

EDUCACIÓN EMOCIONAL Y EXPRESIÓN CORPORAL: TRATAMIENTO INTEGRAL EN EDUCACIÓN INFANTIL

EMOTIONAL EDUCATION AND BODY EXPRESSION: INTEGRAL METHODOLOGY IN PRESCHOOL

Autor:

Silva, R.⁽¹⁾; Abilleira, M.⁽¹⁾; Gradín, M.⁽²⁾

Institución:

⁽¹⁾ Universidad de Vigo. roberto.silva@uvigo.es

⁽²⁾ Universidad de Santiago

Resumen:

Introducción: Existe una relación entre la parte física y psicológica del individuo, que se traslada entre la educación emocional y la expresión corporal en las aulas de educación infantil, etapa en la que es importante enriquecer las capacidades físicas, afectivas y sociales del individuo, además de construir la personalidad a través de la educación emocional.

Metodología: Un cuestionario sobre la educación emocional y expresión corporal de 14 preguntas de carácter cerrado y dos de carácter abierto, con una muestra de 54 docentes.

Resultados: Participaron en el estudio un total de 41 mujeres y 13 hombres de 43,03 ± 9,5 años de edad. En cuanto a la formación en expresión corporal y en educación emocional, el 100% de la muestra admite no tener formación

suficiente. Un 48,15% de los encuestados confirma que siempre existe relación entre la expresión corporal y la educación emocional, y un 70,37% considera que a través de la expresión corporal se logran beneficios en la inteligencia emocional.

Conclusiones: La formación del profesorado en lo referido a la educación emocional y la expresión corporal es deficiente.

Palabras clave:

Corporalidad, movimiento, emociones, profesorado, infancia.

Abstract:

Introduction: Through this project we intend to make visible the connection between both physical and psychological nature of people. That is why we decided to investigate about the connection among emotional education and body expression in preschool education in which we find important to encourage people's physical, social and affective abilities and building each one's personality through emotional education as well.

Methodology: A sixteen question test about emotional education and body expression meant to be answered by sixty-one teachers among twenty-five schools although only fifty-four teachers among twenty-seven schools answered the test.

Results: As we analyzed the test answers we counted an amount of forty-one women and thirteen men aged 43.03 ± 9.5 years old. In terms of body expression and emotional education 100% of the teachers admit not having enough training. In the other hand, 48.15% assured finding connection between body expression and emotional education. 70.37% consider that it could be possible to reach emotional intelligence benefits through body expression

Closure: We found that teacher's training is deficient in terms of body expression and emotional education.

Key words:

Corporality, movement, emotions, teachers, childhood.

Silva, R; Abilleira, M.; Gradín, M (2018). Educación emocional y expresión corporal: tratamiento integral en educación infantil. *Trances*,10(2):121-136.

1. INTRODUCCIÓN

El control de las emociones y la expresión corporal albergan gran importancia desde la primera infancia y, pero se trata de aspectos que no se trabajan en las aulas de educación infantil habitualmente. Se han estudiado cuáles son las características fundamentales de la educación emocional y de la expresión corporal en el ámbito de la educación, lo cual nos hace reflexionar acerca de nuestra práctica como docentes.

2. MARCO TEÓRICO

La parte física y psicológica de todo individuo están relacionadas, integradas en un todo y, por lo tanto, es importante trabajar ambas áreas en conjunto (García, 2017). En este sentido, la expresión corporal se compone de una dimensión expresiva, una comunicativa y otra creativa, siendo el gesto y el movimiento los principales recursos expresivos y comunicativos comunes a ellas. Para conseguir desarrollar la expresión corporal, destacan las capacidades física, cognitiva, motriz, la emocional, y expresiva; y otras como el control, la empatía, la creatividad, la imaginación, la improvisación, o la espontaneidad (García, 2017). Para un enfoque correcto, debemos de tener en cuenta que, en los primeros años de vida, nuestro cuerpo es el principal instrumento para conocer el medio que nos rodea, y una de las principales necesidades de los niños y niñas es el movimiento, gracias al que lograrán adquirir nuevos aprendizajes y una formación integral (Cachadiña, 2006).

Asimismo, a través de la expresión corporal, el individuo logra comunicar a través de su propio cuerpo y expresar sus propias emociones y sentimientos de forma artística (Montesinos, 2004). En lo referido al nivel psicológico, supone un momento de acercamiento de la persona a sí misma, desarrollando así la inteligencia intrapersonal de la que habla Gardner (2003), y que influirá en innumerables aspectos de la vida de nuestros alumnos y alumnas. La inteligencia del individuo no radica en la rapidez con la que resuelva algo, sino que muchas más dimensiones como la cultura, el entorno, las costumbres, la genética etc. De esta forma, el desarrollo de las inteligencias múltiples depende

de la genética, el entorno en el que el individuo se desarrolle, y las influencias que recibe directamente de éste. En opinión de Escamilla (2014), estas afirmaciones guardan relación con el ámbito escolar, pues considera al alumno como el protagonista de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje.

La expresión corporal es una faceta de la comunicación que tiene un lenguaje común a todos los seres humanos y que les permite ponerse en contacto con ellos mismos y, posteriormente, expresarse y comunicarse con los demás empleando su propio cuerpo como canal (Vallejo, 2003). En gran parte de la educación infantil, la comunicación es no verbal, y el cuerpo y el movimiento las únicas vías para comunicarse y expresarse.

Según Goleman (2013), la inteligencia emocional es la capacidad para conjugar adecuadamente el pensamiento con las emociones cuando se interactúa con el mundo social; y desde la etapa de infantil, trabajarlo en el aula es una tarea complicada, dado que los alumnos todavía se encuentran en una etapa de desarrollo egocéntrica. Para Ruano (2003), las ideas pedagógicas que surgen con relación a la educación emocional se llevan a cabo por la necesidad de desechar la idea de alumno pasivo, haciendo que participe de manera activa y lúdica, reflexiva y con criterio, siendo capaz de captar la información propia y la que le llega del exterior, y siendo capaz de actuar de forma autónoma, dando lugar así a un individuo global cuya dimensión emotiva será dominante. En palabras de Buj (2014), la educación emocional en el aula, implica un desarrollo positivo de la inteligencia emocional en el alumnado, gracias a la valoración adecuada y confianza en uno mismo.

A través del desarrollo corporal se trabajan aspectos positivos de la inteligencia emocional en los individuos, y la expresión corporal se ubica en esta orientación por poseer un alto componente educativo basado en el desarrollo de ciertas capacidades del individuo como la creatividad, la espontaneidad, el autoconocimiento y la autoestima. Además, a través del disfrute del movimiento, el individuo evidencia placer, lo cual se evidencia desde la óptica de la expresión corporal (Ruano, 2003).

3. OBJETIVOS

Determinar la presencia e interrelación de la expresión corporal y educación emocional en las aulas de Educación Infantil.

4. METODOLOGÍA

Se utilizó un cuestionario con catorce preguntas cerradas con múltiples respuestas y dos preguntas de respuesta abierta, aplicado a docentes de educación infantil de Galicia en el año 2017. Se incluyeron preguntas de tipo sociodemográfico, y sobre educación emocional y expresión corporal. Se repartieron presencialmente los cuestionarios por 25 centros de Santiago de Compostela, Ferrol y Pontevedra; y se recogieron respuestas en 17 de ellos. La muestra fue de 54 sujetos, 13 hombres y 41 mujeres. Se ha realizado un análisis descriptivo con apoyo de gráficos del programa Excel.

5. RESULTADOS

La media de edad alcanzó los $43,03 \pm 9,5$ años, con una experiencia profesional de $17,11 \pm 14,58$ años. El 75,93% fueron mujeres y un 24,07% hombres. Los centros analizados estaban ubicados el 94,44% en la provincia de A Coruña y el 5,56% en la provincia de Pontevedra.

El 48,15% de los docentes participantes consideran que siempre existe relación entre la expresión corporal y la educación emocional, el 38,89% cree que esta relación se da casi siempre, y el 12,96% que se da a veces. Ningún docente cree considera que no exista (Gráfico 1).

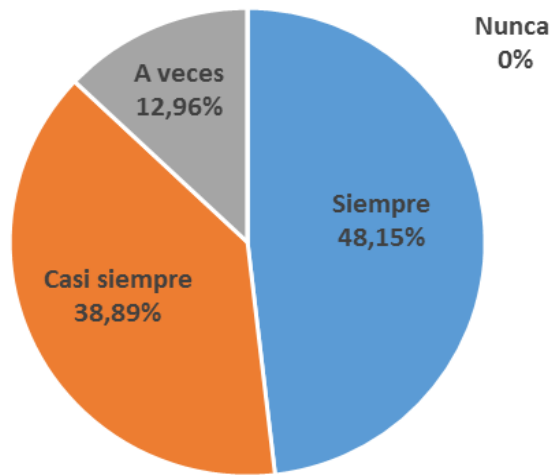


Gráfico 1: Relación entre expresión corporal y educación emocional en Educación Infantil.

Cuando nos referimos a la importancia de trabajar la educación emocional en el aula de educación infantil, el 62,96% de los docentes estudiados considera que siempre es importante, el 31,48% casi siempre, el 5,56% a veces, y ninguno piensa que no sea importante (Gráfico 2).

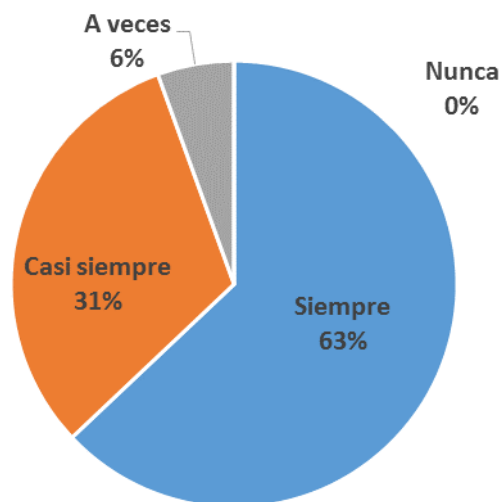


Gráfico 2: Importancia de trabajar la educación emocional en educación infantil.

Aunque el 100% de los sujetos respondieron que es importante estar formado en Expresión corporal, tanto en educación emocional como en expresión

Silva, R; Abilleira, M.; Gradín, M (2018). Educación emocional y expresión corporal: tratamiento integral en educación infantil. *Trances*,10(2):121-136.

corporal, ninguno de los encuestados piensa que está siempre está correctamente, y el 29,63% considera que casi siempre está bien formado en ambos aspectos. Por su parte, el 62,96% entiende que a veces está correctamente formado en educación emocional, y el 66,67% en expresión corporal; aunque el 5,56% de los encuestados consideran que nunca están correctamente formados en educación emocional, y el 3,70% con respecto a la expresión corporal (Tabla 1).

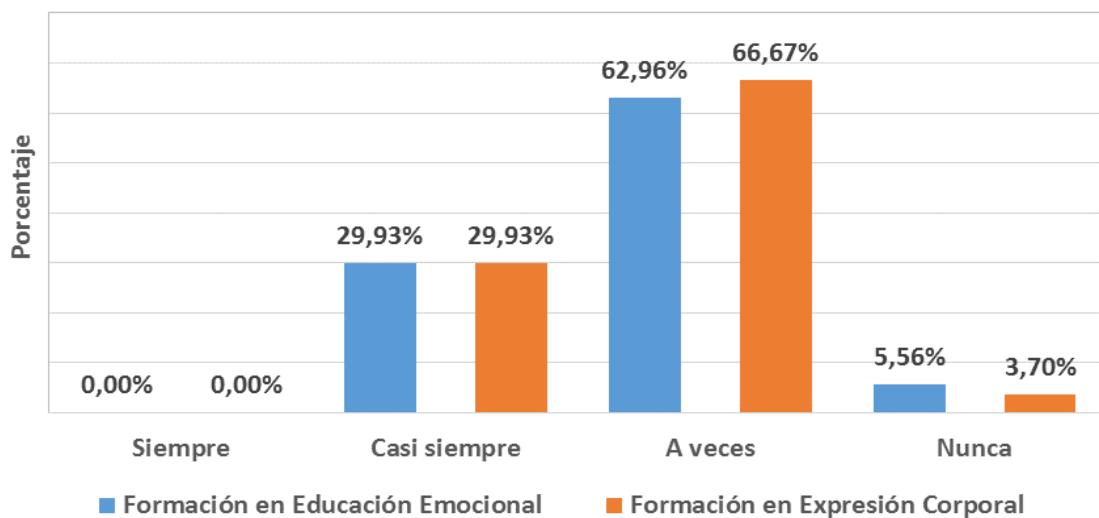


Tabla 1: Formación de los docentes en educación emocional y expresión corporal.

En cuanto a sí se logran beneficios en la inteligencia emocional a través de la expresión corporal, el 70,37% de los docentes encuestados considera que sí, un 0% que no, y un 29,63% no sabe o no contesta (Gráfico 3).

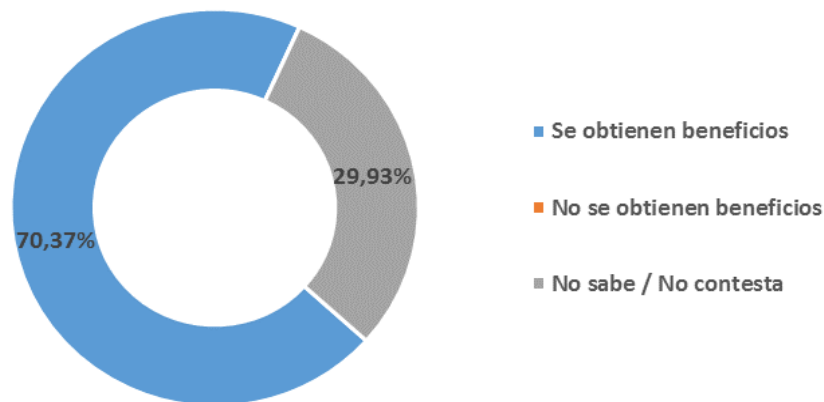


Gráfico 3: Influencia de la expresión corporal en la inteligencia emocional.

Al referirnos al trabajo de la educación emocional en el aula, el 51,85% de los docentes reconoce que la utiliza a veces, el 27,78% casi siempre, el 18,52% lo hace siempre y un 1,85% no sabe o no contesta. La mayoría lo hace a través de cuentos, actividades, asambleas, dibujos, canciones, actividades artísticas, de manera transversal, aprovechando vivencias del aula, dramatizaciones, juegos de rol y otros.

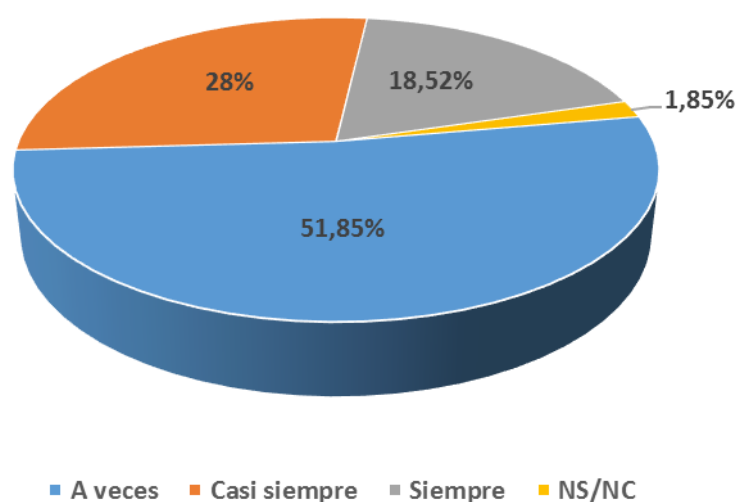


Gráfico 4: Frecuencia con la que el docente trabaja la educación emocional en el aula.

Por su parte, el 44,44% de los docentes cree que a través de la expresión de sus alumnos puede reconocer sus sentimientos y emociones, el 50% cree que casi siempre, el 5,56% a veces, y ninguno cree que nunca reconoce sentimientos y emociones a través de la expresión de sus alumnos (Gráfico 5).

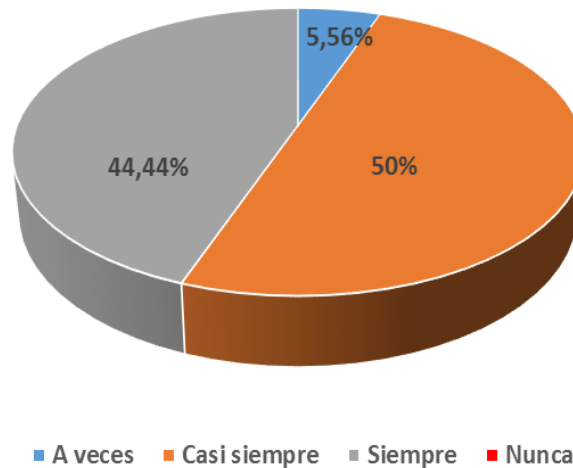


Gráfico 5: Efectividad de la expresión para que el alumno reconozca sentimientos y emociones.

En cuanto a la forma que tienen de aprender a través de la expresión corporal, el 37,04% de los docentes afirma que siempre se aprende de forma lúdica, un 50% consideran que casi siempre, 12,96% que esto ocurre a veces y un 0% cree que nunca (Gráfico 6).

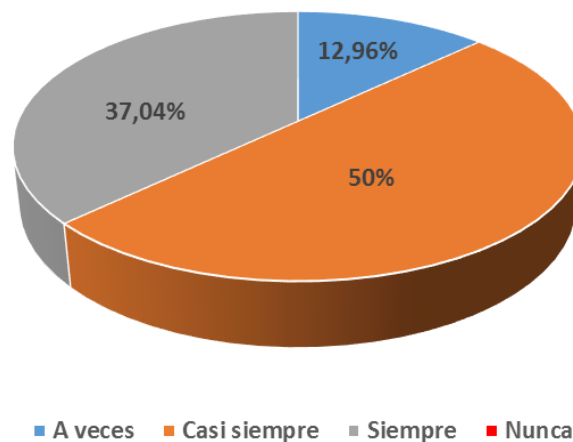


Gráfico 6: Aprendizaje de forma lúdica del alumnado a través de la expresión corporal.

La capacidad del movimiento para representar siempre o casi siempre sensaciones y emociones fue reconocida por el 46,30% de los docentes, mientras que 7,40% entiende que se produce a veces, y ninguno que nunca (Gráfico 7).

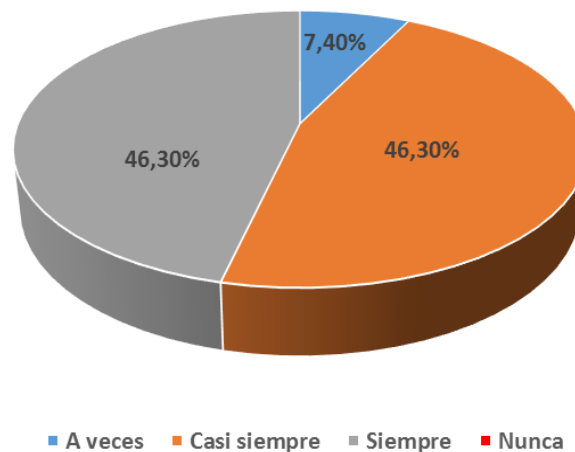


Gráfico 7. Capacidad del movimiento para representar sensaciones y emociones.

Al solicitar a los docentes que valorasen el trabajo de las dimensiones de aprendizaje de su alumnado mediante la expresión corporal, observamos que un 37,04% puntúa al máximo la dimensión socioafectiva, un 33,33% a la dimensión cognitiva, un 50% a la dimensión emotiva, y de forma destacada, un 70,37% a la dimensión psicomotriz.

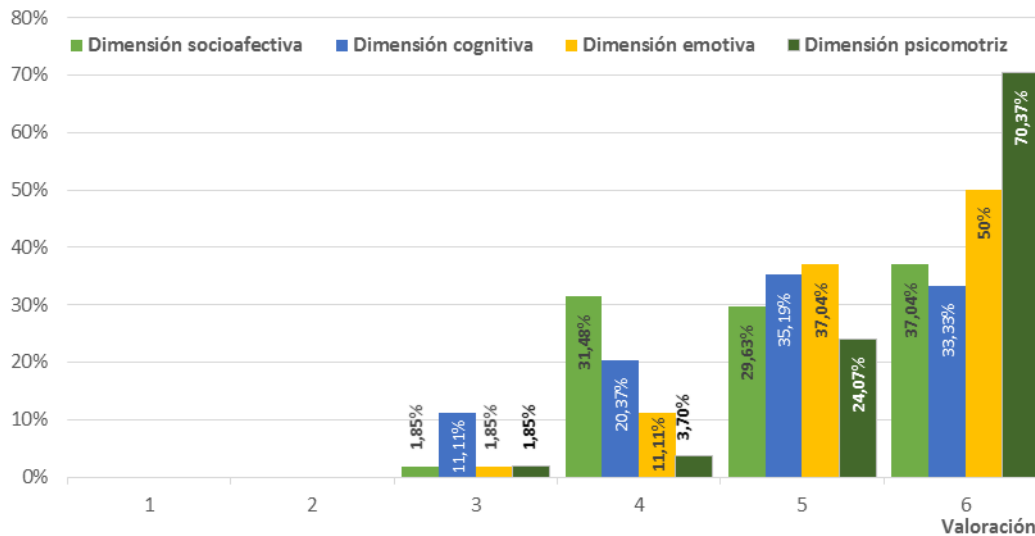


Tabla 3. Trabajo de dimensiones en el alumnado mediante la expresión corporal.

6. DISCUSIÓN

La importancia de esta investigación se fundamenta en el Decreto 330/2009, de 4 de junio, que establece el currículo de la educación infantil en Galicia, y que recoge que uno de los objetivos en el área de conocimiento de sí mismo y autonomía personal de la segunda etapa de la educación infantil, relacionado con las emociones, es *“identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades y preferencias y ser capaces de expresarlos y comunicarlos, así como identificar y respetar también los de las otras personas”* (p.10785-10786).

En cuanto a la expresión corporal, se contemplan en el área de lenguaje: comunicación y representación objetivos como *“utilizar los diversos lenguajes como instrumentos de comunicación, de expresión de ideas y sentimientos, de representación, de aprendizaje y de disfrute”*, y *“reconocer la importancia de las manifestaciones no verbales -el silencio, la mirada, la gestualidad, el olfato y el tacto- como elementos genuinos de la comunicación humana”* (p.10792).

En este estudio, el 48,15% de los docentes afirmaron que la educación emocional y la expresión corporal están siempre ligadas. La expresión corporal se ubica en esta orientación por poseer un alto componente educativo basado en el desarrollo de ciertas capacidades del individuo, lo que favorece un

desarrollo psicofísico del alumnado con un aumento de la sensibilidad para considerar los estímulos tanto externos como internos con el fin de favorecer su expresividad y el desarrollo de las emociones.

Observamos que muchos de los docentes tienen la consideración necesaria, pues sólo un 18,97% trabaja siempre la educación emocional en el aula, y un 51,85% lo hace sólo a veces. Los maestros que sí trabajan educación emocional en sus aulas, justifican que lo hacen la mayoría a través de cuentos, asambleas, juegos, dibujos, actividades relacionadas con la educación emocional, canciones, actividades artísticas, de manera transversal, aprovechando vivencias del aula, dramatizaciones, o juegos de rol. Otros autores como Brozas (1994), utilizan como propuestas prácticas para el trabajo de las emociones el uso de objetos para inducir determinados estados emocionales.

Por su parte, Cruz (2014) afirma que la inteligencia emocional se desarrolla e través de la lectura y representación de cuentos, a través de la expresión dramática y corporal, mediante un enfoque metodológico que debe incitar a la imaginación aportando recursos que motiven la experimentación, creando entornos estimulantes. Es importante que los espacios sean lúdicos, de confianza, colaboración y respeto, y que los padres colaboren con la escuela. Esta autora añade que las vías por las que se puede desarrollar la inteligencia emocional con los campos de actuación del juego dramático, el ejercicio dramático, las improvisaciones, la pantomima o mimo, los títeres, la danza creativa o la creación artística.

Bossu y Chalaguier (1986), consideran que la expresión corporal es un medio para exteriorizar nuestro mundo interno y además nos aporta propuestas prácticas para su desarrollo de una manera lúdica y creativa. El 12,96% de nuestros encuestados consideran que sus alumnos aprenden de manera lúdica a través de la expresión corporal a veces y un 37,04% los que consideran que esto sucede siempre.

Para Bisquerra (2005), la puesta en práctica de programas de educación emocional requiere una formación previa del profesorado, pero el desarrollo de competencias emocionales de forma intencional y sistemática está, en general, ausente en su formación. Así también lo hemos comprobado, pues ningún profesor considera que siempre está bien formado en educación emocional, un 62,96% que lo está solamente a veces, y un 5,56% que nunca está bien formado en educación emocional. A pesar de ello, todos los profesores respondieron que esta formación es importante.

Estas cifras son extrapolables a la formación en expresión corporal, ya que ningún docente entiende que siempre está formado para trabajar la expresión corporal en el aula, sin embargo, todos los profesores de nuestra confirman que es importante estarlo. Autores como Pelegrín (1996), estiman que la expresión corporal posee un alto componente educativo basado en el desarrollo de ciertas capacidades del individuo como la creatividad, la espontaneidad, el autoconocimiento y la autonomía. Ante esta afirmación, observamos que el 33,33% de los docentes entrevistados están totalmente de acuerdo con esto, y el 57,41% de acuerdo.

En el estudio de Torrents et al. (2011), se recogió una muestra de 80 alumnos universitarios que en las clases de expresión corporal autoevaluaron sus emociones mediante ejercicios como la danza expresiva. Se reflejó la evidente diferencia entre el número de veces que el alumnado manifiesta sentir emociones positivas frente a las negativas. En esta línea, el 70,37% de los participantes en nuestro estudio, afirmaron que se logran beneficios, mientras el 29,63% restante, o no contestaron o ignoraban si se lograban beneficios.

Para Vallés y Vallés (2000), deberíamos poner en práctica nuestras habilidades emocionales cuando nos surge algún problema de carácter emocional, pero sin olvidar la dimensión social que enmarca la expresión emocional de nuestros estados de ánimo, porque las habilidades sociales deben vincularse con las emocionales. En nuestro estudio, un 37,04% de los encuestados contempla

que a través de la expresión corporal se puede trabajar la dimensión socioafectiva siempre, y otro 29,63% tiene alta consideración sobre ello.

En lo que concierne a la dimensión emocional, desde la expresión corporal se puede actuar de manera eficaz, ya que ésta se entiende como una forma de expresión, de comunicación, como forma de canalización de las funciones e, incluso, como una vía de trabajo para llegar a modificarlas (Vallejo 2003). Así, el 50% de las personas que hemos estudiado, respondieron que la dimensión emotiva está siempre relacionada con la expresión corporal.

7. CONCLUSIONES

Existe una presencia deficitaria de la educación emocional y la expresión corporal en las aulas de educación infantil. Posiblemente este déficit venga de la mano de la baja formación del profesorado en este campo así como el arraigo que todavía existe en las aulas de la metodología tradicional, en la que lo cognitivo prima sobre lo afectivo, y no de forma global.

A pesar de esto, paulatinamente se van incrementando los conocimientos, observando que muchos de los maestros/as jóvenes tienen más consideración en lo que concierne a la expresión corporal y a la educación emocional. Parece que el profesorado actual comienza a ser consciente de que la adquisición de conocimientos académicos no es suficiente para conseguir el éxito y formar personas con valores.

Educación emocional y la expresión corporal guardan estrecha relación, sin embargo, la mayoría de los docentes no son conscientes de ello y, por lo tanto, no otorgan la importancia que merece a poner en marcha en sus programaciones clases de educación corporal y expresión corporal.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bisquerra, R. (2000). *Educación emocional y bienestar*. Madrid, España: Cisspraxis.

Bossu, H. y Chalaguier, C. (1986). *La expresión corporal. Método y práctica*. Barcelona, España: Martínez Roca.

Silva, R; Abilleira, M.; Gradín, M (2018). Educación emocional y expresión corporal: tratamiento integral en educación infantil. *Trances*,10(2):121-136.

Brozas, M. P. (1994). *Funciones pedagógicas de los objetos en expresión corporal*. Sevilla, España: Wanceulen.

Buj, M. J. (2014). *La educación emocional en el aula. Propuestas didácticas para niños y niñas de 6 a 12 años*. Barcelona, España: Horsori ediciones.

Cachadiña, M^a. P. (2006). *Expresión corporal en clase de educación física*. Sevilla, España: Wanceulen Editorial Deportiva.

Cruz, P. (2014). Creatividad e inteligencia emocional. Como desarrollar la competencia emocional, en Educación Infantil, a través de la expresión lingüística y corporal. *Historia y Comunicación Social*. Vol. 19 (Esp) pp 107-118. Recuperado de <http://revistas.ucm.es/index.php/HICS/article/viewFile/44944/42322>

Decreto 330/2009, de 4 de junio, por el que se establece el currículo de la educación infantil. Diario Oficial de Galicia, nº 121. Consellería de Educación e Ordenación Universitaria. Xunta de Galicia. Recuperado de: http://avepss.traballoebienestar.xunta.es/documentacion/decreto_330_2009_curriculum_educacion_infantil_gal.pdf

Diekstra, R (2013). *Redes 157: El aprendizaje social y emocional, las habilidades para la vida*. <https://www.youtube.com/watch?v=H8Hg6NxqB3g>

Escamilla, A. (2014). *Inteligencias múltiples. Claves y propuestas para su desarrollo en el aula*. Barcelona, España: Graó.

García, E. (2017). Documentación de *Didáctica da Expresión e Comunicación Corporal*. Universidad de Santiago de Compostela. Santiago de Compostela. España. No publicado.

Gardner, H. (2003). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona, España: Paidós.

Goleman, D. *Redes 157: El aprendizaje social y emocional, las habilidades para la vida*. <https://www.youtube.com/watch?v=H8Hg6NxqB3g>

Montesinos, D. (2004). *La expresión corporal. Su enseñanza por el método natural evolutivo*. Barcelona, España: Inde.

Pelegrín, A. M. (1996). *Expresión corporal. Personalización en la educación física*. Madrid, España: Rialp.

Ruano, K. (2003). *¿Cómo expresamos las emociones?* Zamora, España: Amarú.

Torrents, C., Mateu, M., Planas, A., Dinusôva, M., (2011). *Posibilidades de las tareas de expresión corporal para suscitar emociones en el alumnado*. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2) 401-412. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235122167011>

Vallejo, B. (2003). *Expresión Corporal con tercera edad*. Zamora, España: Amarú

Vallés, A. y Vallés, C. (2000). *Inteligencia emocional. Aplicaciones educativas*. Madrid, España: EOS.