

Pedro Gallardo Vázquez
Francisco José Gallardo Basile
José Alberto Gallardo López

Fundamentos teóricos de la educación emocional

Claves para la transformación educativa

Octaedro 

Colección Recursos Educativos

Título: *Fundamentos teóricos de la educación emocional. Claves para la transformación educativa*

Primera edición: mayo de 2021

© Pedro Gallardo Vázquez, Francisco José Gallardo Basile,
José Alberto Gallardo López

© De esta edición:
Ediciones Octaedro, S.L.
C/ Bailén, 5 – 08010 Barcelona
Tel.: 93 246 40 02
octaedro@octaedro.com – www.octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-18615-39-9
Depósito legal: B 9532-2021

Diseño y realización: Octaedro Editorial

Impresión: Ulzama

Impreso en España – *Printed in Spain*

Sumario

Introducción	9
1. Bases conceptuales de las emociones	15
2. Teorías biológicas de la emoción	61
3. Teorías conductuales de la emoción	75
4. Teorías cognitivas de la emoción	113
Bibliografía	149

Introducción

El término *personalidad* es un concepto vago y con muchas acepciones en la psicología científica; de una manera u otra, pretende significar que las conductas y las vivencias siempre surgen y son de una unidad dinámica, organizada y diferenciada, de naturaleza psicofísica, donde se integran todos los procesos y propiedades psíquicas mediante los cuales cada persona interactúa con su medio social y natural (Pérez, 2003, pp. 12047-12048).

Según Pérez-García y Bermúdez (2012, p. 27), la personalidad es un concepto que hace referencia a la forma de percibir, pensar, actuar o sentir de una persona; constituye su auténtica identidad y está integrada por elementos de carácter más estables (rasgos) y elementos motivacionales, cognitivos y afectivos más vinculados con la situación y las influencias socioculturales, y, por tanto, más cambiables y adaptables a las características peculiares del entorno, que determinan, en una continua interrelación e interdependencia, la conducta de la persona, tanto lo que podemos observar desde fuera (conducta manifiesta) como los nuevos productos motivacionales, cognitivos o afectivos (conducta privada o interna) que entrarán en juego en la determinación de la conducta futura (cambios en creencias, expectativas, metas, estrategias, valoración de situaciones, etc.).

Palacios e Hidalgo (2011, p. 355) se refieren a la personalidad como un ámbito del desarrollo que es preciso abordar en

el marco de las relaciones interpersonales, y no al margen de ellas. Estos autores señalan que, durante los primeros años de la infancia, el principal contexto en el que la gran mayoría de los niños y las niñas crecen y se desarrollan es la familia. Subrayan que, a medida que se avanza en el desarrollo, los niños y niñas van accediendo y participando en nuevos contextos (escuela, grupos de iguales, medios de comunicación, etc.); en consecuencia, van apareciendo nuevas fuentes de influencia en el desarrollo de la personalidad. Afirman que la familia y la escuela son los dos contextos más influyentes en la conformación de la personalidad infantil. Finalmente, señalan que los padres, las madres, el profesorado y el grupo de iguales van a convertirse en los agentes sociales más importantes y decisivos durante estos años, y que, a través de las interacciones sociales que se establecen con todas estas personas, los niños y niñas van a ir diversificando sus relaciones y enriqueciendo sus experiencias sociales, de modo que obtienen nuevas informaciones y reciben influencias que les permiten consolidar o modificar muchos de los aspectos del desarrollo social y personal que habían comenzado a configurarse en los años anteriores.

El-Sahili (2014, p. 35) define la personalidad como un conjunto de características psíquicas relativamente estables en una persona, que permiten explicar sus diferentes acciones ante los estímulos del medio; es decir, representan el conjunto de pensamientos, sentimientos y actitudes que provocan que se reaccione de manera estable y relativamente predecible ante el mundo.

González (1999, p. 131) señala que la personalidad es estable en cuanto que aporta a la expresión actual del individuo un sentido subjetivo definido *a priori*; es decir, es generado de forma anticipada en relación con la actividad en que aquel se va a implicar, pero es dinámica en la medida en que no actúa como determinante de la actividad en una relación de

externalidad al individuo, sino que pasa a ser un elemento constituyente del sentido subjetivo de la actividad.

Para Fragoso (2017, p. 16), la personalidad es un sistema en desarrollo constituyente del ser humano, en el que la acción de este, respecto a lo que ella representa como praxis generadora de sentido, actúa como elemento constituyente del propio desarrollo de la personalidad.

Pensar, sentir y actuar son las tres acciones básicas que comprenden la personalidad del ser humano y lo identifica como ser racional que es. El estudio de la emotividad se justifica, por tanto, por ser un aspecto fundamental para entender el comportamiento de las personas y poder interpretar su forma de actuar (Martínez *et al.*, 2012, p. 164).

Las emociones se hallan en todos los procesos evolutivos del ser humano en la realización del ser social que somos. El desarrollo emocional es el proceso mediante el cual el niño o la niña construye su identidad, su autoestima, su seguridad y confianza en sí mismo y en el mundo que lo rodea a través de las interacciones que establece con sus pares significativos, identificándose a sí mismo como persona única y distinta. El mayor logro de este proceso consiste en que sea capaz de distinguir, identificar, manejar, expresar y controlar sus emociones, de manera que pueda incorporarse adaptativamente a la sociedad. Los procesos de maduración y socialización le ayudan a formar vínculos afectivos, adquirir valores éticos y morales e interiorizar las normas sociales de la cultura donde crecerá (Amar y Abello, 2011, pp. 14-15).

El desarrollo socioemocional es el proceso a través del cual un niño o niña aprende a reconocer sus cualidades y limitaciones, sus sentimientos y emociones, a la vez que desarrolla la capacidad de expresarlos sin dañar a otras personas. Esto favorece su autoconocimiento y autoestima, como también sus habilidades para relacionarse con los demás (CEDEP, 2015, p. 19).

El desarrollo socioemocional tiene lugar en el contexto de las relaciones de los niños y niñas con los demás desde las primeras etapas de su vida. Los niños y niñas que tienen una relación segura y positiva con sus cuidadores y cuidadoras desarrollan mejores competencias emocionales que aquellos y aquellas que carecen de este tipo de relación. Al establecer vínculos con los cuidadores y cuidadoras, aprenden a entender los sentimientos y a mantener una estrecha conexión incluso durante los conflictos, al mismo tiempo que aprenden las expectativas sociales y culturales para las situaciones sociales. Estas experiencias son fundamentales para un desarrollo saludable y sientan las bases para la calidad de las relaciones a lo largo de la infancia y las que tendrán en la edad adulta (Unesco *et al.*, 2019, p. 42).

Torrijos *et al.* (2015, p. 163) señalan que la promoción de competencias emocionales es una necesidad formativa a la que es preciso hacer frente no solo para favorecer el bienestar personal y social de los futuros docentes, siendo coherentes con las exigencias legales en cuanto a competencias que deben tener los responsables del proceso educativo, sino como una estrategia de mejora en la efectividad y calidad de los procesos de enseñanza y aprendizaje, la cual repercutirá en el desarrollo socioemocional del alumnado con el que desempeñen su trabajo educativo.

Fernández-Martínez y Montero-García (2016, p. 54) resaltan la importancia que tiene el desarrollo de la inteligencia emocional en la vida de las personas, así como la necesidad de potenciar su educación, y subrayan que el trabajo y responsabilidad del profesorado no es solo enseñar conocimientos a los alumnos y alumnas, sino contribuir al perfeccionamiento de cada uno de estos niños y niñas, y para conseguir este objetivo, la inteligencia emocional puede ser una buena herramienta.

Molero *et al.* (2017, pp. 51-52) señalan que es importante considerar que la adquisición de conocimientos meramente

académicos no es suficiente para lograr el éxito escolar, debiéndose valorar las implicaciones educativas de los aspectos emocionales en las aulas, en especial en lo relacionado con el bienestar emocional y sus repercusiones en la mejora de la convivencia escolar. Según estos autores, el desarrollo de las competencias emocionales es clave para el logro del bienestar y, por este motivo, subrayan que es necesario que la educación de las emociones se contemple en los currículos educativos, observando la relación existente entre los estilos educativos y el desarrollo emocional, algo que puede favorecer el bienestar tanto del alumnado como del profesorado.

Fernández-Abascal (2015, pp. 12-13) señala que el nacimiento de las diversas concepciones de la inteligencia emocional supuso una revolución en el estudio de las emociones. En primer lugar, porque produjo un cambio en el centro de atención de la investigación emocional que evolucionó de su núcleo fundamentalmente interesado en la patología, a un nuevo núcleo centrado en la normalidad. En segundo lugar, la inteligencia emocional plantea un funcionamiento óptimo emocional de las personas en función de sus capacidades adaptativas y no de un mero funcionamiento «adaptativo/no adaptativo», «normal/anormal». En tercer lugar, la inteligencia emocional cambia de interés casi exclusivo por la «curación» de las alteraciones emocionales, por un nuevo marco basado en la prevención. En cuarto lugar, la inteligencia emocional ha propiciado una articulación global de las emociones, frente a una visión segmentada y aislada de las mismas. En quinto lugar, ha supuesto un cambio paradigmático en el estudio de las emociones, creando una mudanza de un enfoque inicialmente ideográfico a uno nomotético. En sexto lugar, la inteligencia emocional ha proporcionado una visión holística de los procesos adaptativos, ya que ha integrado las emociones con la cognición y también con la motivación. Y, por último, la inteligencia emocional es una concepción con

vocación intervencionista y proporciona un marco que permite la evaluación y el cambio emocional.

Bisquerra (2010, p. 157) subraya que la educación emocional es una de las innovaciones psicopedagógicas de los últimos años que responde a las necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en las materias académicas ordinarias que se imparten en los centros educativos (lenguaje, matemáticas, idiomas, ciencias sociales, ciencias naturales, etc.). Su objetivo es el desarrollo de competencias emocionales, consideradas competencias básicas para la vida. Es, por tanto, una educación para la vida.

El presente libro está dividido en cuatro capítulos que explican diversos aspectos conceptuales para abordar la aplicación de la inteligencia emocional en el contexto educativo. En el primero se define qué son las emociones; se describen cuáles son las funciones de las emociones, se define qué son los sentimientos, qué es la memoria emocional y qué son las emociones básicas; se habla de las emociones secundarias o sociales y, finalmente, se abordan algunos aspectos de la felicidad y su relación con el bienestar subjetivo. En el segundo capítulo se exponen las teorías de las emociones de Darwin, James-Lange y McDougall. En el capítulo tercero se presentan las principales aportaciones del condicionamiento clásico y del condicionamiento operante (teoría de los dos factores de Mowrer, teoría de la indefensión aprendida o desamparo aprendido), se muestran algunos de los aspectos más relevantes del aprendizaje observacional y se exponen las ideas principales de las teorías de las emociones de Izard, Plutchik, Tomkins y Ekman. Por último, en el cuarto capítulo, se presentan las ideas básicas de las teorías de las emociones de Schachter y Singer, Mandler, Lang y Scherer, y se exponen dos de las teorías más importantes que intentan explicar el desarrollo emocional en las personas mayores: la teoría de Labouvie-Vief y la teoría de la selectividad socioemocional de Carstensen.

Índice

Introducción	9
1. Bases conceptuales de las emociones	15
1.1. ¿Qué son las emociones?	16
1.2. ¿Cuáles son las funciones de las emociones? ...	29
1.3. ¿Qué son los sentimientos?	32
1.4. ¿Qué es la memoria emocional?	37
1.5. ¿Qué son las emociones básicas?	41
1.6. Las emociones secundarias o sociales.....	43
1.7. La felicidad	45
2. Teorías biológicas de la emoción	61
2.1. Teorías fisiológicas e instintivistas.....	65
2.1.1. Teoría de James-Lange	65
2.1.2. Teoría de McDougall	68
3. Teorías conductuales de la emoción	75
3.1. Aportaciones basadas en el aprendizaje	76
3.1.1. Aportaciones desde el condicionamiento clásico y desde el condicionamiento operante	76
Teoría de los dos factores	76
Indefensión aprendida o desamparo aprendido ...	84
3.1.2. Contribución desde el aprendizaje observacional.....	87

3.2. Aportaciones basadas en la dimensión expresiva-motora-conductual de la emoción	91
3.2.1. Teoría de Izard	92
3.2.2. Teoría de Plutchik	96
3.2.3. Teoría de Tomkins	99
3.2.4. Teoría de Ekman.	106
4. Teorías cognitivas de la emoción	113
4.1. Teoría bifactorial de Schachter y Singer	114
4.2. Teoría de la interpretación cognitiva de Mandler.	116
4.3. Teoría bioinformacional de Lang	120
4.4. Teoría procesual de Scherer	127
4.5. Teorías del desarrollo emocional en las personas mayores.	134
4.5.1. Teoría de Labouvie-Vief	134
4.5.2. Teoría de la selectividad socioemocional de Carstensen	141
Bibliografía	149