

Actividades artísticas para el desarrollo de la inteligencia emocional en la etapa preescolar¹

Artistic activities for the development of emotional intelligence in the preschool stage

Mompó Siles, Jonathan Iván²
Universidad Salesiana de Bolivia
La Paz, Bolivia

Barco Limachi, Shagira Andrei³
Universidad Salesiana de Bolivia
La Paz, Bolivia

RESUMEN

La inteligencia emocional juega un papel crucial en el éxito personal y profesional de los seres humanos y se desarrolla a lo largo de su ciclo vital, desde los primeros años de vida. La presente revisión aborda la inteligencia emocional y su desarrollo a través de actividades artísticas durante la etapa preescolar, destacando cómo estas actividades contribuyen al fortalecimiento de componentes clave como la autorregulación, el autoconocimiento, la motivación, la empatía y las habilidades sociales. Se evidencia cuán importante es que los niños y niñas fortalezcan y desarrollen esta inteligencia para comprender tanto sus propias emociones como las de los demás, lo que les permite resolver problemas de manera adecuada. La práctica de disciplinas como la pintura, la música, la danza y el teatro permite a los niños y niñas en edad preescolar la oportunidad de explorar diferentes estados emocionales y expresarlos de forma segura y creativa. A través del arte, los niños y niñas también desarrollan una mayor conexión

1 Artículo recibido el 28 de abril, 2024. Artículo aceptado el 5 de junio, 2024.

2 Especialidad en Educación Superior Diplomado en Investigación Acción, Educación Superior, Liderazgo Educativo Comunitario, Docencia y Tutoría, Gestión del Aprendizaje a través de las Tecnologías de Información y Comunicación, Neurodidáctica del Aprendizaje. Licenciado en Ciencias de la Educación. Experiencia en investigación, pedagogía y psicopedagogía. Docencia de postgrado y pregrado en áreas de investigación, proyectos educativos y didáctica.

Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-3275-0994>

Email: jonasmompo@gmail.com

3 Integrante del grupo de lectura académica de la carrera de Ciencias de la Educación de la Universidad Salesiana de Bolivia. Técnico Superior en Parvulario y crecimiento personal en la infancia. Experiencia en desarrollo de procesos de aprendizaje como titular de sala de parvulario y auxiliar de docencia.

Orcid: <https://orcid.org/0009-0008-9079-5113>

Email: abdipcb@gmail.com

social y aprenden a relacionarse con sus compañeros de manera más positiva, mejorando así su habilidad para trabajar en equipo y resolver conflictos. En conclusión, la promoción de la inteligencia emocional en la etapa preescolar, a través de actividades artísticas, es esencial para que los niños y niñas adquieran la capacidad de identificar y gestionar sus emociones. Estas actividades no solo favorecen la autorregulación y el autodescubrimiento, sino que también incrementan la empatía y las habilidades sociales. Se recomienda que educadores y padres integren de manera regular actividades artísticas en la educación preescolar, ya que esto fomenta el desarrollo de la inteligencia emocional. Crear un entorno que incentive la libre expresión a través del arte, ayudará a los niños y niñas a adquirir herramientas emocionales fundamentales para enfrentar desafíos, tanto en su vida personal como social, promoviendo un crecimiento equilibrado y saludable.

Palabras clave

Inteligencia, Inteligencia Emocional, Autoconciencia, Autorregulación, Motivación, Empatía, Habilidades Sociales.

Abstract

Emotional intelligence plays a crucial role in the personal and professional success of individuals and develops throughout their life cycle, starting from early childhood. This review addresses emotional intelligence and its development through artistic activities during the preschool stage, highlighting how these activities contribute to strengthening key components such as self-regulation, self-awareness, motivation, empathy, and social skills. It is evident how important it is for children to strengthen and develop this intelligence to understand both their own emotions and those of others, allowing them to solve problems appropriately. Practicing disciplines such as painting, music, dance, and theater provides preschool children with the opportunity to explore different emotional states and express them safely and creatively. Through art, children also develop greater social connections and learn to interact with their peers more positively, thereby improving their ability to work in teams and resolve conflicts. In conclusion, promoting emotional intelligence in the preschool stage through artistic activities is essential for children to acquire the ability to identify and manage their emotions. These activities not only favor self-regulation and self-discovery but also increase empathy and social skills. It is recommended that educators and parents regularly integrate artistic activities into preschool education, as this fosters the development of emotional intelligence. Creating an environment that encourages free expression through art will help children acquire fundamental emotional tools to face

challenges in both their personal and social lives, promoting balanced and healthy growth.

Keywords

Intelligence, Emotional Intelligence, Self-awareness, Self-regulation, Motivation, Empathy, Social Skills.

1. Introducción

El desarrollo de la inteligencia emocional es crucial para el crecimiento integral de los niños en etapa preescolar, principalmente entre las edades de tres a cuatro años, pues atraviesan por un periodo transicional en el que superan el egocentrismo e ingresan a un periodo de lenguaje social que conlleva mayores situaciones de interacción y, por tanto, de experiencias que exigen mayor control de sus impulsos y gestión de sus emociones.

Este artículo considera “preescolar” como “un adjetivo que se emplea para denominar a la etapa del proceso educativo que antecede a la escuela primaria. Esto quiere decir que, antes de iniciarse en la educación primaria, los niños pasan por un periodo calificado como preescolar” (Pérez y Merino, 2023). En la revisión presentada el término “preescolar” no incluye solo una etapa preparatoria a la etapa escolar, sino que constituye un nivel educativo con características propias que busca preparar al niño para la vida.

Las características de la educación preescolar dependen de cada sistema educativo. En el caso del Estado Plurinacional de Bolivia, este periodo corresponde a la Educación Inicial en Familia Comunitaria y se define como:

El espacio institucional que vincula la vida familiar con la escuela, en el desarrollo de sus capacidades cognitivo, afectivo, psicomotriz, espiritual, lingüístico de manera integral como base de la formación integral de toda persona. Al ser familiar y comunitario las actividades cotidianas, el juego y el movimiento son parte integrante e importante para la socialización y desarrollo de las niñas y niños... La Educación Inicial en Familia Comunitaria comprende dos etapas: No escolarizada... orientada a recuperar, fortalecer y promover la identidad cultural de niñas y niños menores a cuatro años de edad (y) Escolarizada (de dos años de duración), para la atención educativa de niñas y niños de 4 y 5 años de edad, dando continuidad a los procesos educativos iniciados en la etapa no escolarizada” (Ministerio de Educación, 2021, p. 7)

La Ley 070, promulgada el año 2010, en su artículo 12 sobre la Educación Inicial en Familia Comunitaria, establece que el nivel

inicial debe enfocarse en el desarrollo de las capacidades y habilidades cognitivas, lingüísticas, psicomotrices, socioafectivas, espirituales y artísticas, promoviendo la autonomía, la cooperación y la capacidad de toma de decisiones en la formación del pensamiento del niño, para que éste pueda iniciar procesos de aprendizaje sistematizados en el siguiente nivel.

En consecuencia, durante este período, los niños participan en un proceso de desarrollo integral basado en experiencias formativas que les permite relacionarse con los demás, trabajar en equipo, resolver dificultades e iniciarse en la autorregulación. La expresión de sus emociones, el reconocimiento de sus propios sentimientos y los de los demás, así como la creación de conexiones con su entorno, son procesos esenciales para su crecimiento integral. En este sentido, las actividades artísticas desempeñan un papel crucial ofreciendo un espacio enriquecedor que no solo fomenta su desarrollo emocional, sino que también les permite disfrutar y explorar su creatividad. Durante la etapa preescolar, caracterizada por la exploración y el descubrimiento del mundo que los rodea, las actividades artísticas se constituyen en un espacio altamente valioso para el desarrollo de la inteligencia emocional.

La inmersión en estas actividades artísticas, previo al ingreso a la educación primaria, favorece la capacidad de los niños y niñas para enfrentar desafíos emocionales y construir un entorno de respeto y comprensión. De este modo, los niños experimentan una mejora en sus relaciones interpersonales tanto consigo mismos como con los demás, a medida que exploran su creatividad, lo que establece las bases para una inteligencia emocional sólida que los acompañará a lo largo de su vida.

El arte se convierte, entonces, en una herramienta poderosa para que los niños y niñas canalicen y comprendan sus emociones en sus diversas formas, como la pintura, el modelado, la música, la danza y el teatro. A través de estas expresiones, los niños y niñas pueden comunicar lo que a veces no pueden verbalizar, facilitando la comunicación emocional y el autoconocimiento. Por ejemplo, cuando un niño pinta o dibuja, puede expresar lo que siente en ese momento: la alegría de jugar con amigos o la tristeza de un conflicto. Este proceso no solo les ayuda a reconocer sus propios sentimientos, sino que también le ayuda a desarrollar habilidades como la empatía, al comprender cómo se sienten otras personas en distintas circunstancias.

A partir de lo planteado, se desarrolla un análisis documental sobre la importancia de las actividades artísticas como medio para promover la inteligencia emocional, apoyándose en escritos y pu-

blicaciones de diversos autores que abordan su utilidad en la educación inicial. Esta revisión responde a la siguiente pregunta: ¿las actividades artísticas contribuyen al desarrollo de la inteligencia emocional en la etapa preescolar?

2. Método

Se emplea el método analítico, un enfoque de investigación que consiste en descomponer un tema o problema en sus partes más pequeñas con el fin de comprender su estructura, relaciones y funcionamiento. (Hernández, G. 2017). Al aplicar este método al estudio de la inteligencia emocional y su desarrollo a través de actividades artísticas en la etapa preescolar, se busca analizar detalladamente cada uno de los componentes involucrados y cómo interactúan entre sí.

El método analítico permite descomponer el concepto de inteligencia emocional en sus elementos fundamentales con el objetivo de analizar cada uno de ellos para comprender su significado, cómo se manifiestan y cuál es su papel en el desarrollo emocional de los niños.

A partir de la descomposición de los conceptos y de las relaciones entre ellos, se puede entender mejor el proceso y generar estrategias. Además, ayuda a identificar áreas de mejora en la práctica educativa y a ajustar las actividades según las necesidades. Contribuye a fundamentar mejor las estrategias pedagógicas que se implementen. (Hernández, G. 2017).

A través de este método, se obtiene una visión detallada de cómo cada actividad artística contribuye de manera específica al desarrollo de la inteligencia emocional en los niños preescolares, así como de los componentes que conforman esta categoría, considerando el desarrollo emocional en esta etapa evolutiva.

3. Desarrollo y discusión

3.1. Las actividades artísticas y su papel en el desarrollo infantil

El arte se entiende como un medio significativo de expresión de emociones, ideas y experiencias humanas, facilitando la conexión del individuo con su entorno social y personal. Este concepto se manifiesta claramente en el estudio de Álvarez y Cuadrado (2020), quienes argumentan que las actividades artísticas son prácticas esenciales para la representación de la realidad y la exploración de emociones, especialmente en contextos educativos, donde los niños pueden ex-

presar sus experiencias a través de creaciones visuales, auditivas o performativas. Esta interacción es fundamental para el desarrollo de habilidades emocionales y sociales, ya que permite a los niños explorar su identidad y su relación con el mundo que los rodea. La producción artística se entiende como el objeto o acto creado con el propósito de alcanzar un fin social o estético y está vinculada al ámbito de las Bellas Artes. En su conjunto, las actividades artísticas se relacionan estrechamente con la persona y su entorno.

Desde otra perspectiva, Bárbara Andrade Rodríguez en su ponencia de Pedagogía 2005, nos expresa: “La educación estética constituye una disciplina científica que estudia las leyes del desarrollo del arte y su estrecha relación con la realidad, está vinculada a la vida, a las relaciones humanas, al trabajo, a la ambientación escolar, a la ética, a la moral “. Desde su nacimiento los seres humanos, están vinculados con su medio ambiente. (Granadino, 2006. p. 6)

Existen diversas formas de arte, a continuación, se describen brevemente las artes plásticas, la música, la danza y el teatro por considerarse los espacios de mayor confluencia en la práctica educativa.

- Las artes plásticas. Son un conjunto de prácticas artísticas que utilizan materiales que pueden ser modificados o moldeados por el artista mediante diversas técnicas. Estas artes se centran en la creación de obras que son principalmente visuales y que pueden incluir disciplinas como la pintura, la escultura, la fotografía y la arquitectura. (Enciclopedia Concepto, 2024). La diversidad de materiales empleados, permite a los artistas expresar su imaginación y visión del mundo, convirtiéndose en un poderoso medio de comunicación, ya que no solo son estéticas, sino que también pueden transmitir ideas y sentimientos.
- La música. Es el arte de combinar sonidos y silencios de manera coherente y ordenada para crear composiciones agradables al oído. La interacción de elementos como el ritmo, la melodía y la armonía da lugar a una experiencia estética significativa para quienes la escuchan. Actúa como un estímulo auditivo que influye en la percepción individual, permitiendo a cada persona experimentarla y sentirla de manera individual. En esencia, es una forma importante de expresión artística que mejora la experiencia humana al evocar emociones y facilitar la conexión entre las personas (Editorial Etecé, 2022).
- Danza. Es una forma de expresión artística que utiliza el movimiento del cuerpo, con frecuencia acompañado de música, para comunicar emociones, contar historias o simplemente celebrar la belleza del movimiento. Aunque puede existir por

separado, alcanza su máxima expresión cuando se fusiona con la música, creando un lenguaje universal que trasciende palabras y fronteras (Fuente, 2023).

- El teatro. Es una forma de arte escénico que combina diversos elementos como el drama, la escenografía, la interpretación y la creatividad para contar relatos que pueden ser de diferentes géneros, desde comedias hasta dramas serios (Fuente, 2023). Los actores interpretan personajes en un escenario utilizando gestos, diálogos y movimientos para transmitir emociones y desarrollar tramas. Es una forma de arte que no solo entretiene, sino que también provoca la reflexión y la conexión emocional con las historias que se cuentan.

En general, las actividades artísticas estimulan diversas áreas del cerebro y fomentan habilidades esenciales, desempeñando un papel fundamental en el desarrollo infantil. Las actividades artísticas ofrecen una amplia gama de beneficios para el desarrollo integral del niño, favoreciendo no solo el aspecto emocional, sino también el cognitivo, motor y social:

- A nivel cognitivo, las artes promueven el pensamiento crítico, la creatividad y la resolución de problemas. El proceso creativo de idear, planificar y ejecutar una obra de arte requiere que el niño piense de manera abstracta, lo cual contribuye a su capacidad para entender conceptos complejos y resolver problemas de manera innovadora. En este caso, los niños que se expresan a través del arte requieren pensar más allá de lo literal, explorando diversas soluciones y perspectivas. Se entrenan en la reflexión, lo que les permite tomar decisiones conscientes y con un juicio más sólido. (Educrea, 2007).
- A nivel motor, según Patajalo A. et al (2020), con la danza y la ejecución de los distintos movimientos, principalmente se empieza a conocer la estructura corporal y está científicamente comprobado que un estudiante que practique este arte está desarrollando las habilidades coordinativas y las capacidades perceptivo-motrices. señala que en caso se añada música al desarrollo motor, “el trabajo que hace el niño a la hora de aprender es doble: conoce su cuerpo y su entorno, y además lo hace dentro de un ritmo. Todo esto lo convierte en un proceso mucho más complejo” (p. 17). Estas actividades requieren movimientos precisos y controlados, lo que favorece el desarrollo físico y la destreza manual de los niños. Además, las actividades artísticas son motivadoras y divertidas, lo que mejora la concentración y el esfuerzo de los niños.

- A nivel emocional, el arte permite a los niños conectarse con sus emociones, contribuyendo a que sean personas más sensibles y empáticas. Al practicar actividades artísticas, como la pintura, la música o el teatro, los niños aprenden a percibir el mundo de manera más profunda. Esta capacidad de reflexión fomenta una mayor empatía y comprensión hacia los demás. Al respecto, Eisner (2002) afirma que “el arte proporciona una vía natural para que los niños desarrollen su creatividad y habilidades de resolución de problemas”. (p. 11), lo cual está estrechamente relacionado con la inteligencia emocional y la autorregulación.
- A nivel social, las actividades artísticas promueven la colaboración y el trabajo en equipo. Winner y Hetland (2000) indican que “las experiencias artísticas grupales, como las obras de teatro o las presentaciones musicales, promueven habilidades sociales como la comunicación, la cooperación y la empatía”. (p. 85) Estas interacciones sociales son fundamentales para el desarrollo de relaciones saludables y la integración social de los niños.

En síntesis, al incorporar actividades artísticas en la educación de niñas y niños, se obtienen los siguientes beneficios:

- Profundidad. El arte ayuda a los niños a percibir la vida de una manera más profunda. Desarrollan una mayor empatía, comprensión y calidad humana. Además, son más críticos y maduros al comprender su entorno.
- Comunicación. Las artes impulsan a los niños a expresar sus pensamientos a través de dibujos, teatro, danza y música, lo que les permite interactuar de manera visual, auditiva y sensorial con los demás. Por lo tanto, el arte no solo mejora las habilidades intelectuales, sino también las capacidades comunicativas.
- Pensamiento analítico. Para que sean personas adultas con criterio y seguridad en el futuro, desarrollan su pensamiento crítico para analizar y resolver problemas en diferentes contextos. (Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes, 2003).

En vista de los beneficios de las actividades artísticas para el desarrollo integral del niño, los educadores deben fomentar el uso de las artes a través de pequeñas actividades desde la etapa preescolar, de modo que cada niño pueda crear y aprender de manera integral y dinámica.

3.2. El desarrollo emocional en edad preescolar y el constructo de inteligencia emocional

La inteligencia emocional es una habilidad esencial que tiene un impacto significativo en el bienestar y el éxito de las personas a lo largo de sus vidas. En los últimos años, se ha prestado mayor atención a la promoción de esta destreza desde la infancia, lo que ha generado un creciente interés en su desarrollo durante la etapa preescolar. Como señalan Puertas, Zurita, Chacón, Castro, Ramírez y González (2020), “en las últimas décadas, la Inteligencia Emocional ha ganado relevancia en el ámbito educativo, actuando como un medio para promover el bienestar psicológico del alumnado, facilitándoles la comprensión de su entorno y proporcionándoles las competencias necesarias para enfrentar diversas situaciones” (p. 84).

El desarrollo emocional durante la primera infancia, particularmente entre los tres y cuatro años, es crucial para la adquisición de habilidades de inteligencia emocional. Según Fernández Berrocal y Extremera Pacheco (2005), en esta etapa los niños comienzan a desarrollar competencias emocionales esenciales:

- Identificación de las emociones: A esta edad, los niños empiezan a reconocer y nombrar sus propias emociones, así como las de los demás. Aprenden a diferenciar emociones básicas como alegría, tristeza, enojo y miedo.
- Desarrollo de la empatía: Los niños comienzan a mostrar señales de empatía; es decir, la capacidad de comprender y responder a las emociones de los demás. En esta etapa, pueden preocuparse por el bienestar emocional de otros y ofrecer consuelo o apoyo cuando alguien se siente mal.
- Regulación emocional: Los niños también empiezan a desarrollar la habilidad de regular sus respuestas emocionales. Aprenden a manejar la frustración, controlar impulsos y expresar sus emociones de manera apropiada para su entorno social.

Este periodo transicional es clave para el desarrollo emocional de los niños, ya que empiezan a ser más autónomos y se enfrentan a nuevos retos en su entorno social y educativo. Fernández y Montero (2016) exponen al respecto:

Durante la etapa de la Educación Infantil es cuando se desarrollan las habilidades emocionales y cuando más abiertos estamos al mundo emocional”. Por lo tanto, es en esta fase cuando se sientan las bases para el desarrollo de habilidades emocionales clave, tales como: la identificación y expresión de emociones, la empatía hacia los demás y la autorregulación emocional. Siendo esta una edad

base para el desarrollo de los niños, en su formación, se debe tener presente el desarrollo óptimo de su inteligencia emocional (p. 29).

Por lo tanto, el desarrollo emocional de un niño en edad preescolar establece los cimientos para su inteligencia emocional. Las experiencias tempranas que fomentan el aprendizaje de competencias emocionales influyen directamente en cómo el niño manejará sus emociones, formará relaciones saludables y enfrentará los retos a medida que crezca. Promover un entorno que apoye el reconocimiento y la gestión de las emociones desde esta edad es clave para un desarrollo emocional y social saludable.

Goleman (1995), define la inteligencia emocional como la capacidad de reconocer las propias emociones, comprender las emociones de los demás, manejar las emociones adecuadamente y utilizar esta conciencia para guiar el pensamiento y las acciones. En esta línea, Mayer y Salovey (1997) afirman que la inteligencia emocional “se refiere a la habilidad de identificar, comprender y gestionar las propias emociones, así como de reconocer y actuar sobre las emociones de los demás” (p. 15). Desde una perspectiva práctica, la inteligencia emocional ayuda a enfrentar situaciones cotidianas de manera eficaz, ya que no solo implica ser consciente de los estados emocionales, sino también saber cómo utilizarlos para facilitar el razonamiento, resolver problemas y comunicarse de manera efectiva. La inteligencia emocional proporciona una base sólida para el comportamiento social adecuado y la salud mental.

La inteligencia emocional se compone de competencias interrelacionadas que facilitan el manejo adecuado de las emociones y las relaciones interpersonales. Estos componentes son fundamentales para la educación emocional en la educación regular y deben ser incorporados desde la etapa preescolar, ya que favorecen el desarrollo de los niños en el reconocimiento y la expresión de sus sentimientos desde temprana edad. Los cinco principales componentes de la inteligencia emocional son: autoconciencia, autorregulación, empatía, habilidades sociales y motivación (Goleman, 1995).

a. Autoconciencia y autoregulación emocional

Ser consciente de las emociones permite tener mayor control sobre ellas, lo que mejora la capacidad para tomar decisiones conscientes y equilibradas. Este componente es esencial porque ayuda a estar más conectados con los propios pensamientos y sentimientos, cuando una persona está plenamente consciente de cómo se siente, es capaz de actuar de manera coherente con sus verdaderas emociones, en lugar de dejarse llevar por impulsos momentáneos. “La

autoconciencia es el pilar fundamental de la inteligencia emocional. Se refiere a la capacidad de identificar y comprender las propias emociones en el momento en que se presentan” (Goleman, 1995, p. 12). Las personas que desarrollan esta capacidad son capaces de mantener la calma en situaciones difíciles y reaccionar de manera reflexiva, no impulsiva. Este control emocional, también conocido como “autoregulación emocional”, no implica reprimir los sentimientos, sino aprender a expresarlos de forma que no resulten perjudiciales para uno mismo ni para los demás.

Los niños en etapa preescolar transicional, cuyo desarrollo emocional se caracteriza por el descubrimiento y verbalización en situaciones sociales, requieren un acompañamiento constante por parte de la familia y los educadores. Este apoyo es crucial para sentar las bases de un manejo adecuado de sus emociones, favoreciendo el ejercicio de la autoconciencia y la autoregulación, adaptado a su proceso evolutivo. De este modo, podrán generar recursos importantes para enfrentar desafíos y conflictos en su vida cotidiana y, como preparación, en su transición hacia la educación primaria.

En la infancia, tanto el control inhibitorio como la regulación emocional resultan fundamentales para obtener éxito académico y responder adecuadamente a las exigencias del entorno. El primero permite regular la atención, la cognición y el comportamiento mientras que la regulación emocional posibilita que las personas aprendan a regular la intensidad y la expresión de sus emociones. Ambos constructos están fuertemente vinculados con el desarrollo de competencias socioemocionales que promoverán interacciones sociales positivas y significativas. El control inhibitorio se encuentra en la base del proceso regulatorio de emociones y ambas habilidades tienen un importante desarrollo durante la etapa preescolar. Se pueden entrenar y, por lo tanto, se deben contemplar en las propuestas educativas, (Donovan, 2021, s.p)

Los niños en la etapa de tres a cuatro años de edad comienzan a reconocer sus emociones y a nombrarlas. Esto constituye una forma inicial de autoconciencia emocional, un componente clave de la inteligencia emocional. A medida que el niño adquiere vocabulario emocional, puede empezar a identificar cuándo está triste, enojado o feliz. Este desarrollo temprano es crucial, ya que fomenta la capacidad de reflexionar sobre sus emociones y comprender el impacto que éstas tienen en su comportamiento y en sus relaciones. Por tanto, esta etapa representa una oportunidad de crecimiento emocional.

Los niños que reciben apoyo adecuado durante esta fase tienen una mayor probabilidad de desarrollar una regulación emocional efectiva,

lo que les permitirá enfrentar emociones más complejas a medida que crecen, favoreciendo su desarrollo en general. Los entornos educativos que ofrecen interacciones emocionales positivas y oportunidades para la expresión emocional promueven un desarrollo emocional saludable. Las relaciones con los adultos y otros niños constituyen los contextos más importantes para el aprendizaje emocional.

Cuando los profesores de preescolar responden con empatía y apoyo a las necesidades emocionales de los niños, éstos aprenden a regular sus propias emociones y a desarrollar habilidades emocionales esenciales para la vida. No es raro que los niños experimenten dificultades para calmarse cuando están frustrados o abrumados; en estos episodios, los adultos juegan un papel fundamental como modeladores de estrategias de regulación, como el uso de palabras para expresar lo que sienten en lugar de reaccionar impulsivamente. Con el tiempo, los niños van interiorizando estas habilidades y pueden regular mejor sus emociones, lo que reduce las conductas de berrinche y mejora su capacidad de enfrentarse a situaciones desafiantes.

b. Empatía y habilidades sociales

De acuerdo con Salovey y Mayer (1990), como se citó en Salgueiro y García (2017), la empatía es un componente esencial para el éxito en las interacciones sociales, ya que facilita la conexión emocional entre las personas y les permite responder adecuadamente a las emociones y necesidades de los demás. Esta habilidad implica la comprensión de las emociones y puntos de vista ajenos, lo que contribuye a una mayor sensibilidad hacia los sentimientos de otros y fomenta relaciones más profundas y significativas. Además, es crucial para una comunicación efectiva, ya que permite escuchar y comprender mejor a los demás, lo que fortalece las interacciones sociales.

Goleman (1995) menciona que las habilidades sociales son un componente clave de la inteligencia emocional, ya que permiten interactuar de manera efectiva con el entorno. Él define la empatía como “la conciencia de uno mismo que se va construyendo; cuanto más abiertos estamos a nuestras propias emociones, más hábiles seremos para interpretar los sentimientos “ (p. 123). Vale la pena indicar que “arte es parte esencial en las relaciones que forma el niño o niña con el exterior y con su interior, lo que facilita hacer introspección a las emociones propias para así exteriorizarlas a los demás.” (Tarazona, Bolívar y Machado, s.f., p. 82). Por tanto, existe una estrecha vinculación entre el arte y la autoconciencia, factor importante en el ejercicio de la empatía y las habilidades sociales.

Estas habilidades incluyen la comunicación, el trabajo en equipo, la resolución de conflictos y la influencia sobre los demás. Desarrollar estas capacidades conlleva construir y mantener relaciones saludables.

La manera en que un niño se comunica, coopera y resuelve problemas con los demás define, en gran medida, el éxito de sus interacciones sociales. De acuerdo con García y Martínez (2020), los niños en la etapa preescolar, especialmente entre los tres y cuatro años, empiezan a vivenciar un abanico más amplio de emociones, lo que les permite mejorar su capacidad para reconocerlas y expresarlas. Este proceso de desarrollo emocional está vinculado con un aumento en la empatía, facilitando que comprendan mejor los sentimientos de quienes los rodean y, como resultado, favoreciendo sus relaciones sociales.

En esta etapa pueden notar si otro niño está triste o molesto y, aunque inicialmente esta empatía puede ser más primitiva o limitada, se está formando la capacidad de ponerse en el lugar del otro. Este proceso es fundamental para el desarrollo de relaciones sociales saludables en el futuro y es una de las piedras angulares de la inteligencia emocional; por lo tanto, esta fase del desarrollo es crucial para cimentar sus habilidades emocionales.

Las habilidades sociales también se desarrollan rápidamente durante la etapa preescolar. A medida que los niños interactúan más con sus compañeros, aprenden a compartir, turnarse y resolver conflictos, todo lo cual requiere un nivel básico de inteligencia emocional. El juego en grupo ofrece oportunidades para practicar estas habilidades, y los niños comienzan a reconocer las señales sociales, como el lenguaje corporal o el tono de voz, que indican cómo se sienten los demás. Estas experiencias ayudan a mejorar su competencia social y su capacidad para formar relaciones positivas.

c. Motivación

Las personas con alta motivación tienden a ser optimistas, persistentes y comprometidas con sus metas a largo plazo. La motivación es un componente clave de la inteligencia emocional que se refiere a la capacidad de estar impulsado por objetivos internos, más allá de las recompensas externas. Este componente es esencial para mantenerse enfocado y resiliente frente a los obstáculos. La motivación interna permite seguir adelante incluso en situaciones difíciles, ya que se está guiado por una pasión y un propósito más profundo que la gratificación instantánea.

Las bases motivacionales son sembradas por la familia y los educadores desde la primera infancia, brindando al niño un estado de se-

guridad mediante la presencia protectora de los adultos, para que no se sienta solo o temeroso, al mismo tiempo que se le impulsa a resolver situaciones cotidianas con sus propios recursos. De este modo, el niño logra transferir esta seguridad a un estado interno en el que se siente motivado a lograr lo que se proponga, pues tiene confianza en su capacidad y en el cariño de sus padres y educadores. Con base en esto, el niño crece con una visión amplia de superación, la cual se constituye en una expresión de su estado emocional positivo.

Por otro lado, en términos de motivación, los niños pequeños generalmente están intrínsecamente motivados a explorar y aprender sobre su entorno. Esta curiosidad natural está vinculada a su inteligencia emocional, ya que la autoconciencia y la regulación de sus emociones les permiten persistir en actividades que disfrutan o en tareas que encuentran desafiantes. Aprenden gradualmente a manejar la frustración o la decepción cuando no logran algo de inmediato, lo que contribuye a su resiliencia emocional y a una mayor motivación interna para superar obstáculos.

3.3. Relación entre actividades artísticas e inteligencia emocional en la etapa infantil

La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de reconocer, comprender y gestionar las propias emociones, así como de influir en las emociones de los demás. Las actividades artísticas juegan un papel crucial en el desarrollo de esta inteligencia, proporcionando un medio para la exploración y expresión emocional.

a. El arte como canal de expresión y liberación emocional

El arte se considera una de las formas más efectivas de expresión emocional en los niños pequeños. Facilita la expresión de emociones de manera creativa y simbólica, incluso cuando los niños no tienen la habilidad verbal para hacerlo con palabras. En las primeras etapas de desarrollo, aún no han adquirido completamente las habilidades lingüísticas necesarias para verbalizar sus emociones y experiencias internas. A través de actividades como el dibujo, la pintura, la escultura u otras artes plásticas, los niños desarrollan una mayor autoconciencia emocional, ya que representan sus experiencias internas y las interpretan en el contexto de su entorno social. De esta forma, le permite externalizar de manera tangible sus sentimientos y sensaciones. (Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes, 2003).

Según Malchiodi (1998), “el arte es una forma primaria de comunicación para los niños, ya que les permite expresar emociones que

pueden no ser capaces de verbalizar” (p. 4). Es un lenguaje a través del cual el niño se expresa empleando diferentes elementos y materiales; además, será su creatividad e imaginación las que tengan un papel relevante en todo el proceso. Este proceso de externalización no solo les proporciona un medio para compartir sus emociones, sino que también les ayuda a comprender mejor sus sentimientos. La expresión artística puede actuar como una especie de “diálogo interno” en el que el niño, a través de sus creaciones, explora y resuelve conflictos emocionales.

Por ello, el arte, como forma de expresión emocional, contribuye al bienestar psicológico del niño. Kelemen y Shamri-Zeevi (2022) y Osborn et al. (2023), citados en Moreno (s.f.), señalan que “han mostrado los beneficios de la terapia artística en la reducción de la sintomatología de ansiedad y depresión, así como en el desarrollo de la identidad y la autoestima en adolescentes”. (p. 5). Esta capacidad de la actividad artística de actuar como un mecanismo de afrontamiento emocional es especialmente importante en situaciones de adversidad o cambios significativos en la vida de un niño

3.3.1. El arte como facilitador de empatía y entendimiento en la relación social

Las actividades artísticas fomentan la empatía y el entendimiento emocional al involucrar a los niños en experiencias que requieren la comprensión de diferentes perspectivas y sentimientos. Pueden ser poderosos facilitadores del desarrollo de la empatía, actuando como un medio a través del cual los niños expresan, comprenden y conectan con las emociones de los demás. Por ejemplo, al observar las creaciones artísticas de sus compañeros, los niños pueden empezar a reconocer las emociones reflejadas en los dibujos o pinturas de otros, lo que fomenta el desarrollo de la empatía.

El arte también se convierte en una herramienta para que los niños procesen conflictos sociales o interpersonales. A través de actividades artísticas, los niños pueden expresar sus frustraciones o desacuerdos de manera constructiva, evitando conductas agresivas o impulsivas. Además, al compartir sus creaciones, los niños obtienen una mayor comprensión de los puntos de vista y emociones de los demás, lo que facilita el diálogo y la resolución de conflictos en el grupo. Al crear y compartir arte, los niños pueden aprender que todos tienen diferentes formas de expresarse y que no existe una “manera correcta” de hacerlo, lo que refuerza una actitud de respeto y empatía hacia las diferencias individuales.

El juego dramático y las actividades del juego simbólico, en las que los niños asumen diferentes personajes o situaciones, son especialmente eficaces para desarrollar la empatía. Al representar las emociones y perspectivas de otros, los niños fortalecen su capacidad para comprender las emociones, pensamientos y experiencias de los demás. En el teatro, por ejemplo, los niños aprenden a comunicarse utilizando las palabras, los gestos, el lenguaje corporal, los movimientos y mediante el juego simbólico y el de “y si fuera” se amplían sus experiencias, se adquieren los roles, ponerse en el lugar del otro y se fomenta la empatía. Esto no solo mejora su capacidad para relacionarse con los demás, sino que también potencian su aprendizaje de conceptos, capacidades y habilidades que fomentan el desarrollo integral del niño. Bofarull Sanz, Nuria (2014).

El juego simbólico en el arte se considera una herramienta fundamental para fomentar la creatividad y la interacción social en los niños, al permitirles explorar y experimentar con diferentes roles y escenarios. De acuerdo con Díaz Fernández et al. (2020), la práctica artística dentro de los espacios educativos y comunitarios permite que los niños desarrollen habilidades expresivas y cognitivas esenciales, además de incentivar la capacidad de resolver problemas a través de soluciones creativas. Este tipo de actividades artísticas no solo promueven el desarrollo de habilidades individuales, sino que también fortalecen las relaciones sociales y colaborativas al permitir que los niños compartan y expresen sus experiencias y sentimientos de forma lúdica y estructurada.

3.3.2. El arte en el estímulo de la autoconciencia y la reflexión emocional

El arte también es una herramienta poderosa para estimular la autoconciencia y la reflexión emocional en los niños. Malchiodi (1998) argumenta que “el arte proporciona un espacio seguro para que los niños reflexionen sobre sus sentimientos y experiencias personales, promoviendo una mayor comprensión de sí mismos”. (p. 3). Al crear arte, los niños tienen la oportunidad de explorar sus pensamientos y emociones de manera introspectiva, lo que contribuye al desarrollo de una identidad emocional sólida.

La autoconciencia emocional se ve reforzada cuando los niños reconocen y etiquetan sus emociones a través de la expresión artística. Goleman (1995) señala que “la capacidad de identificar y nombrar las emociones es fundamental para la regulación emocional y el bienestar psicológico” (p. 36). A través de actividades como el dibujo de sus estados de ánimo o la creación de historias personales,

los niños desarrollan una mayor comprensión de sus propias experiencias emocionales.

Los niños también pueden expresar sus emociones y desarrollar su autoestima al ver sus obras terminadas a través de la creación artística. El desarrollo biológico y emocional se potencia a través de actividades como modelar con arcilla o tocar un instrumento musical. En el ámbito emocional, las artes proporcionan un espacio seguro para la conexión con sus emociones. Además, las actividades artísticas crean un entorno donde los niños pueden experimentar y expresar emociones sin temor a ser juzgados. Esto no solo mejora la autoconciencia, sino que también fomenta la confianza en la expresión emocional, lo cual es crucial para el desarrollo de la inteligencia emocional (Eisner, 2002). Las actividades artísticas permiten a los niños explorar y comunicar su identidad. Este proceso no solo les ayuda a desarrollar la autoconciencia emocional, sino que también fomenta la aceptación de las diferencias en los demás

3. Conclusiones

La inteligencia emocional se expresa en habilidades personales e interpersonales que incluyen no solo la capacidad de detectar los sentimientos propios, sino también el reconocimiento de cómo actuar en consecuencia y emplear esta información para interactuar positivamente en las relaciones, resolviendo problemas de manera más empática.

La gestión de las emociones es esencial para el bienestar integral, por lo que es importante desarrollar la inteligencia emocional desde una temprana edad, para que los niños puedan ingresar al mundo actual con estas habilidades y ser líderes desde pequeños. Durante la etapa preescolar, específicamente entre los tres y cuatro años de edad, los niños experimentan avances significativos en su capacidad para identificar y manejar sus emociones, lo que constituye la base para el desarrollo de las habilidades inherentes a la inteligencia emocional. Esta habilidad permite entender cómo las personas interactúan consigo mismas y con los demás

A través de la interacción con sus cuidadores y compañeros, los niños aprenden no solo a identificar emociones, sino también a gestionarlas adecuadamente, lo que contribuye a su bienestar emocional general. En este proceso, las actividades artísticas son esenciales para desarrollar la inteligencia emocional de manera vivencial, expresiva y libre, permitiendo que los niños plasmen sus emociones a través de las diversas actividades que se les presenten.

Desarrollar la inteligencia emocional en la etapa preescolar ayuda a los niños a enfrentar los desafíos del mundo actual con mayor

resiliencia y empatía. Las actividades artísticas, como el dibujo, la música, la danza, y el teatro, son herramientas poderosas para que los niños expresen lo que sienten de forma libre y creativa. Esto no solo les permite explorar y reconocer sus emociones, sino también desarrollar habilidades como la autoconciencia, la empatía y la regulación emocional.

El arte fomenta un espacio seguro para que los niños expresen lo que no siempre logran decir en palabras, esto les ayuda a entender mejor sus propias emociones y las de los demás y los prepara para desenvolverse en relaciones interpersonales y adaptarse a diferentes situaciones con mayor sensibilidad. Por lo tanto, el desarrollo de la inteligencia emocional a través del arte es, sin duda, una forma enriquecedora de aprender y crecer.

4. Referencias bibliográficas

- Álvarez, L. & Cuadrado, F. (2020). *El papel del arte en la educación emocional de la infancia*. Revista de Educación Infantil, 14(3), 12-23. <https://acortar.link/RQSMw3>
- Patajalo, A., Vargas, G., Ávila, C., & Bayas, J. (2020). *La danza en el desarrollo de las habilidades motrices básica en edades escolares*. <https://acortar.link/HDjhxh>
- Bodrova, E., & Leong, D. (2007). *Herramientas de la mente: The Vygotskian Approach to Early Childhood Education*. Pearson Education.
- Díaz, A., Figueroa, J., Bigurra, M., & Fontecilla, F. (2020). *El arte y la creatividad en niños y jóvenes: procesos de transformación del espacio escolar y público*. <https://acortar.link/RQSMw3>
- Donovan, C. (2021). Control inhibitorio y regulación emocional: características, diferencias y desarrollo en la etapa preescolar. *Journal of Neuroeducation*, 1(2), 37-42. <https://doi.org/10.1016/j.jne.2021.01.004>
- Educrea. (2007). *10 razones para trabajar el arte en el aula*. <https://acortar.link/SVD9P2>
- Enciclopedia Concepto. (2024). *Arte*. <https://acortar.link/b9zIZE>
- Enciclopedia Concepto. (2024). *Artes plásticas*. <https://concepto.de/artes-plasticas/>
- Enciclopedia Concepto. (2022). *Música*. <https://concepto.de/musica/>
- Eisner, E. W. (2002). *Las artes y la creación de la mente*. Yale University.
- Fernández, P., & Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y

- Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93. <https://acortar.link/9kn4if>
- Fernández, A. y Montero, I. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. *Revista latinoamericana de Ciencias sociales, niñez y juventud*, 14(1), 53-66. <https://n9.cl/pf3xc>
- Fuente, D. (2023). *La danza y el teatro como inspiración en diversas disciplinas*. <https://acortar.link/ZVG1dk>
- García, O., & Navarrete, M. (2022). Desarrollo de la inteligencia emocional en los niños de 4 años: Beneficios y prácticas innovadoras. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*.
- Gardner, H. (1990). *Las inteligencias múltiples: La teoría en la práctica*. Ediciones Paidós.
- Gobierno de Mexico. (2023). *Las bellas artes son un elemento fundamental para entender los sentimientos de las hijas e hijos desde una edad temprana y saber cómo se sienten*. <https://acortar.link/aXY0fL>
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. <https://acortar.link/dtWltn>
- Granadino, F. (s.f.). *La educación inicial y el arte*. <https://acortar.link/7RZY4U>
- Hernández, G. (2017). *Método Analítico*. <https://acortar.link/hvPw37>
- Ley 070. Ley de la Educación “Avelino Siñani – Elizardo Pérez” (20 de diciembre de 2010) *Gaceta Oficial del Estado*. <https://acortar.link/saohiU>
- Malchiodi, C. (1998). *¿Qué es la terapia del arte?* <https://acortar.link/muKR37>
- Ministerio de Educación (2021). *Educación Inicial en Familia Comunitaria. Programas de Estudio Dosificados*. <https://acortar.link/hUwFoy>
- Moreno, C. (s.f.). *¿Puede la creación artística favorecer la gestión de la ansiedad en adolescentes? Una revisión bibliográfica*. <https://acortar.link/yawIjb>
- Pérez J. y Merino M. (Actualizado el 20 de febrero de 2023) *Preescolar: Qué es, orígenes, importancia y beneficios*. <https://definicion.de/preescolar/>
- Salguero, N. y García, C. (2017). Autoestima, educación emocional y su incidencia en el proceso de enseñanza aprendizaje de los estudiantes en las instituciones educativas. *Boletín Redipe*, 6(5), 84-92. <https://acortar.link/t2jK9l>

- Sistema Nacional de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes, (2003). *Ley 136/2003. Código para la Protección de los Derechos de los Niños, Niñas y Adolescentes*. <https://acortar.link/Keb4iG>
- Tarazona, M., Bolivar, M., & Machado, K. (s/f). *El arte como posibilidad para la expresión emocional de la infancia*. <https://acortar.link/5HyxCV>
- Winner, E., Goldstein, T. y Vincent-Lancrin, S. (2014), *¿El arte por el arte?: La influencia de la educación artística*. Instituto Politécnico Nacional (IPN). <https://doi.org/10.1787/9789264224902-es>.