

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS/AS

La Inteligencia Emocional (I.E) es el control adecuado de las emociones, que nos permite una mejor relación con los demás y con nosotros mismos. La I.E, como toda conducta, es transmitida de padres a niños/as, sobre todo a partir de los modelos que el niño/a se crea.

- *La Inteligencia Emocional en el contexto familiar.*

La personalidad se desarrolla a raíz del proceso de socialización, en la que el niño/a asimila las actitudes, valores y costumbres de la sociedad. Y serán los padres los encargados principalmente de contribuir en esta labor, a través de su amor y cuidados, de la figura de identificación que son para los niños/as (son agentes activos de socialización). Es decir, la vida familiar será la primera escuela de aprendizaje emocional.

Por otro lado, también van a influir en el mayor número de experiencias del niño/a, repercutiendo éstas en el desarrollo de su personalidad. De esta forma, al controlar la mayor parte de las experiencias de los niños/as, los padres contribuyen al desarrollo de la cognición social.

Partiendo del hecho de que vosotros, los padres, sois el principal modelo de imitación de vuestros hijos, lo ideal sería que vosotros, como padres, empecéis a entrenar y ejercitar vuestra "*Inteligencia Emocional*" para que vuestros hijos puedan adquirir esos hábitos.

Los principios básicos para educar con una disciplina positiva y efectiva que ayude a desarrollar su Inteligencia Emocional:

- Establecer límites y reglas claras y atenerse a ellas.
- Dar advertencias y señales al niño/a cuando comienza a comportarse mal. Es una manera de enseñarles autocontrol.
- Reforzar las buenas conductas con elogios y afecto ignorando las conductas que sólo buscan llamar la atención.
- Educar a los hijos conforme nuestras expectativas. Dedicar tiempo para conversar sobre los valores y las normas y por que éstas son importantes.
- Cuando se transgrede alguna norma o límite puesto, imponga inmediatamente una consecuencia adecuada y proporcionada.

Estructura del taller

El Taller “**La Inteligencia Emocional en la educación de los hijos**” es un taller dinámico y participativo dirigido a un grupo heterogéneo de padres que, a través de las diferentes propuestas de trabajo, desarrollan sus propias capacidades y deciden cómo aplicarlas en su contexto.

- Duración: 8 horas
- Número de sesiones: 4 sesiones
- Número de asistentes: 15 aproximadamente.
- Destinatarios: padres y madres.

Objetivos

- Propiciar espacios de reflexión sobre situaciones cotidianas y sobre criterios básicos.
- Favorecer la comunicación en el grupo familiar.
- Dotar a los padres y madres de recursos y habilidades que posibiliten un crecimiento integral de los hijos y del grupo familiar.
- Promover la participación consciente y activa de los miembros del grupo.

Contenidos

A grandes rasgos, el contenido de las diferentes sesiones es el siguiente:

- SESIÓN 1: Inteligencia Emocional, conceptos básicos.
- SESIÓN 2: La Empatía. Fases.
- SESIÓN 3: Mejora de la Comunicación.
- SESIÓN 4: Disciplina positiva: límites y normas.

Metodología

El taller se desarrolla de manera vivencial y crítica. Es una metodología grupal, dinámica, global y creativa, que hace uso de diversas técnicas de “Dinámicas de grupo” según el tema a tratar, la composición del grupo, etc; para conseguir un clima adecuado que favorezca la comunicación e interacción entre los miembros del grupo.

Temporalización

La temporalización de este taller se centra en los meses de Enero a Mayo del curso escolar al tiempo que el calendario estimado para la consecución de los objetivos propuestos se adaptarán a los participantes interesados/as. Es un taller de 8 horas con 4 sesiones de 2 horas cada una.