalezas como sus debilidades.

De esta manera tenemos dos tipos de pensamiento, que se representan como dos visiones diferentes sobre la inteligencia que afectan a la educación:

- Pensamiento psicométrico: “La inteligencia es un rasgo innato, general y relativamente inmutable que puede cuantificarse” (Feldman, 2000, p.27)
- Pensamiento cognitivo-evolutivo: “Se considera a la inteligencia como un proceso de construcción de conjuntos de estructuras cognitivas cada vez más potentes” (Feldman, 2000, p. 28)

Las inteligencias múltiples surgieron de que Gardner intentó crear un tipo de evolución que no se basara únicamente en la inteligencia lógico-matemática y la lingüística.

Larivée (2010) expone que el promotor de la teoría de las Inteligencias Múltiples presentó siete inteligencias (lingüística, lógico-matemática, musical, espacial, cinestésica, interpersonal e intrapersonal), añadiendo posteriormente las siguientes: inteligencia naturalista, inteligencia espiritual e inteligencia existencialista (Gardner, 1999, p.116, citado por Larivée, 2010)

A continuación, se va a exponer la definición de las 8 inteligencias múltiples:

- Inteligencia visual-espacial: permite el pensamiento y la manipulación de datos visuales y espaciales percibiendo la realidad mentalmente. Además, hace a la persona sensible a las artes visuales (color, forma y símbolo) (Reyes, 2017).

- Inteligencia cinestésica: capacidad de utilizar el propio cuerpo tanto para plantear problemas como para expresar ideas o sentimientos. (Reyes, 2017). Antunes (1998) explica esta inteligencia como el uso del propio cuerpo de manera extremadamente perfecta con el fin de expresar mediante movimientos la resolución a un problema.
- Inteligencia musical: permite la habilidad en la persona para aprender todos los componentes de la música como pueden ser los ritmos, los tonos y las melodías (Reyes, 2017).
- Inteligencia lingüístico-verbal: capacidad que permite la comunicación. Se pueden transmitir las ideas de pensamiento por medio de palabras y utilizar el lenguaje de manera adecuada. Son capacidades de esta inteligencia: recordar, analizar, crear, ser sensible a los sonidos, significados y funciones de palabras (Del Pozo, 2008).
- Inteligencia lógico-matemática: capacidad que permite percibir modelos y relaciones, plantear y resolver problemas matemáticos, presentar hipótesis, argumentos y desarrollar gráficamente las ideas (Del Pozo, 2008).
- Inteligencia intrapersonal: “Hace referencia a la capacidad de conocernos, aceptarnos y adaptar la propia manera de actuar a este conocimiento” (Del Pozo, 2008, p. 53).
- Inteligencia interpersonal: Del Pozo (2008) destaca la importancia de esta capacidad debido a que los seres humanos viven en sociedad y no de manera individual. Por ello, permite la relación con los demás, la comprensión de los sentimientos de otros para el mantenimiento de relaciones estables y la creación de roles dentro de un grupo.
- Inteligencia naturalista: “Se manifestará en personas atraídas por el mundo natural, con extrema sensibilidad para identificar y entender el paisaje natural, e incluso, un cierto sentimiento de éxtasis ante el espectáculo no creado por el ser humano” (Antunes, 1998, p. 51).

Gardner (1995) explica que estas inteligencias están presentes en todo individuo, aunque con diferencias en cuanto al grado de presencia de cada una de ellas. Esta teoría es de gran importancia en el marco educativo.

La educación tradicional centra todas sus miras en los contenidos lingüísticos y lógico-matemáticos, es decir, únicamente se centra en trabajar dos de las ocho

inteligencias que Gardner propuso en su momento. Frente a esto, se encuentra la visión comprobada por la que estimulando cada una de las inteligencias y haciendo ver al alumnado que puede conseguir propósitos en diferentes ámbitos, estos crecen sintiéndose más competentes, pues son valorados por lo que consiguen y no infravalorados por sus insuficiencias (García, 2017)

Reyes (2017) se posiciona en la misma vertiente, cada alumno/a posee las ocho inteligencias que va a desarrollar hasta alcanzar un buen nivel. Lo primero que el alumnado muestra son lo que Gardner denomina “proclividades”, es decir, inclinaciones hacia algunas de estas inteligencias que hacen más fácil el aprendizaje de competencias relacionadas con esta. Por ejemplo, si un niño muestra proclividades hacia la inteligencia musical tendrá menor dificultad en aprender contenidos pertenecientes a este campo.

La inteligencia emocional ha estado presente a lo largo de nuestra historia, diferentes acontecimientos y hechos provocan en el ser humano una serie de emociones que hacen recordar esa situación de una forma positiva o negativa. Aquí es donde entra en juego el concepto de inteligencia, inteligencia emocional y emociones per se.

Por un lado, el concepto de inteligencia ha sido estudiado por varias corrientes pedagógicas a lo largo de la historia y relacionado con el momento evolutivo en el que se encuentra el ser humano. Por otro lado, un conjunto de personalidades han decidido estudiar en las últimas décadas los beneficios de la inteligencia emocional en cuanto al desarrollo humano. Basado en la tesis doctoral titulada “intervención psicopedagógica en inteligencia emocional en educación infantil”. Gelabert, pp. 37

Comenzamos este recorrido histórico por Bowlby (1999) plantea el concepto de apego como un vínculo afectivo que el niño establece con la persona que cuida de él y sienta cubiertas sus necesidades biológicas y por tanto de afecto. Asimismo, permite estar unidos en el espacio y en el tiempo. Vega, F. L. (2010) Es importante partir de esta premisa porque debemos tener en cuenta cómo el niño es aceptado en el entorno en el que va a crecer, se va a formar, etc. según cómo influya su acogida, el niño experimentará una serie de emociones y comportamiento que marcarán las bases de su cimiento en su desarrollo, así como también en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Continuamos este recorrido por otros pedagogos y psicólogos de renombre, puesto que en sus teorías han afirmado que la inteligencia es una aptitud para sobrevivir y progresar en el entorno en el que se encuentra el niño. Chamarro y Oberst (citado en Piaget, 1972. Wechsler 1958).

Esta afirmación es importante tenerla en cuenta, porque una aptitud es un conjunto de capacidades, habilidades que permiten desarrollar con empeño una actividad, ser productivo, útil. Es un paso para realizar una tarea de forma positiva y una idea que debemos comenzar a forjar desde edades tempranas.

Por consiguiente Vigostky relaciona el concepto de inteligencia y de emociones, como una conducta donde las emociones nos ayudan a adaptarnos al contexto donde nos encontramos. Barco, J.M. (2006).

Es de vital importancia, comprender y valorar el estudio de las emociones en determinados contextos, como hemos mencionado anteriormente, el niño nace en el seno de una familia, según cómo sea su acogida así será su desarrollo. Esto mismo ocurre en el entorno social, el contexto más próximo al niño va a ser la escuela según cómo sea su acogida, qué aptitudes tenga, cómo sea su adaptación etc., se desencadenará un conjunto de emociones que le permitirá obtener determinados aprendizajes.

Por último, destacamos a Zazzo (1975) afirma que hay una gran importancia con respecto al juego, entendiéndose como una necesidad innata con respecto a su madre o persona que cuide de él.

Esta afirmación ayuda a complementar otras teorías que hemos explicado anteriormente como la de Bowlby, donde una vez más se hace patente la necesidad de estudiar las emociones de los niños y niñas en edades tempranas, teniendo en cuenta diversos conceptos para llevar a cabo un adecuado proceso de enseñanza y aprendizaje como son: la acogida de los niños en su entorno, sus aptitudes, habilidades, capacidades, que de una forma positiva en primera medida generará un adecuado progreso en su desarrollo.

Una vez visto el recorrido del concepto de inteligencia relacionado con el desarrollo evolutivo de los niños y niñas, así como sus correspondientes teorías pedagógicas y psicológicas, nos vamos a centrar en el componente de la inteligencia emocional, emociones y neuroeducación.

Hablar de emociones es algo complejo, pues en su desarrollo intervienen diversos factores. Así pues nos encontramos diferentes teorías que vamos a plasmar en este recorrido conceptual.

Goleman (1998) en su teoría de la inteligencia emocional expone que las emociones implican un movimiento. Este concepto se relaciona con una aptitud para realizar una tarea, una capacidad, predisposición. Una emoción que genera una respuesta ante una situación, posteriormente habrá que tratar si esa emoción es positiva, negativa o

cómo nos enfrentamos a esa emoción. Esta teoría implicaría un componente físico del niño.

Si bien es cierto que podemos encontrar otra serie de factores que generan emociones como son el cognitivo o el social. Es aquí donde encontramos a autores que exponen que las emociones son reacciones que nos permiten adaptarnos al entorno donde vivimos y poseen un componente comunicativo (Estrada, Ramnés, Martínez e Itzel, 2014). Como docentes debemos tener en cuenta el lenguaje no verbal de nuestros alumnos puesto que nos pueden indicar hechos que ocurren en el día a día que, en determinadas situaciones, los niños no son capaces de expresar en ese momento. Es ese instante donde de forma positiva y amable debemos dejar espacio para que cuenten qué les ha ocurrido en ese momento.

Por último Parkinson (1996) expone que son el componente cultural y social quienes intervienen en el desarrollo de las emociones.

Si observamos con detenimiento, podemos comprobar una relación entre las corrientes psicológicas y pedagógicas y autores que trabajan la inteligencia emocional cómo una serie de factores, siendo éstos genéticos, biológicos, hereditarios, sociales y culturales, contribuyen al desarrollo de las emociones en los niños y niñas y cómo según se trabajen estas emociones incidirán en el desarrollo de los más pequeños de la casa.

Ahora bien, es importante centrar nuestra atención en la psicología positiva, en autores que han expuesto una serie de teorías para tener un bagaje donde trabajar las emociones y de forma concreta las emociones positivas.

En este sentido nos encontramos con autores como Gardner donde en su teoría de las inteligencias múltiples expone siete tipos, destacando la inteligencia interpersonal e intrapersonal. Con la primera somos conscientes de los estados de ánimo e intenciones de las personas, con la segunda nos permite conocer nuestros propios sentimientos y es un acceso a comprender nuestra propia conducta (Gardner, 1983).

Mayer y Salovey (1997) exponen que las emociones permiten la propia regulación del ser humano, facilitando así el conocimiento de las mismas. Este modelo es importante tenerlo en cuenta porque si centramos nuestra atención en niños y niñas de edades tempranas, a menudo no comprenden qué ocurre a su alrededor, y el aprendizaje de las emociones será un factor relevante para dicha comprensión.

Siguiendo nuestro camino hacia una comprensión de la inteligencia emocional, debemos rescatar a Goleman (1995, 2004) quien afirma: “las emociones nos inducen a la

acción y en la correcta utilización de ellas está el éxito personal, laboral, social, y académico”.

Observando que nuestro recorrido se centra en las edades tempranas de la educación ¿no es acaso un camino que debemos seguir para lograr un adecuado proceso de enseñanza y aprendizaje de nuestro alumnos? ¿y no es por tanto un logro cultivar y comprender nuestras emociones desde edades tempranas para no caer en un cierto fracaso escolar? Si bien es cierto que debemos conocer todos los éxitos y fracasos presentes en nuestra vida, pero si ello se gestiona de una forma positiva, la experiencia será más enriquecedora.

Una vez visto algunos de los modelos tradicionales que hemos considerado pertinentes y que marcan una trayectoria de la inteligencia emocional, enlazada con la edad temprana de los niños y niñas, nos adentramos en una corriente que consideramos imprescindible mencionar y es la neuroeducación- neurociencia.

Según la RAE define neurociencia como ciencia que se ocupa del sistema nervioso o de cada uno de sus diversos aspectos y funciones especializadas.

En virtud de esta definición, podemos entender la neuroeducación como un conducto en el que el cerebro crea una imagen para llevar a cabo un determinado proceso de enseñanza y aprendizaje. (Béjar, 2014).

Por lo tanto, podemos considerar que las emociones son llevadas a cabo por determinados circuitos neuronales debido a la experiencias que ocurren en su entorno (Damasio, 2010). Si tenemos en cuenta que nuestro eje en este artículo son las emociones positivas, sería favorable crear ambientes en los contextos donde se desarrolla el niño que propicien experiencias positivas, de modo que genere una emoción positiva. Ahora bien, por esta misma regla si hay una experiencia negativa lo más probable es que haya una emoción negativa. Aunque si somos capaces de trabajar la inteligencia emocional desde edades tempranas observaremos cómo de una experiencia negativa también podemos obtener una emoción positiva, siendo ésta por ejemplo la resiliencia.

Siguiendo con la corriente de la neuroeducación nos encontramos con Francisco Mora quien afirma que debemos tener en cuenta todos los ingredientes que componen el cerebro así como el proceso de enseñanza y aprendizaje, para que el aprendizaje pueda darse desde la infancia hasta la senectud. (Mora, 2016)

Si bien es cierto que nuestro cerebro es como una esponja que absorbe todo lo que ocurre a su alrededor, por ello es considerable establecer un adecuado aprendizaje de las

emociones y en concreto propiciar experiencias positivas, pues “recordaremos siempre aquellas que nos han marcado” (Mora, 2016).

Una vez que hemos analizado las corrientes pedagógicas, psicológicas y las teorías relacionadas con la inteligencia emocional. Nos adentramos en las emociones positivas.

Las emociones positivas nos permiten estar en alerta, mejorando así nuestros recursos personales, teniendo en cuenta nuestros componentes físicos, psicológicos y sociales (Fredrickson, 2001).

Esto quiere decir que las emociones siguen un curso, primero de forma interna, después externa que dan lugar a una valoración positiva, que posteriormente se reflejará en nuestra expresión corporal o lenguaje no verbal (Fernández y Palmero en 1999).

Nosotros proponemos experimentar y desarrollar las emociones positivas, ya que es un recurso que nace del ser humano, y concretamente llevarlas a cabo desde edades tempranas y en especial desde la educación infantil, ya que va a contribuir a un buen desarrollo del niño con el fin de mejorar la salud, el bienestar, reforzando la capacidad de resiliencia y favoreciendo así un adecuado aprendizaje significativo (Fredrickson, 2000).

En última instancia, el efecto de una emoción positiva contribuye a realizar una acción que va a perdurar en el tiempo, que se transformará en un recurso que el alumno va a utilizar en diversas ocasiones, elevando así su autoestima y motivación (Fredrickson, 2002).

2 LAS EMOCIONES POSITIVAS

El estudio de la emoción humana es controvertido, complejo y al mismo tiempo apasionante e integrador de los dominios biológicos, cognitivos y sociales del desarrollo humano (Vecina, 2006). Hablar de emociones desde una postura crítica y objetiva es complicado, pues dicho concepto ha estado impregnado de características que, en gran medida, implican aspectos subjetivos (Fredrickson, 2001).

Tal y como señala Rotger (2017), podemos definir la emociones como reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante, preparándonos para una reacción.

Sroufe (2000) define a la emoción como una reacción subjetiva a un suceso sobresaliente caracterizado por cambios de orden fisiológico, experiencial y conductual. En la misma línea, Lazarus (2000) define la emoción como el resultado de un proceso de evaluación cognitiva sobre el contexto, sobre los recursos de afrontamiento y sobre los

posibles resultados de dichos procesos. Las emociones son creadoras de experiencias positivas (Lyubomirsky, 2008), capaces de promover el disfrute y la gratificación (Seligman, 2002).

Para Vecina (2006) las emociones presentan su base biológica en el sistema límbico; un conjunto de estructuras nerviosas, donde se encuentra la circunvalación del cuerpo calloso, el tálamo anterior, el hipocampo y la amígdala; ésta última tiene como función principal la gestión de las emociones, y cualquier lesión en la zona provocaría una nulidad en la capacidad emocional.

Chóliz (2005) señala que sea cual sea el proceso psicológico que atraviese la persona, conlleva hacia una experiencia emocional de diferente cualidad, y de menor o mayor intensidad, pudiendo aclarar que la reacción y conducta emocional estará presente siempre en todo proceso psicológico, y según sea la dimensión del placer o el displacer generado, será la respectiva emoción.

La psicología, tradicionalmente, se ha orientado hacia el estudio y comprensión de las patologías y las enfermedades mentales, logrando un eje de conocimientos que ha permitido generar teorías acerca del funcionamiento mental humano y del desarrollo de terapias para la enfermedad mental. En este sentido, Seligman y Csikszentmihalyi (2000) señalan que el hincapié de la psicología clásica en la enfermedad ha descuidado los aspectos positivos y recursos internos del individuo, como son el bienestar, la satisfacción, la esperanza, el optimismo y la felicidad, ignorándose los beneficios que estos presentan para las personas; Así, los investigadores muestran un gran empeño en controlar y disminuir los estados emocionales negativos, cuando resulta igualmente valioso promover el cultivo de las emociones positivas (Barragán, Ahmad y Morales, 2014).

Pero, ¿Cómo podemos definir las emociones positivas? Cuando hablamos de emociones positivas nos referimos a aquellas en las que destaca la valencia del placer o bienestar (Diener, Larsen y Lucas, 2003), tienen una duración temporal y movilizan escasos recursos para su afrontamiento; también permiten cultivar aspectos necesarios como lo son las fortalezas y virtudes personales y que conducen a la felicidad. Se trata de estados subjetivos experimentados por una persona con motivo de sus circunstancias, por lo que son personales e involucran sentimientos (Vecina, 2006) y son descritas como reacciones breves que típicamente se experimentan cuando sucede algo que es significativo para la persona (Contreras y Esguerra, 2006).

Existe un gran abanico de estas emociones. Algunas, como la alegría, la felicidad, el humor, la serenidad o la satisfacción personal, surgen como consecuencia de vivir situaciones favorables, otras, como la esperanza y el alivio, aparecen por condiciones vitales desfavorables, y otras, como la simpatía y la gratitud son consecuencia de empatizar con las respuestas o reacciones de los otros (Lazarus, 2000).

Así, si la valoración que el sujeto realiza tiene valencia positiva, entonces, se puede afirmar que ese sujeto experimenta una emoción positiva (Diener, Larsen y Lucas, 2003 citado por Prada, 2005). De esta manera James Averill (1980) ha precisado que una emoción es positiva si cumple alguna de las condiciones siguientes:

- El sentimiento provocado por la emoción se percibe como agradable.
- El objeto de la emoción se valora como bueno.
- La conducta que se realiza mientras se experimenta esa emoción se evalúa de forma favorable y las consecuencias de la emoción son beneficiosas.

Bárbara Fredrickson ha iniciado una línea de investigación concreta sobre las emociones positivas y en su valor adaptativo y planteado la Teoría abierta y construida de las emociones positivas “Broaden and build theory of positive emotions” (Fredrickson, 1998, 2001), que considera que emociones como la alegría, el entusiasmo, la satisfacción, el orgullo, la complacencia, etc., aunque fenomenológicamente son distintas entre sí, coinciden en la característica de ampliar los repertorios de pensamiento y de acción de las personas, además de construir reservas de recursos físicos, intelectuales, psicológicos y sociales disponibles para momentos futuros de crisis. También, Fredrickson (2000) señala que las emociones positivas pueden optimizar la salud, el bienestar subjetivo y la resiliencia psicológica.

Todas estas habilidades, pueden convertirse en valiosas en momentos de escasez y de conflicto, en los que disponer de velocidad, de resistencia, de amigos, de capacidad de innovación, etc. puede ser la diferencia entre vivir y morir (Vecina, 2006).

Este fortalecimiento y ampliación del pensamiento así como las ventajas que supone experimentar emociones positivas, favorece una transformación de la persona, que se torna más creativa, amplía sus conocimientos individuales así como de las situaciones, se vuelve más resistente a las dificultades y más integrada socialmente con lo cual produce una “espiral ascendente” que lleva a experimentar nuevas emociones positivas, optimizando la salud y el bienestar (Greco, Morelato e Ison, 2007).

3 ESTADOS EMOCIONALES POSITIVOS

Tal y como señala Averil (1980), aunque el vocabulario es considerablemente limitado en el momento de describir una emoción positiva, podemos reconocer las emociones positivas, para practicarlas con el fin experimentar bienestar psicológico y favorecer la promoción de la salud en la vida y en la escuela.

Partiendo de las emociones positivas, debemos definir la Psicología Positiva como el estudio científico de las experiencias, rasgos individuales positivos y de las instituciones que facilitan su desarrollo y cuyo objetivo es ampliar el foco de la Psicología Clínica más allá del sufrimiento y su consecuente alivio (Lee Duckworth, Stenn y Seligman, 2005).

Algunas de las emociones positivas más representativas dentro de la psicología positiva son el bienestar, la elevación, la fluidez, la resiliencia y el humor. (Barragán et al 2014):

3.1 BIENESTAR

El bienestar es una de las condiciones que ayudan a lograr un correcto funcionamiento de la persona dentro de su contexto social, familiar, laboral y personal. De acuerdo con Seligman (2002), el bienestar y la felicidad forman un binomio inseparable. Esta combinación generará como resultado una motivación interna para actuar con un objetivo.

3.2 FLUIDEZ

La fluidez, es aquella emoción que una persona experimenta cuando se encuentra completamente involucrada en la actividad que está realizando (Csikszentmihalyi, 1990). Siguiendo a Nakamura y Csikszentmihalyi (2002), es el momento en que todas las habilidades de una persona están en equilibrio y funcionan óptimamente, transformando la personalidad y haciéndola más compleja.

La fluidez se reduce esencialmente al hecho de disfrutar con todos los sentidos lo que se está haciendo en un determinado momento, pero lleva a muchos individuos a transformar actividades rutinarias en experiencias invaluable y totalmente gratificantes para su vida (Barragán et al., 2014).

3.3 ELEVACIÓN

Para Haidt (2000), la elevación es una emoción positiva que se expresa como un potente sentimiento de afecto que sucede cuando se presencian actos que reflejan lo mejor del ser humano, provocando en los demás el deseo de ser mejores personas. Experimentar esta emoción hace posible que queramos ayudar a los demás, lo cual para Seligman (2002), tiene importantes beneficios psicológicos y sociales para las personas.

3.4 HUMOR

El sentido del humor puede definirse como la capacidad para experimentar y/o estimular una reacción muy específica, la risa (observable o no), y de esta manera conseguir o mantener un estado de ánimo positivo.

La risa es un fenómeno predominantemente social que cuando se comparte, produce un efecto de acercamiento o de reducción de conflictos y hostilidades, fomentando la construcción de los lazos interpersonales y grupales que todo individuo necesita para sobrevivir, desarrollarse y realizarse como persona y miembro de la sociedad. El sentido del humor es un rasgo positivo porque hace permite que la persona que lo posee, puede experimentar la risa, el placer subjetivo asociado a ella, los múltiples beneficios psico-físicos que puedan derivarse de la misma y la satisfacción de hacer reír a los demás (Carbelo y Jáuregui, 2006).

3.5 RESILIENCIA

La resiliencia es definida como la capacidad del individuo para afrontar las dificultades de la vida, superarlas y continuar con su desarrollo.

Algunas características de los niños resilientes están relacionadas con la flexibilidad cognitiva, la capacidad creativa, la habilidad para resolver problemas interpersonales, el buen nivel de autoconcepto y los vínculos de apego que hayan forjado. Se observa así la relación entre las emociones positivas y la resiliencia. (Greco et al., 2007).

4 HACIA EL APRENDIZAJE DE EMOCIONES POSITIVAS

Teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado, tal y como señalan Araya-Pizarro y Espinosa (2020), para que el proceso de enseñanza-aprendizaje sea efectivo se requiere intencionar el aprendizaje de los alumnos, considerando los componentes cognitivos, así como los emocionales.

Las investigaciones sobre el cerebro y concretamente sobre las emociones, refuerzan la idea de que la enseñanza debe tener en cuenta tanto las emociones como los sentimientos pues gracias a ello, se intensifican la actividad de las redes neuronales y las conexiones sinápticas, así la Neurobiología muestra evidencias de que se aprende mejor cuando se involucran emociones y sentimientos durante el proceso de enseñanza. (Benavidez y Flores, 2019), de ahí la importancia del aprendizaje de emociones, y en más concretamente, de la enseñanza y el aprendizaje de emociones positivas.

Por ello, siguiendo a Greco, Morelato e Irson (2007), proponemos diseñar programas de estimulación para el desarrollo de las capacidades para experimentar emociones, y en especial, emociones positivas, con el fin de generar recursos internos que amortigüen el efecto de las circunstancias cuando éstas sean adversas así como implementar programas de estimulación emocional, dada la importancia que tienen las emociones en distintos procesos psicológicos relacionados con la atención, el procesamiento de la información, la resolución de problemas y las habilidades sociales. Además, la emoción es parte de las transacciones decisivas con el ambiente y es clave en las relaciones sociales (Greco, 2010).

Por todo ello, consideramos necesario incorporar este tipo de programas en el ámbito escolar ya que la emoción es un elemento indispensable en el proceso de enseñanza y que posee estrecha relación con el aprendizaje social e intelectual.

5 EDUCACIÓN EMOCIONAL

Partimos de la idea que plantea Bisquerria (2001), en la que se comprende 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.

Para ello se propone 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. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social.

Visto esto, es importante desarrollar la conciencia emocional, para ello tenemos que conocer qué emoción estamos teniendo y así concienciarnos de las consecuencias de dicha emoción. Un ejemplo de esto, es la explicación que dan Berrocal y Extremera (2004), quienes acentúan la importancia de identificar las emociones por parte de cada

sujeto, para crear nuevas habilidades con el fin de solucionar problemas cotidianos, ya que se ha confirmado que las emociones también influyen en el sistema cognitivo, permitiendo centrarse en los dilemas realmente importantes.

Por todo lo anterior hay que enseñar a los niños a aprender a autorregular las emociones, ya sean negativas, positivas o impulsivas, porque esto junto a tolerar la frustración puede afectarnos a determinadas situaciones. Por ello, trabajando lo anterior pretendemos entrenar para autogenerar emociones positivas.

Podemos observar como la educación emocional cursa un papel primordial en la vida de las personas, pero aún más si cabe en la de los niños y niñas, ya que siempre intenta mejorar las relaciones interpersonales e intrapersonales, por lo tanto, vamos a observar los objetivos de la educación emocional, según Bisquerra (2007, p. 243)

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.

Por lo tanto, el objetivo de la educación emocional es que las personas puedan obtener diferentes herramientas y estrategias para reconocer, expresar y gestionar sus propias emociones y las de los demás. Estas herramientas son denominadas competencias, que según Bisquerra (2009) son cinco:

- Conciencia emocional: capacidad que nos permite darnos cuenta de nuestras propias emociones y la de los demás.
- Regulación emocional: capacidad para usar las emociones de manera correcta.
- Autonomía emocional: capacidad para producir las propias emociones y defenderse de las emociones negativas.
- Competencia social: capacidad para conservar relaciones positivas con otras personas.
- Habilidades de vida y bienestar: capacidad para tomar conductas adecuadas y conscientes para afrontar la vida diaria.

Si bien es cierto que en nuestro caso centraremos nuestro estudio en la organización en el aula y estrategias de intervención en educación infantil para el abordaje de las emociones positivas.

Puesto que tras nuestra investigación como docentes hemos observado que esta faceta está aún por explorar y explotar en edades tempranas, como es el caso de la educación infantil, donde se sientan unas bases que serán los cimientos de los futuros ciudadanos. Así como elaborar una guía donde se lleven a cabo una serie de estrategias para fomentar las emociones positivas ante diversas situaciones y una imagen positiva y ajustada de sí mismo como menciona nuestro Decreto 254/ 2008 de 1 de agosto por el que se establece el currículo para el segundo ciclo de la Educación Infantil.

6 HERRAMIENTA. EXPLICAR CUESTIONARIO Y ESCALA LIKERT

Es de vital importancia, tener en cuenta el cuestionario que hemos llevado a cabo, para que los docentes tengan una visión sobre cómo las emociones positivas afectan al proceso de enseñanza y aprendizaje de los niños y niñas, en la Educación Infantil.

Para ello hemos utilizado un cuestionario basado en la escala Likert, presentando una variedad de respuestas colectivas a una serie de ítems, puntuadas en un rango de valores, a fin de obtener una valoración lo más objetiva posible acerca de diferentes cuestiones planteadas.

Los beneficios que encontramos en cuento a utilizar una escala Likert son:

- Disponer de datos estadísticos a partir de los cuales se pueden tomar decisiones.
- Conocer el grado de acuerdo o desacuerdo de los diferentes ítems por parte de las personas encuestadas.
- Ofrecer una herramienta para futuras investigaciones.
- Se le ofrece al lector la posibilidad de graduar sus opiniones.

7 PROCESO DE CREACIÓN, CONFORMACIÓN Y VALIDACIÓN

Amén de conocer unos resultados globales, así como una información veraz, es imprescindible seleccionar una herramienta adecuada para tal fin. En este sentido, uno de los instrumentos más útiles —sin lugar a duda— es el cuestionario (Alonso, Bernal, Martínez, Escolar & Romero, M., 2020 y Alonso, Flores, Murcia, & Romero, 2020), siendo la facilidad de reproducción y utilización, tanto de la herramienta per se como de los resultados de los datos obtenidos sus mayores bondades.

Es por ello que se procede a adjuntar un cuestionario, con un proceso de validación externa por expertos de la materia, que busca recabar información necesaria atendiendo a la bibliografía existente.

Con todo esto, obtenemos como resultado un cuestionario que se caracteriza por su idoneidad y la familiaridad de uso, que se le pueda dar en posteriores líneas de investigación que defiendan una enseñanza de calidad, buscando aspectos que puedan mejorar.

8 LIMITACIONES

Aquí se ve la importancia de realizar un proceso de discernimiento final, para poder conseguir un análisis específico de todos aquellos problemas que hayan aparecido en el momento de realizar la investigación o estudio de caso. El cual servirá de ayuda para futuras investigaciones que tengan relación con esta temática.

Como primera limitación nos hemos encontrado con la situación tan peculiar y extraordinaria en la que nos encontramos debido al Covid-19. A raíz de esta situación que se ha producido en el mundo, la sociedad se ha visto limitada a la hora de llevar a cabo distintas investigaciones, ya que se han paralizado las fuentes documentales más relevantes que pueden dar base a este trabajo de investigación. Dentro del ámbito de la movilidad hay que destacar la imposibilidad de acceder a establecimientos especializados en dicha temática. Esto justifica, que nuestra base documental haya sido sobre todo basada en recursos electrónicos. Debido a lo anteriormente mencionado no hemos podido ampliar la información hasta los niveles que nos hubiera gustado.

Por otro lado, otra de las limitaciones que nos hemos encontrado se trata de que nuestra investigación no ha sido subvencionada, no pudiendo contar con ayudas concretas y específicas para proporcionarnos recursos, materiales e instrumentos para poder ahondar más en la búsqueda de información. De esta forma, la base de nuestra investigación se trata de nuestros conocimientos de distintas bases de datos y fuentes científicas para así conseguir una correcta adecuación del planteamiento de este estudio.

9 CONCLUSIONES

Se ha comprobado que el estudio de las emociones inciden en el desarrollo del ser humano y que si las comenzamos a trabajar desde edades tempranas y etapas educativas como la Educación Infantil, podemos llevar a cabo un adecuado proceso de enseñanza y aprendizaje. Siempre desde una perspectiva positiva, teniendo en cuenta aspectos como

la resiliencia, la inteligencia interpersonal o intrapersonal que nos ayudan a comprendernos, comprender a los demás y a adaptarnos al entorno que nos rodea. Las emociones han estado presentes en nuestra vida y cómo diferentes autores, psicólogos, pedagogos, entre otras figuras importantes de nuestra década han incidido en el estudio de éstas así como de los beneficios que nos aportan. Cómo de una situación negativa también podemos sacar partido de las emociones positivas. Es por ello de vital importancia conocer —de primera mano— si los docentes son conscientes de esta trascendencia y del impacto en la educación global del alumnado.

Erro! Indicador não definido.

REFERENCIAS

Alonso, J. M. R., Bernal, C. B., Martínez, J. M. G., Escolar, P. M., & Romero, M. G. (2020). Importancia De La Práctica Deportiva En Edad Escolar: Validación Cuestionario Cudaem./Importância Da Prática Esportiva Na Idade Escolar: Validação Do Questionário De Cudaem. *Brazilian Journal of Development*, 6(4), 21598-21615.

Alonso, J. M. R., Flores, C. M. C., Murcia, C. C., & Romero, M. G. (2020). Importancia del tratamiento de la muerte en el ámbito educativo: validación cuestionario ciem/Importância do tratamento da morte no contexto educacional: validação do questionário ciem. *Brazilian Journal of Development*, 6(4), 18355-18365.

Antunes, C. (1998). *Estimular las inteligencias múltiples: qué son, cómo se manifiestan, cómo funcionan*. Madrid: Narcea.

Averil, J.R. (1980). On the paicity of positive emotions. En K. R. Blankstein, P. Pliner y J. Piliavj (Eds.): *Assessment and modification of emotional behavior* (pp. 7-45). London: Plenum Press.

Barco, J. (2006). Vigostky, las emociones y el arte. *Aportes para la educación artística. Praxis Pedagógica*, 6(7), 70-77. <https://doi.org/10.26620/uniminuto.praxis.6.7.2006.70-77>

Barragán E., Ahmad R. y Morales, C. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1),103-118.

Béjar, M. (2014). Una mirada sobre la neuroeducación. N° 355, pp. 50. Recuperado de: <https://revistas.comillas.edu/index.php/padresymaestros/article/view/2622/2322>

Bisquerra, R. (2001). *Educación Emocional y Bienestar*. Barcelona: Wolters Kluwer

Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis

Carbelo, B. y Jáuregui, E. (2006). Emociones positivas: humor positivo. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 18-30.

Cascón, R. (2016). *Mentes creativas: una anatomía de la creatividad vista a través de las vidas de Sigmund Freud, Albert Einstein, Pablo Picasso, Igor Stravinsky, T.S. Eliot, Marta Graham y Mahatma Gandhi*. *Revista Internacional de Organizaciones*, 16, 155-157. Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: El proceso emocional*. Recuperado el 1 de noviembre de, 2020 de <http://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Damasio, A.R. (2010). *Y el cerebro creó al hombre*. Barcelona: Ediciones Destino.

Decreto 254/2008 de 1 de agosto, por el que se establece el currículo para el segundo ciclo de la educación infantil en la Región de Murcia.

Del Pozo, M. (2008). De qué inteligencias hablamos. *Cuadernos de pedagogía*, 376, 52-54.

Diener, E., Larsen, J. y Lucas, R. (2003). Measuring positive emotions. En S. J. Lopez y C. R. Snyder (Eds.): *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 201-218). Washington, D.C.: American Psychological Association.

Estrada, Ramnés, Martínez e Itzel (2014) *Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. Enseñanza e investigación en psicología*. 19 (1) 103-118. Recuperado de: https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=PSICOLOG%2C%20DA+DE+LAS+EMOCIONES+POSITIVAS%3A+GENERALIDADES+Y+BENEFICIOS&btnG=

Extremera Pacheco, N., & Fernández-Berrocal, P. (2004). El papel de la inteligencia emocional en el alumnado: evidencias empíricas. *Revista electrónica de investigación educativa*, 6(2), 1-17.

Feldman, D. H. (2000). Cómo empezó Spectrum. En Gardner, H., Feldman, D. H. y Kreschevsky, M. (Comps.) *El proyecto Spectrum. Tomo I: Construir sobre las capacidades intelectuales*. (1ª edición, p. 21-37), Madrid, Morata.

Fernández A., E.G. y Palmero, F. (1999). Emociones y salud. En F. Palmero y E. G.

Fernández A. (Coords.): *Emociones y salud* (pp. 5-18). Barcelona: Ariel.

Fredrickson, B. L. (2000). Cultivating positive emotions to optimize health and well-being. *Prevention & Treatment*, 3. Recuperado el 1 de noviembre de 2020, de <http://www.unc.edu/peplab/publications/cultivating.pdf>

Fredrickson, B.L. (2002). Positive emotions. En C. R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.): *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.

Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56 (3), 218-226.

Fredrickson, B.L. (2011). *Positivity*. Oxford: Oneworld.

García, A. (2017). *Otra educación ya es posible: Introducción a las pedagogías alternativas*. (3ª edición). Valencia: Litera.

Gardner, H. (1983). *Estructuras de la mente: Teoría de las inteligencias múltiples*. Recuperado de <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbmNlZHVjYW50b25hcnc3RjY2FjYW1jZWxheWF8Z3g6NTcxNmZkZWE4ZTdhMzQwMg>

Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La teoría en la práctica*. (1ª edición). Barcelona: Paidós.

Gelabert, Amengual, J.M. 2014 *Intervención psicopedagógica en inteligencia emocional en educación infantil*. Madrid. Universidad Complutense de Madrid.

- Goleman, D. (1998). *La práctica de la inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D., Boyatzis, R. & McKee, A. (2002). Primal leadership: Realizing the power of emotional intelligence. *Personnel Psychology*, 55(4), 1030-1033.
- Greco, C., Morelato, G. y Ison, M. (2007). Emociones positivas: Una herramienta psicológica para promocionar el proceso de resiliencia infantil. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, (7), p. 81-94.
- Greco, C. (2010) Las emociones positivas: Su importancia en el marco de la salud mental en la infancia. *Liberabit*, 16 (1), p. 81-94.
- Haidt, J. (2000). The positive emotion of elevation. *Prevention & Treatment*, 3, Article 3.
- Larivée, S. (2010). Las Inteligencias Múltiples de Gardner. ¿Descubrimiento del Siglo o Simple Rectitud Política? *Revista mexicana de investigación en psicología*, 2, 115-126. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinpsi/mip2010/mip102h.pdf>
- Lazarus, R. S. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lee Duckworth, A., Stenn, T.A. y Seligman, M.E.P. (2005). Positive psychology in clinical practice. *Annual review of clinical psychology*, 1, 629-651.
- Lyubomirsky, S. (2008). *La ciencia de la felicidad. Un método probado para conseguir el bienestar*. México: Ediciones Urano.
- Mayer, J.D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D.J. Luyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mora, F. (2016). *Neuroeducación*. Madrid, España: Alianza editorial.
- Oberst, U. Chamarro, A. (2004). Modelos teóricos en inteligencia emocional y su medida. *Revista de psicología* (1) pp. 1 Recuperado de: https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Modelos+te%C3%B3ricos+en+inteligencia+emocional+y+su+medida&btnG=
- Oros, L. B. (2008b). El valor adaptativo de las emociones positivas. Una mirada al funcionamiento psicológico de los niños pobres. *Revista Interamericana de Psicología*, 43(2), 229-237.
- Parkinson, B. (1996). Emotions are social. *British Journal of psychology*, 92, 507-526
- Reyes, E. (2017). *Inteligencias múltiples en Educación Infantil*. (6ª edición). España: Círculo Rojo.
- Rotger, M. (2017). *Neurociencias y Neuroaprendizajes: las emociones y el aprendizaje, nivelar estados emocionales y crear un aula con cerebro*. Córdoba: Editorial Brujas.
- Seligman, M.E.P. (2002). *La auténtica felicidad*. México: Ediciones B.

Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology. An Introduction. *American Psychologist* 55 (1), 5 -14.

Sroufe, A. (2000). La naturaleza del desarrollo emocional. En A. Sroufe. *Desarrollo Emocional. La organización de la vida emocional en los primeros años*. Mexico: Oxford.

Vecina J., M.L. (2006). Emociones positivas. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 9-17.

Vega, F. L. (2010). Importancia de fomentar el vínculo de apego en la infancia. *Revista mexicana de pediatría*, 77 n° 3, pp. 103-104. Recuperado de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2010/sp103a.pdf>

Zazzo, R. (1975). El yo social la psicología de Henry Wallon. Recuperado de: https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=YbDt_96Cff0C&oi=fnd&pg=PP8&dq=wallon+y+las+emociones&ots=5SZT6Xcy_k&sig=AC-RuwcWHFWapJxaebW0eqQO1x4&redir_esc=y#v=onepage&q=wallon%20y%20las%20emociones&f=false

ANEXO

CUESTIONARIO DE PERCEPCIÓN DOCENTE ACERCA DE LAS EMOCIONES POSITIVAS (CUPEDAEP)

Se ha empleado un cuestionario, basado en la Escala Likert, cuyo objeto de estudio es conocer la percepción de los docentes sobre la importancia de trabajar las emociones en Educación Infantil.

Presentación: en esta escala aditiva de likert nos vamos a encontrar con una serie de ítems relacionados con la aplicación de las emociones en el aula.

Instrucciones: Para el correcto desarrollo de esta escala, el destinatario debe leer, comprender y reflexionar sobre cada enunciado o ítem, indicando —mediante un círculo—, entre los diferentes grados (de 1 a 5), el que considere más adecuado a su pensamiento.

Nos gustaría contar con su colaboración. El cuestionario es ANÓNIMO, por lo que se ruega que responda a las cuestiones planteadas con la mayor sinceridad posible —no hay respuestas correctas o incorrectas—. La duración de este cuestionario será entre 10 y 15 minutos.

Ítem	1	2	3	4	5
1. Las emociones nos inducen a la acción.					
2. El componente cultural y social intervienen en el desarrollo de las emociones.					
3. La emoción es parte de las transacciones decisivas con el ambiente y es clave en las relaciones sociales.					
4. Diferentes acontecimientos y hechos provocan en el ser humano una serie de emociones que hacen recordar esa situación de una forma positiva o negativa.					
5. El éxito personal, laboral, social, y académico radica en la correcta gestión de las emociones.					
6. La Inteligencia es la capacidad para resolver problemas, o para elaborar productos que son de gran valor para un determinado contexto comunitario o cultural.					
7. Identificar las emociones por parte de cada sujeto es de utilidad para crear nuevas habilidades que permitan solucionar problemas cotidianos.					
8. El apego permite mantener cubiertas las necesidades biológicas y afectivas generando emociones positivas.					

9. El apego es un vínculo afectivo que el niño establece con la persona que cuida de él y sienta cubiertas sus necesidades biológicas y por tanto de afecto.					
10. Neurociencia como ciencia que se ocupa del sistema nervioso o de cada uno de sus diversos aspectos y funciones especializadas sirve para conocer y trabajar las emociones.					
11. Las emociones siguen un curso, primero de forma interna, después externa que dan lugar a una valoración que posteriormente se reflejará en nuestra expresión corporal o lenguaje no verbal.					
12. La neuroeducación es un conducto en el que el cerebro crea una imagen para llevar a cabo un determinado proceso de enseñanza y aprendizaje.					
13. El lenguaje no verbal nos permite comprender el estado emocional de un niño.					
14. A través de la gestión de nuestras emociones comprendemos nuestras fortalezas y debilidades.					
15. La gestión de las emociones no hace que comprendamos nuestras fortalezas y debilidades.					
16. Proclividades”, es decir, inclinaciones hacia algunas de las 8 inteligencias múltiples facilitan el aprendizaje relacionado con dicha inteligencia/área.					
17. Una inclinación hacia alguna de las 8 inteligencias múltiples no facilita el aprendizaje relacionada con esa área.					
18. No hay relación entre el componente social y cultural y el desarrollo de las emociones.					
19. Es difícil detectar las emociones ya que no tienen un reflejo en el lenguaje no verbal.					
20. Aunque las emociones positivas fenomenológicamente son distintas entre sí, coinciden en la característica de ampliar los repertorios de pensamiento y de acción de las personas.					

21. La Neurobiología muestra evidencias de que se aprende mejor cuando se involucran emociones y sentimientos durante el proceso de enseñanza.					
22. Experimentar emociones positivas, fortalece y amplía el pensamiento.					
23. Las investigaciones sobre el cerebro y concretamente sobre las emociones, refuerzan la idea de que la enseñanza tiene en cuenta tanto las emociones como los sentimientos					
24. La elevación es una emoción positiva que se expresa como un potente sentimiento de afecto que sucede cuando se presencian actos que reflejan lo mejor del ser humano, provocando en los demás el deseo de ser mejores personas.					
25. La fluidez, es aquella emoción que una persona experimenta cuando se encuentra completamente involucrada en la actividad que está realizando.					
26. La resiliencia afronta las dificultades de la vida, su superación así como continuar con su desarrollo.					
27. El proceso de enseñanza-aprendizaje es efectivo si se requiere de intención en el aprendizaje de los alumnos, considerando los componentes cognitivos, así como los emocionales.					
28. Las investigaciones sobre el cerebro y concretamente sobre las emociones, no refuerzan la idea de que la enseñanza tiene en cuenta las emociones y los sentimientos.					
29. Según la Neurobiología no hay evidencias de que se aprende mejor cuando se involucran emociones y sentimientos durante el proceso de enseñanza.					