

Cuentos ilustrados. Los libros como una valiosa herramienta de apoyo que favorece la enseñanza de las emociones y la inteligencia emocional en niñas y niños de 8 a 10 años en el contexto escolar

Nancy Zucel Méndez Calvillo

Resumen

La facilidad y la inmediatez son factores que bien describen nuestro ritmo de vida actual, la obtención rápida de las cosas que queremos también se traduce en un montón de estímulos y sensaciones que pueden ocurrir en poco tiempo, y con ello posibles problemas, el hecho de que se nos empalmen todas estas emociones y no sepamos qué hacer con cada una de ellas nos puede hacer actuar de maneras inadecuadas o poco agradables.

El objetivo de este trabajo de investigación es demostrar la importancia que tienen enseñar las emociones y la inteligencia emocional a niñas y niños a través de las historias ilustradas, con a los libros como herramienta de apoyo. El diseño y comunicación visual, la psicología y la pedagogía son los ejes de interés sobre los que se apoya este proyecto que nos ayudarán a responder las siguientes preguntas: ¿por qué es importante que las niñas y niños sepan qué son las emociones? ¿qué significa ser inteligente emocionalmente? ¿Por qué el contar historias es tan importante en la vida de los niños? y ¿cómo el diseño puede ayudar a que niñas y niños puedan identi-

Fecha de recepción: enero 2023

Fecha de aceptación: abril 2023

Versión final: julio 2023

Fecha de publicación: agosto 2023

ficar las emociones y cualidades emocionales para llevarlas a la práctica? Todas estas dudas se verán aclaradas a través del conocimiento recopilado de expertos en temas de inteligencia emocional, enseñanza y aprendizaje y diseño editorial. Expondremos los puntos que se consideran clave para que los niños puedan adquirir habilidades y cualidades que los beneficien tanto en el ámbito escolar, como en el familiar y social en general.

El diseño editorial es una gran herramienta en la cual apoyarnos cuando se trata de enseñar e informar, pero aún con todo el material didáctico disponible se necesita del soporte y acompañamiento de los padres, maestros y cuidadores para ayudar a fortalecer esta inteligencia emocional llevándola a la práctica todos los días.

Palabras clave: Diseño, Inteligencia emocional, niños, libro ilustrado, emociones.

Abstract

Ease and immediacy are factors that well describe our current pace of life, quickly obtaining the things we want also translates into a lot of stimuli and sensations that can occur in a short time, and with it possible problems, the fact that That all these emotions come together and we don't know what to do with each one of them can make us act in inappropriate or unpleasant ways.

The objective of this research work is to demonstrate the importance of teaching emotions and emotional intelligence to girls and boys through illustrated stories, with books as a support tool. Design and visual communication, psychology and pedagogy are the axes of interest on which this project is based, which will help us answer the following questions: why is it important for girls and boys to know what emotions are? What does it mean to be emotionally intelligent? Why is storytelling so important in children's lives? And how can design help girls and boys to identify emotions and emotional qualities to put them into practice? All these doubts will be clarified through the knowledge gathered from experts in emotional intelligence, teaching and learning, and editorial design. We will expose the points that are considered key so that children can acquire skills and qualities that benefit them both in the school environment, as well as in the family and social environment in general.

Editorial design is a great tool on which to rely when it comes to teaching and informing, but even with all the available teaching material, the support and accompaniment of parents, teachers and caregivers is needed to help strengthen this emotional intelligence by taking it to life. practice every day.

Keywords: *emotional intelligence, children, illustrated book, emotions.*

Introducción

Las emociones juegan un papel fundamental dentro de la vida de cualquier ser humano pues son el elemento que le permite sentir al cuerpo y que predispone nuestras acciones y la toma de decisiones en nuestro día a día, de ellas depende el tipo de relaciones que tenemos con las personas que nos rodean como la familia y amigos. Éste es un tema que se les debería enseñar desde pequeños a las niñas y niños, pues el mundo actual se muestra caótico y turbulento, hay muchas cosas ocurriendo al mismo tiempo; además, hoy en día los pequeños se están acostumbrando a tener todo lo que quieren de una manera rápida y fácil desde edades tan tempranas como los tres años, esto los hace sentir bien de inmediato y de momento, pero cuando no pueden obtenerlo como acostumbran, se desencadenan emociones con las que no pueden lidiar como la frustración, la desesperación y el estrés, que les complica volver a un estado de calma y autocontrol de manera rápida o si quiera de manera correcta, lo que implica que no hay apoyo de figuras de autoridad o seguridad de ningún tipo como padres, madres, maestros o cuidadores.

La inteligencia emocional es la capacidad de ser inteligente con respecto a los sentimientos propios y los de otras personas, implica ser consciente de uno mismo, poder entender lo que se siente y saber autogestionarse, es decir actuar de manera apropiada respecto a lo que se siente y al contexto. Éstos son dos de los cuatro puntos que menciona Daniel Goleman en su libro *Inteligencia Emocional* (2018) y que se retomarán al comienzo de esta investigación, los otros dos son la empatía y lo que él llama “las habilidades sociales” esto a su vez lleva a la toma de decisiones dentro de los grupos o sociedades, poder pensar qué hacer y qué no.

Lawrence E. Shapiro en su libro *La inteligencia emocional de los niños* (2015) nos dice que tener un cociente emocional alto es al menos tan importante como tener un cociente intelectual alto, y Begoña Ibarrola (2021) licenciada en psicología y escritora española, menciona que la formación de capacidades emocionales y sociales benefician a los niños, ya que les ayuda a desenvolverse con más confianza, mejoran su comportamiento y su aprendizaje, así como su rendimiento académico, lo que desemboca en niñas y niños más felices, más confiados y con más éxito.

Dada la importancia y potencial que tiene enseñar inteligencia emocional a niñas y niños, este trabajo de investigación tiene como objetivo exponer las virtudes del diseño editorial y la ilustración como herramientas prácticas y útiles en la enseñanza en la infancia, cómo es que a través de recursos como las imágenes y los textos, en este caso específico, los cuentos, pueden transmitir mensajes ayuden a los niños a sentirse identificados con sus emociones, con su sentir y apoyar comportamientos y conductas que favorecen la sana convivencia.

Para desarrollar de manera efectiva esta investigación, se utilizará la metodología de IO (Inputs-Outputs), la caja transparente, creada por Christopher Jones (1982), que contiene los siguientes pasos: información, racionalización, análisis, observación, síntesis, evaluación y solución, sólo que para este trabajo se tomarán cuatro de estos pasos: información, análisis, observación y evaluación, pues en tanto que no tenemos un producto de diseño, sí tenemos material teórico para analizar, del cual se sacarán conclusiones que podrán verse como una solución al problema de la escasez de enseñanza de las emociones y la inteligencia emocional.

Comenzaremos con el primer paso de la metodología, que refiere a la recolección de la información, a continuación, se explicará lo que son las emociones, a qué se le llama inteligencia y qué es la inteligencia emocional.

Las emociones

¿Qué es la emoción? La emoción es aquella reacción que involucra cambios físicos y mentales frente a los sucesos en los que se ve involucrado un individuo, está ampliamente relacionada con las experiencias personales, la educación, contexto social y cultural, es básicamente lo que sentimos al percibir ciertas situaciones, lugares, cosas o al convivir con las personas. Es importante conocer sus diferencias ante los sentimientos, cómo es que

están compuestas, y así poder brindarles la importancia que les corresponde. De acuerdo con la definición de Manuel Escudero (2021) las emociones son reacciones inconscientes que nos preparan para la acción, son innatas, todos podemos expresarlas, son temporales y “sirven para grabar datos en la memoria”.

Por su parte, los sentimientos son la suma que se da entre la emoción y el proceso mental desarrollado ante una situación, es decir, el pensamiento. Los sentimientos incluyen tanto la parte cognitiva, como la interpretación, son reacciones conscientes subjetivas, son de larga duración y nos preparan para la toma de decisiones.

Daniel Goleman en su libro *Inteligencia emocional* (2018, p. 313) explica que es complicado poder definir lo que son las emociones primarias, sin embargo, enlista una serie de ocho conjuntos de emociones de las que pueden derivar combinaciones o mutaciones que resultan en otras emociones más complejas: ira, tristeza, miedo, alegría, amor, sorpresa, aversión y vergüenza. El hecho de que se pueda clasificar de alguna manera lo que son las emociones básicas tiene que ver con los descubrimientos de Paul Ekman referente a la clasificación sobre las expresiones faciales concretas y universalmente reconocibles de cuatro emociones, el miedo, la ira, la tristeza y la alegría, todas ellas tienen la característica de formar una imagen específica en el rostro de las personas que las hace fácilmente reconocibles ante los demás en personas de distintas partes del mundo y de distintas culturas.

Dicho lo anterior podemos afirmar que las emociones nos sirven como medio de comunicación, con la expresión corporal podemos dar pistas de cuál es nuestro sentir e igualmente saber cuál es el sentir de las otras personas, la cuestión es que sólo son cuatro emociones las que, podríamos decir, reconocemos fácilmente de manera expresiva, entonces, ¿qué ocurre con el resto de innumerables emociones? ¿cómo las expresamos? Esto no quiere decir que el cuerpo o el rostro no las deje ver, sino que es más complejo averiguarlas, por tanto, la mejor manera de comunicar esas expresiones es mediante la palabra, para poder hacer esto necesitamos conocer a las emociones, cuál es su propósito y su mensaje.

En este proyecto de investigación sólo retomaremos seis de las ocho emociones que nombra Goleman (2018), debido a que el amor y la vergüenza son emociones que se consideran más complejas de entender a edades

cortas como es el caso de nuestro público, aunque ello no quiere decir que no las hayan experimentado ya.

La alegría o felicidad aparece cuando acontece un evento agradable, algo que nos hace sentir plenos y nos da bienestar; el miedo, como respuesta ante posibles peligros, la función del miedo es prevenir el daño y evitar que nos pase algo malo; el enojo es el rostro de la violencia y se manifiesta cuando sucede algo que no nos gusta, en especial para los niños, un detonante de la ira puede ser un golpe, un grito o un empujón, esta emoción nos hace querer responder de inmediato de la misma manera; la tristeza se presenta especialmente frente a la pérdida, pero también ante el rechazo o la culpa y sirve como desahogo, es una manera de pedir ayuda y consuelo a otras personas, se busca el cariño; la aversión o rechazo brota cuando se presenta algo que nos desagradan, que no nos interesa, y nuestra respuesta inmediata es alejarnos de aquella cosa o situación; y por último la sorpresa, es una reacción que se hace presente cuando algo aparece de repente, y hace que el cuerpo se exalte.

Existe un pequeño dilema de que la sorpresa no debería considerarse como emoción pues contiene múltiples caras, dentro de la sorpresa podemos experimentar felicidad, enojo o miedo porque puede haber sido algo que nos asustó pero que obviamente también nos sorprende. De esta manera si podemos entender a la sorpresa como una más de las emociones de acuerdo con sus características, es de duración breve, es incontrolable y todo el mundo puede experimentarla, independientemente de esta cuestión de felicidad, enojo o miedo.

Goleman (2018) decía que el amor entraba en esta clasificación de emociones principales al igual que la vergüenza, pero bien pueden ser consideradas más como emociones complejas o sentimientos, ya que éstos surgen de la combinación entre la emoción y el proceso mental, además de que suelen ser más duraderos, podemos tratar de explicar de una manera vaga al amor como una felicidad prolongada que no se puede ir o eliminar fácilmente, en su lugar se tiene que razonar con la mente para poder cambiar ese pensamiento.

Es así como llegamos a lo que Ibarrola (2021) llama *memoria emocional asociativa*, que es la capacidad que el cerebro posee para emparejar las emociones con las situaciones, las cuales posteriormente se convierten en experiencias buenas o malas, es gracias a esta memoria asociativa que podemos llegar a sentirnos atados a ideas, situaciones o personas simila-

res, surgen situaciones en las que solemos pensar o decir: “no voy a hacer esto porque ya sé que me va a hacer sentir mal”, o, por el contrario: “sueña a buena idea ir a ese viaje, el último fue muy agradable”. Es la emoción previa lo que hace recordar la experiencia con un sentimiento agradable o desagradable y nos lleva a tomar decisiones posteriormente frente a una situación parecida. No hay que olvidar que todas las emociones que experimentamos tienen un propósito y nos predisponen para hacer elecciones todo el tiempo a lo largo de nuestra vida, la cuestión radica en qué es lo que podemos hacer para tomar las mejores decisiones en cada situación.

Así bien podemos concluir esta parte con que existe una relación fisiológica cognitiva conductual entre lo que sentimos y cómo actuamos; fisiológica por el hecho de que es la emoción la forma física de expresión del cuerpo ante las situaciones, el contexto y el ambiente, es incontrolable e inevitable; es cognitiva porque hay un proceso mental donde la experiencia entra en acción, conduce al razonamiento y a la búsqueda de posibles soluciones, en esta parte nos encontramos a la regulación de la emoción; y por último la parte conductual, que se da después de haber analizado todas las posibles soluciones para finalmente elegir la que es más conveniente y tomar una decisión.

Inteligencia emocional

Para comenzar a definir la inteligencia emocional es pertinente saber lo que la inteligencia implica, para ello tomaremos el concepto de inteligencia propuesto por Passer y Smith (2007, Citado por María José Mas, 2016) “Inteligencia es la habilidad para adquirir conocimientos, pensar y razonar con eficacia, y manejarse en el entorno de modo adaptativo”. De esta manera entendemos que la inteligencia emocional es el conjunto de habilidades sociales que nos ayudan a manejarnos en el entorno y adaptarnos a él, este tipo de inteligencia tiene que ver con la destreza para conjugar de forma correcta tres factores: el fisiológico, el cognitivo y el conductual explicados anteriormente.

La manera en la que se enseña actualmente indica que ser inteligente tiene que ver con la evaluación de las habilidades lógica, numérica y verbal, es decir el cociente intelectual, no del desarrollo de competencias emocionales como dicen Gutiérrez Melisa *et.al.* en el libro *Las emociones en los procesos pedagógicos y artísticos* (p. 44) “muy probablemente por

desconocimiento de la importancia y el efecto que tienen las emociones en la salud y las condiciones de vida”.

Podemos mencionar al médico y payaso ‘Patch’ Adams, un ejemplo de que el humor y el amor ayudan de manera significativa a mejorar la vida de los pacientes, les ayuda a los niños, no sólo a enfrentar el estrés que supone estar en un lugar como el hospital, sino que también estimula el sistema inmunológico y acelera la recuperación.

Las emociones afectan nuestra salud, afectan directamente la química de nuestro cerebro, y por tanto, nuestras experiencias hacia las situaciones, estar en un hospital no tiene que ser terrible, de la misma manera, aprender e ir a la escuela tampoco tiene que serlo para los niños, sólo hay que aprender a sobrellevar las situaciones y sacar provecho de nuestras habilidades y capacidades, todos podemos obtener esas virtudes, simplemente hay que desarrollarlas.

De este modo la inteligencia emocional se puede definir como el conjunto de habilidades que nos ayudan a identificar nuestras propias emociones y las de los demás, implica reconocer, entender y actuar de acuerdo con nuestro sentir emocional, el desarrollo, uso y práctica de estas habilidades se vuelve importante en tanto que como seres humanos somos seres sociales y tenemos la necesidad de relacionarnos con las personas que nos rodean, de tal suerte que la inteligencia emocional se aprecia, también como la capacidad de comunicar correctamente en palabras las propias emociones e interpretar las de los demás, conlleva aprender a conjugar lo que nuestro cuerpo siente y experimenta junto con los pensamientos, se trata de reflexionar y tomar el control para que posteriormente no nos domine la emoción, poder elegir las mejores decisiones y llevarlas a cabo de manera satisfactoria.

La inteligencia emocional puede enseñar a los niños a tranquilizarse, disfrutar, alcanzar sus metas y ser más felices en su vida diaria, especialmente porque para ellos las emociones pueden ser algo complejo y sin alguien que les sirva de guía y apoyo que les enseñe cómo se debe reaccionar frente a las situaciones insatisfactorias, las emociones pueden desbordarse y llevar a eventos o consecuencias desfavorables como la toma de decisiones impulsivas, las rabietas y la violencia. Podemos y es necesario acompañarlos en la identificación y gestión de sus emociones, y esto no quiere decir que clasifiquemos a las emociones como buenas o malas, o que les prohibamos sentir todas sus emociones, no se trata de enseñarles a sentir más o sentir menos sino a sentir mejor.

Las habilidades de la inteligencia emocional

En esta parte de la investigación se definirán y destacarán algunas de las cualidades o habilidades de la inteligencia emocional que se consideran importantes y que pueden ser de ayuda para que los niños se desarrollen de manera más libre, abierta y amistosa.

En su charla para BBVA Goleman (2018) describe las cuatro partes que conforman la inteligencia emocional, la primera es la conciencia de uno mismo, saber lo que se siente y por qué se siente; la autogestión, controlar la emociones para que no nos impidan cumplir nuestras metas o hacer lo que queremos; la empatía, el entender cómo se sienten las otras personas, no todo se dice con las palabras, sino también con el tono de voz, la gestualidad, es entender el punto de vista del otro; y por último, saber manejar bien las relaciones, como el trabajo en equipo, saber colaborar y participar, saber resolver conflictos, comunicarse y escuchar.

Por su parte, Ibarrola (2021) indica que son cuatro las competencias que desarrollan las personas con inteligencia emocional: el autoconocimiento, la habilidad de conocerse a sí mismo, poder nombrar las emociones y saber expresarlas en palabras y gestos; automotivación, la capacidad de esforzarse, ser constante, persistente y optimista para conseguir las metas, aun sabiendo que el esfuerzo no garantiza el éxito, pero da la satisfacción emocional de haber hecho todo lo posible; empatía, que es darse cuenta porqué la gente se comporta de cierta forma, conocer sus motivos y su sentir; por último, la competencia social, esta habilidad nos permite ser asertivos, resolver conflictos o prevenirlos y poder trabajar en equipo aprovechando las habilidades que tiene cada persona.

En una tercera participación, Morón Macías (2010) nombra estos componentes como aspectos que conforman la inteligencia emocional: el autoconocimiento, la automotivación, el autocontrol y la empatía. Si un niño se conoce a sí mismo, puede reconocer su sentir, descubrir sus capacidades, limitaciones, habilidades y recursos, información que se vuelve útil al momento de tomar decisiones; la automotivación se refiere a reconocer los esfuerzos y mantener una buena actitud para lograr las metas establecidas; por su parte, el autocontrol es lo que enseña a los niños a controlar los pensamientos y no dejarse dominar por las emociones; y finalmente, la empatía, la capacidad de comprender los sentimientos de los demás.

Como se puede observar, los tres coinciden en aspectos que podemos tomar como fundamentales: el autoconocimiento, el autocontrol y la empatía, pero no se deja de lado que las competencias sociales y la automotivación son de vital importancia en la inteligencia emocional, pues aunque no se nombren de manera explícita valores como el respeto, la compasión o la amabilidad, están implícitos en el modo de llevar a la práctica estas habilidades. Se necesita del respeto (reconocer el valor en los demás y en uno mismo), que es parte del autoconocimiento; de la amabilidad (poder brindar buen trato a quienes nos rodean y a nosotros mismos); de la compasión (que nos impulsa a querer disminuir el dolor o sufrimiento de los demás), estas últimas dos son, sin temor a equivocarnos partes de la empatía que al mismo tiempo nos ayuda a desarrollar la tolerancia.

Análisis y observación

Enseñanza de la Inteligencia Emocional

¿Cuál es la importancia de enseñar las emociones a los niños? Ibarrola (2021) comenta que antes de todos los estudios sobre neurología que existen hoy en día se creía que el aprendizaje dependía sólo de la cognición, de la parte del cerebro que absorbe las cosas tal cual son, sin nada que las interrumpa, pero ahora se trata no sólo de la parte cognitiva, sino también del binomio donde se conjuga la cognición pero también a la emoción.

Las emociones siempre van a estar ligadas a la manera en la que aprendemos las cosas, Ibarrola menciona que *“las emociones son el pegamento de los recuerdos”* y que esos recuerdos pueden ser más o menos positivos, es esta parte que relaciona la situación y la emoción, pero también influye en el aprendizaje. Hay emociones que ayudan a que se pueda aprender mejor y hay otras que, por el contrario, imposibilitan el poder aprender, emociones como el estrés, que bloquea completamente la memoria al igual que el miedo, en especial el miedo a equivocarse. Una de las emociones que si ayudan con este proceso es la curiosidad, mantener el interés constante en los niños hace que no se aburran, esta curiosidad se mantiene cuando en las aulas existe un ambiente adecuado, tranquilo y seguro, donde no se le vaya a juzgar, así es como el interés lleva a la confianza, el niño va a confiar en que tiene capacidad para aprender y va a querer aprender más.

Por otra parte hay una emoción en especial que bloquea todo intento de aprendizaje: la envidia, porque evita que el niño se enfoque en sus propias tareas, en lo que está haciendo y su propio potencial, para centrarse en el potencial de sus compañeros, lo que puede llevarlo a decir cosas como “es que él o ella lo hace mejor que yo”, por consiguiente, no les presta atención a sus propias actividades, y si el niño cree que hace todo mal, entonces, el camino se vuelve difícil.

Aquí es donde entra la realidad de la memoria emocional asociativa, en el caso de la escuela, que es lo que nos atañe en esta investigación, los niños tenderán a relacionar su rendimiento en la escuela con ciertas materias, con lo que les gusta o con lo que no, como es el caso de las matemáticas: hay muchos niños que relacionan cualquier tema que tenga que ver con matemáticas y números con el fracaso, porque realmente creen que no son capaces. Esta situación puede verse repetida con otras materias como los deportes o inglés, y puede llevar a los niños a pensar cosas como “no sirvo para esto, no valgo, voy a reprobado”, estos pensamientos les crean más emociones negativas exponencialmente.

Por ello podemos entender que crear un ambiente con buenas emociones contribuye claramente al aprendizaje, tener una buena experiencia dentro de las aulas (y dentro de casa) es igual a obtener un buen desempeño en las materias, a ser menos problemáticos y, en consecuencia, a ser más felices.

¿Cómo enseñar la inteligencia emocional?

Las emociones y las cualidades de la inteligencia emocional se pueden adoptar y desarrollar con la práctica, todo el mundo tiene el potencial de adquirir nuevos conocimientos, sean niños, jóvenes adultos o personas de la tercera edad. Una gran herramienta de aprendizaje para cualquier tema son los libros, para los niños, los libros álbum son una excelente opción, no sólo por la historia que pueden contar, sino también por su contenido gráfico.

Existen también los libros ilustrados, pero tras una rápida comparación el peso del contenido del libro ilustrado se encuentra en el texto, la historia bien podría entenderse sin las imágenes, éstas sólo acompañan el texto, su función es casi puramente estética, por su parte, el libro álbum se

destaca por la lectura visual, se necesita de una interpretación de las imágenes, algo más allá de las palabras, se dan secuencias narrativas sólo con imágenes, es por eso que algunos de estos libros ni siquiera cuentan con texto y tienen más libertad creativa.

Los libros son parte de la rama del diseño editorial, la parte encargada de construir material de difusión y publicaciones por medio de la estructuración de información para medios impresos y digitales combinando textos e imágenes como es el caso de revistas, periódicos, catálogos, folletos, etc.

Los libros, propone Haslam Andrew en su libro *Creación, diseño y producción de libros* (2007), son un “recipiente portátil consistente en una serie de páginas impresas y cocidas que conserva anuncia expone y transmite conocimientos a los lectores a través del tiempo y el espacio” es decir, entre sus tapas conservan textos, información y conocimientos desarrollados a través del tiempo, son registros del estilo de vida de las épocas en las que han sido creados. Lo anterior, aunque es una muy buena definición, aún se le podrían agregar un par de cosas, como que los libros no necesariamente tienen sus páginas cosidas, pueden estar unidas con pegamento, estar entrelazadas o dobladas, el punto es que se encuentren unidas de alguna forma; igualmente ya no sólo se trata de una serie de páginas impresas, pues también existen libros digitales, que al igual que los libros impresos, pueden transportarse a cualquier lado con un dispositivo como el celular, una tablet, o una laptop. Los libros son un objeto que nos ayuda a transmitir conocimientos al pasar de los años ya sea a través de quien lee o a través del que escucha conviniendo en que los niños más pequeños que no saben leer todavía, puedan adquirir esta información acompañados de sus padres.

Los libros ilustrados son aquéllos cuyo texto viene acompañado de imágenes que siguen la narración o la historia que se va contando, se podría decir que los libros álbum también son libros ilustrados, pero Lonna Olvera en su libro *El libro álbum* (2017, p. 31-32) menciona que éstos no requieren forzosamente de un texto para poder ser entendidos y tienen una libertad creativa increíble con el propósito de crear nuevas experiencias estéticas, a veces son las imágenes únicamente las que nos guían para comprender la historia y requieren de un nivel de comprensión de la representación del mundo un poco más extensa que en la del libro ilustrado donde aún hay un texto que nos ayuda a poner en palabras lo que estamos viendo.

Publicaciones como los libros álbum, demuestran su importancia en tanto que no sólo en sus textos se puede encontrar algo para aprender, sino también en las imágenes. Si bien uno de los objetivos de estas últimas es llamar la atención del público, no es su único objetivo y función, a pesar de que algunas personas puedan llegar a verlas como un distractor de la lectura o como algo que hace que los niños simplemente se enfoquen en ellas sin prestar atención a las palabras, hay que ver más allá y preguntarnos si realmente sólo están ahí para verse bonitas y llamativas.

Las imágenes, en especial las ilustraciones existen y sirven como herramienta para poder comunicar lo que no se quiere o no se puede poner en palabras, ejemplifican y anclan el texto mientras demuestran que existe esta conjugación imagen-texto, donde se puede presentar la descripción de una casa, pero la imagen presenta el ambiente donde se encuentra esa casa para que el espectador-lector pueda tener información más completa de la lectura que está haciendo en su totalidad, incluso la imagen da este primer paso a la imaginación, puede hacer pensar sobre lo que puede haber dentro de la casa o más allá, este binomio ayuda a desarrollar la imaginación de los niños, es darles herramientas visuales para que más adelante puedan asociar, comprender e imaginar más cosas.

Es importante el uso de las imágenes dentro de los libros como apoyo o como un todo según sea el caso, y no debe tomarse sólo una imagen aislada dentro de los libros álbum sino que todas deben tomarse como una narración que sirve como un recurso estético para los niños que los ayudará a adquirir nuevos referentes visuales.

Definiremos la ilustración como una herramienta de representación visual pictórica que comunica, narra y expone o ejemplifica una cosa situación o acción.

Vivimos en una sociedad dominada por la imagen, lo que determina que para los niños sea más relevante el lenguaje visual que el hablado o el escrito. De este modo, el uso de la ilustración en los textos literarios infantiles constituye un valioso instrumento para aumentar y enriquecer la experiencia lectora y estética en las aulas de Educación Primaria. (Moral Anel, 2018, p. 3)

Respecto a lo anterior podemos decir que los beneficios de las ilustraciones en conjunto con el texto en la infancia hacen que los estudiantes de

educación primaria en nuestro caso sean capaces de reunir e interpretar la información en un acto de reflexión que ayuda al aprendizaje. Hay que saber que la ilustración como imagen sigue una serie de códigos para poder ser interpretada y al estar dentro de un libro como en el caso de los cuentos tiene propiedades narrativas que nos ayudan a seguir una secuencia, ésta puede verse como compañera del texto, más que como una decoración, tiene su propio carácter explicativo y de apreciación, es decir, tiene cierta independencia respecto al texto, tiene su propia narración.

Luego de un recorrido por lo que son las aportaciones más importantes de la ilustración, podemos encontrar los distintos recursos técnicos y grados de iconicidad utilizados para cada imagen que cambian a lo largo del tiempo, no podemos comparar lo que eran las ilustraciones de cuentos antiguos como *Alicia en el país de las maravillas*, ilustrado por John Tenniel con un libro contemporáneo como lo es *Yo mataré monstruos por ti*, ilustrado por Lyona Ivanova. Actualmente no se utilizan los típicos grabados de Gustave Doré, las nuevas tecnologías y amplia gama de recursos que se comparten en todo el mundo, hacen posible el empleo de distintos medios físicos para crear ilustraciones, como marcadores, crayolas, acuarelas, gouaches, tintas u óleos, incluso se pueden emplear medios digitales como las tabletas gráficas para poder crear imágenes simulando medios físicos por pinceles digitales. Tanto imágenes como ilustraciones se crean de acuerdo con el tiempo, las tendencias, las vivencias y las experiencias, para quedar como un registro de la época en la que fueron creados al igual que ya mencionamos con los libros.

A continuación, se recuperan más características importantes a tener en cuenta sobre las imágenes, rescatadas del trabajo de Moral Anel, *La ilustración en la literatura infantil: una aportación en primera persona* (p.10-13) que nos ayudan a sustentar su validez. Las imágenes presentan cosas que no podemos poner en palabras o, en caso de tener que describir ampliamente algún escenario, en lugar de desarrollarlo verbalmente la imagen puede hacerlo por nosotros y ahorrar ese esfuerzo; nutre al observador, puede captar al mundo desde perspectivas diferentes, podemos transportar a un niño desde su casa hasta la luna, la Edad Media, el océano, cualquier otro contexto en el espacio-tiempo que el niño no esté viviendo en ese momento; decora y embellece al texto, aunque ya dijimos que no es un elemento meramente decorativo y el serlo no es su única función en muchos casos, sino que sirve de apoyo; dentro de su composición

cada imagen es poética y estética, todas conllevan un proceso mental en el que el ilustrador tiene que encontrar armonía para cada imagen y hacer que obviamente siga una secuencia; embelesa al lector, de manera que se puede generar empatía entre quien lee y la imagen; reta al lector, en tanto que puede contener acertijos, presentar falsas perspectivas, casi como si pretendiera jugar a las escondidillas con el lector; señala al mundo, una función más conceptual y abstracta en la que el lector tiene que servirse de claves y significados para poder descifrar mensajes complejos dentro de las imágenes, no fáciles de abordar como la sensualidad, la muerte o las relaciones de poder, que para no ser directas se esconden en la experimentación de los recursos gráficos empleados.

¿Por qué los cuentos?

Los cuentos son breves relatos o narraciones de carácter real o ficticio que tienen un argumento sencillo, un grupo pequeño de personajes y pueden contener algún tipo de lección o enseñanza implícita. Se sabe que las historias y cuentos son recursos que sirven como herramienta para que los niños puedan comprender, interactuar, relacionarse o incluso reflejarse en los personajes, y aunque la mayoría de éstas suelen ser ficticias e incluyen elementos fantásticos siempre existe esta asociación entre la situación que se le presenta al niño y algo que él presencia en la vida real; por ejemplo, en el caso de que un niño le tenga miedo a los monstruos debajo de su cama, pero en la historia que se le cuenta pueda haber un dragón que vive su misma situación, se puede ver reflejado con ese personaje y sentir curiosidad por saber cómo es que el dragón ha superado su miedo.

Así mismo no está de más agregar lo que Silke Rose West, pedagoga y experta en educación Waldorf[1], y Joseph Sarosy, fundador de la *Juniper School* y escritor freelance mencionan en su libro *Cómo contar historias* (2021) “Cuando una niña dice: «¡Cuéntame una historia!», no está pidiendo una narración, está pidiendo tu atención”; es decir que en el momento en que un padre o cuidador cuenta una historia a su niño emerge una cone-

[1] La metodología Waldorf es una técnica de enseñanza que nace en las premisas establecidas por Rudolf Steiner. Esta pedagogía está basada en la libre instrucción por parte de los alumnos, es decir, que sean autónomos a la hora de ir realizando y adquiriendo los conocimientos a lo largo del propio proceso educativo.

xión emocional que ayuda a generar o reforzar la confianza, en él y en sus modelos principales, además responde a la actividad de la misma manera que los adultos hacen. Para los niños todas las personas que se encargan de ellos son modelos de vida, figuras a las que van a seguir en sus actitudes y comportamientos, esto incluye tanto a los padres, como a tutores, cuidadores y profesores.

Evaluación

En México no se oye hablar mucho sobre la educación de las emociones, ni mucho menos de la inteligencia emocional en los hogares, tal vez sí en redes sociales, pero no se puede esperar que las redes sociales eduquen a los niños en todos los temas, menos a tan corta edad, ellos necesitan personas a quienes admirar, modelos para seguir, personas en quienes confiar y resguardarse.

Teniendo en cuenta toda la información que se ha expuesto se puede considerar activamente el potencial que tiene enseñar las emociones y la inteligencia emocional, en todas sus formas, claro que el ejemplo es muy importante, pero el darse un momento para compartir con historias genera cercanía, que muchas veces también hace falta.

Estas habilidades emocionales son importantes en la vida de cualquier ser humano, nos predisponen para cualquier cosa, cualquier acción y decisión, no es buena idea dejarlas de lado, además es bien sabido que los libros y las historias que contienen nos ayudan a traducir ideas complejas por medio de la fantasía, los personajes pueden no ser reales, los conejos no pueden hablar, y las sirenas no existen, pero las situaciones pueden ser muy reales; como ejemplos claros que se pueden compartir con los niños, como *El león nieve* de Jim Helmore y Richard Jones que trata el tema del cambio de una manera reconfortante, una breve historia como ésta puede servir de apoyo para acompañar al niño en el proceso estresante de cambiar de casa e ir a un lugar completamente nuevo y extraño, además de que acompañarlo genera este vínculo afectivo que es tan importante para que el infante se sienta seguro y a salvo al lado de sus padres o cuidadores.

En la escuela sucede que a menudo hay conflictos entre compañeros y la violencia puede hacerse presente, una situación como ésta puede contarse en una historia y hacer entender a los pequeños que no está mal

enojarse, no se puede evitar, pero se puede controlar, hay que enseñarles a gestionar esas emociones, un libro que habla sobre la ira que puede compartirse con los niños es *Tengo un volcán* de Míriam Tirado.

Otro ejemplo que se da en las escuelas es que a menudo la niña o el niño siente que no encaja en ninguna actividad por más que lo intente, y podemos hacerle ver que tal vez no es bueno para unas cosas, pero para otras puede ser excelente, cada persona es valiosa y todos somos buenos para cosas distintas, esto le puede enseñar a aprovechar sus habilidades al momento de trabajar en equipo, un libro que trata este tema es *El cocodrilo al que no le gustaba el agua* de Gemma Merino.

La presión de la perfección en todo lo que hacemos puede volverse un problema al tener padres o maestros muy exigentes, y puede ser un tema complicado del cual hablar con los niños, pues claro que como padres y maestros desearíamos que fueran buenos en todo y con todos, sacar las mejores calificaciones y ser serviciales y amables, pero esto puede poner mucha presión sobre sus hombros, incluso puede llevarles a llevar cargas que no les corresponden, como querer que un trabajo en equipo salga sólo como un integrante quiere, hasta frustrarse porque cree que será ignorado. Los niños tienen que saber cómo disfrutar sus tiempos y poner límites para hacer lo que está en sus posibilidades, como ejemplo de este tema tenemos el libro de *Un huevo muy bueno*, de Jory John y Pete Oswald.

Existen muchos más libros que apoyan la enseñanza de distintas emociones y habilidades emocionales, otro ejemplo perfecto es *Emocionario* de Cristina Núñez y Rafael R., como su nombre lo dice, es un diccionario de emociones, no es un libro de cuentos pero vale la pena mencionarlo por la cantidad de conceptos que trata y porque fácilmente puede ser utilizado en las aulas para enseñar las emociones, ejemplos de cuentos tenemos *El monstruo de colores* de Anna Llenas o el *Monstruo de colores va al cole*, *El momento perfecto* de Susanna Isern y Marco Soma, *Felicidad, manual de usuario* y *Tristeza, manual de usuario*, ambos de Eva Eland, *Gruñón* de Suzanne Lang, *Siembra un beso* de Amy Krouse Rosenthal, entre muchos otros más.

Conclusiones

La realización de esta investigación ha sido extensa e interesante, la información recopilada a lo largo de este artículo ha buscado dar sentido a

la importancia que tienen las emociones en la vida de cualquier persona y en especial en la vida de los niños, abre una puerta a la reflexión sobre lo que nos han enseñado en las escuelas, colegios y en los hogares con el fin de que cada individuo se esfuerce por ser más inteligente en la adquisición de conocimientos de cultura general, matemáticas, español, ciencias, etc. De ninguna manera se menosprecia la adquisición de estos conocimientos, pero también se debe caer en cuenta de que las habilidades sociales e interpersonales que nos brinda la inteligencia emocional son igual de importantes, algunos afirman que incluso son más importantes para la vida que estos conocimientos básicos, saber cómo funcionar, cómo ser humano en sociedad, saber comunicarse, saber actuar de manera inteligente ante las diferentes situaciones de la vida, todas ellas influenciadas por las emociones, saber prevenir conflictos, conocerse a uno mismo y ser empático son herramientas que nos permiten vivir una vida más plena, más feliz, por esas razones a los niños se les debería hablar y enseñar sobre inteligencia emocional.

La infancia es la etapa donde se desarrollan la mayor parte de métodos para avanzar en la vida, y qué mejor manera de hacerlo que desde el acompañamiento, la amabilidad, desde la sana convivencia, desde el respeto, desde el autoconocimiento, de este saber propio de las habilidades y limitantes, de la infinidad de posibilidades, desde la asertividad porque los límites son una parte importante de la que poco se les habla a los niños, el ser empático con los demás no quiere decir que tengamos que estar de acuerdo con esas personas, la empatía nos sirve para comprender a los demás, claro, pero ello no implica que se aprueben o permitan conductas inadecuadas; tenemos que enseñar a los niños a ser mejores, mejores que los padres, mejores que los maestros, mejores que ellos mismos cada día que pasa, todo sin presión, sin prisa, son niños, ellos necesitan de la paciencia y del ejemplo constante, hay que enseñarles que esforzarse es bueno, pues les ayuda a conseguir sus metas cada día, también debemos alentar sus hobbies porque es la manera en la que pueden disfrutar de su tiempo libre de manera sana y alimenta su curiosidad e imaginación.

Los libros son un medio muy bueno para poder enseñar cualquier cosa a los niños, en especial si tienen imágenes, se espera que los ejemplos aquí expuestos sean de ayuda para padres y maestros y un referente para ilustradores y maquetadores de libros infantiles. Y, por último, este escrito bu-

saca dejar como mensaje que no importa cuantos libros ilustrados, cuantos juegos, cuantos cuentos existan, sin el acompañamiento de un padre, una madre, un tutor o un cuidador, toda la información del mundo no podrá ser aprendida si no existe el ejemplo de alguien que guíe a los niños.

Referencias

- Aprendemos juntos (2021, 19 de abril) V. Completa. Educar para sentir. Begoña Ibarrola, psicóloga y escritora. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=SW9yNpGYXoM>
- Aprendemos juntos. (2018, 5 de noviembre) Versión Completa. Los beneficios de la inteligencia emocional para nuestros hijos. Daniel Goleman [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=k6Op1gHtdoo&t=652s>
- Balmes, Santi (2020) *Yo mataré monstruos por ti* (Ivanova, Lyona, Ilust.) Principal de los libros.
- Eland, Eva (2019) *Tristeza, manual de usuario*. Picarona-Obelisco.
- Eland, Eva (2020) *Felicidad, manual de usuario*. Picarona-Obelisco.
- Goleman, D. (2018) *La inteligencia emocional en la infancia. La inteligencia emocional*. B de Bolsillo.
- Gutiérrez Mosqueda, M.C., Rojas Montaña, S. C., Terán Guillen, M. (2019) La enseñanza de habilidades socioemocionales en un grupo de educación primaria. En R. Enríquez Rosas y O. López Sánchez. (Coords.). *Las emociones en los procesos pedagógicos y artísticos* (pp. 29-48). ITESO. Universidad de Guadalajara. UNAM, Izatacala.
- Haslam A. (2007) *Creación, Diseño y Producción de Libros*. Blume
- Isern I. Susanna, Soma, Marco (2015) *El momento perfecto*. Fragatina.
- Jones, J. Christopher. (1982) *Métodos del diseño*. Gustavo Gili
- John, J. (2020) *Un huevo muy bueno* (Oswald, Pete, Ilust.) Penguin Random House.
- José Mas, M. (2016, 1 de febrero). *¿Qué es la inteligencia? Neuronas en crecimiento*. <https://neuropediatra.org/2016/02/01/que-es-la-inteligencia/>
- Krouse R., Amy (2014) *Siembra un beso*. Océano Travesía.
- Lang, Suzanne (2022) *Gruñón* (Lang, Max. Ilust.). Molino.
- Lewis Carroll (1865) *Alicia en el país de las maravillas*. (T. John, Ilust.). Macmillan and Co.
- Llenas, Anna (2016) *El monstruo de colores*. Flamboyant.
- Llenas, Anna (2018) *El monstruo de colores va al cole*. Flamboyant.
- Lonna Olvera, I. (2017) *El libro álbum. Lecturas desde el diseño*. Universidad Iberoamericana. Ciudad de México.
- Manuel Escudero Psicólogo Clínico (2021, 16 de enero) *EMOCIONES Y SENTIMIENTOS: DIFERENCIAS - Psicología* | Manuel A. Escudero. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=7PdHB5EGwKQ&t=326s>

- Merinno, Gemma. (2016) *El cocodrilo al que no le gustaba el agua*. Nirvana libros.
- Moral Anel, S. (2018). *La ilustración en la literatura infantil: una aportación en primera persona* [Trabajo de fin de grado. Grado en Educación Primaria] Universidad de Valladolid. Facultad de Educación y Trabajo Social. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32359/TFG-G3128.pdf?sequence=1>
- Morón Macías, Ma. C. (2010, Julio) La inteligencia emocional en la infancia. Temas para la educación. *Revista Digital para Profesionales de la Enseñanza*. (9) <https://feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7369.pdf>
- Pereira N., Cristina, Valcárcel, Rafael R. (2016) *Emocionario*. VR editoras.
- Rose West, S. y Sarosy, J. (2021) *Cómo contar historias*. URANO.
- Shapiro, Lawrence E. (2015) *La inteligencia emocional de los niños*. B de Bolsillo.
- Tirado, Míriam. (2018) *Tengo un volcán* (Turu S., Joan, Ilust.) Carambuco ediciones.

*Méndez Calvillo Nancy Zucel, egresada de la carrera de Diseño y Comunicación Visual, con orientación en Ilustración y Diseño Editorial de la Facultad de Estudios Superiores Cuautitlán, Universidad Nacional Autónoma de México, amante de los libros ilustrados y en general de materiales gráficos ilustrados físicos y digitales, con un gran interés y curiosidad por el comportamiento humano.
zucy@outlook.es



Atribución-NoComercial-SinDerivadas
Permite a otros solo descargar la obra y compartirla con otros siempre y cuando se otorgue el crédito del autor correspondiente y de la publicación; no se permite cambiarlo de forma alguna ni usarlo comercialmente.

