

GESTIÓN DE LAS EMOCIONES PARA LA SALUD Y BIENESTAR DEL NIÑO: ANÁLISIS A PARTIR DE LA PELÍCULA INTENSAMENTE

*Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo.
Pero enfadarse con la persona adecuada, el grado exacto,
en el momento oportuno, con el propósito justo y del
modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo.
Aristóteles, Ética a Nicomano (citado en Goleman, 1996, p. 9).*

Resumen

El objetivo principal de esta investigación en el campo de la psicología corresponde a un análisis documental sobre la gestión de las emociones como fundamento clave para la salud y bienestar del niño a partir del desarrollo de la película “*Intensamente*” del Director Peter Docter (2015), la cual expone la interrelación y actuación de las emociones básicas de los seres humanos: alegría, tristeza, ira, miedo y desagrado. Metodológicamente el enfoque fue cualitativo de carácter hermenéutico, donde se hizo uso de la estrategia documental con material bibliográfico orientado a resaltar el valor de las emociones asociados al recuerdo y su influencia en el desarrollo de la personalidad de un niño. Los resultados permitieron concluir que educar sobre la gestión de las emociones tiene su base en la familia y los contextos de desarrollo del individuo, que en conjunto permiten la construcción de la plataforma mental necesaria para la regulación integral de la persona en cada una de sus etapas de desarrollo.

Palabras clave: gestión de emociones, emociones básicas, constitución psíquica; inteligencia emocional.

Abstract

The main objective of research in the field of psychology was proposed a documentary analysis on the management of emotions as a key foundation for the health and well-being of the child from the development of the film "Intensely" by Director Peter Docter (2015) , which exposes the interrelation and action of the basic emotions of human beings: joy, sadness, anger, fear and displeasure. Methodologically the approach was qualitative of hermeneutical nature, where the documentary strategy was used with the due revision of bibliographic material oriented to the value of emotions associated with memory and its influence on the development of a child's personality. The results allowed to conclude that educating on the management of emotions is based on the family and the contexts of development of the individual, which together allow the construction of the mental platform necessary for the comprehensive regulation of the person in each of its stages developmental.

Key words: emotional management, basic emotions, psychic constitution, emotional Intelligence.

1. Introducción

La película “*Intensamente*” del Director Peter Docter (2015) abre la posibilidad de reflexionar sobre el mundo emocional de los niños y la gestión de sus emociones en función de los factores externos e internos que interactúan normalmente en la dinámica de los entornos donde se desarrolla el individuo, inicialmente: la familia y la escuela.

Los planteamientos de la película en esta medida, si bien motivan análisis orientados al campo de la psicología, también permiten la interacción de posturas analíticas provenientes de otras áreas de conocimiento como la antropología o la sociología indicando que la gestión de las emociones tiene una base ciertamente cultural y social, ya que en todos los grupos humanos no sucede de la misma manera, e incluso es posible que las emociones básicas como alegría, tristeza, ira, miedo y desagrado presenten distintos matices tanto en su expresión como en su representación simbólica.

Considerando lo anterior, aquí se intenta abordar la gestión de las emociones entre niños educados bajo un esquema occidental más o menos homogéneo que avanza sobre las disposiciones de un mundo que cambia conforme a las lógicas aceleradas de la actualidad, donde, desde luego hace presencia la tecnología como plataforma para acompañar el desempeño humano como se observa metafóricamente en la película *Intensamente*, lo que llevaría a pensar en una gestión de las emociones medida por la tecnología.

No obstante, sobre el crecimiento tecnológico surge la necesidad del crecimiento del ser humano en sus dimensiones éticas, emocionales y sentimentales, ya que la actualidad ha traído consigo crisis también a estos niveles. Por ello, al hablar de educar en emociones en los niños a partir de la película surge la cuestión sobre quiénes están

contribuyendo a gestionarlas. ¿Será que quienes contribuyen a ello también deberán trabajar en la gestión de sus propias emociones?, se habla de padres y profesores, o incluso, hasta dónde pueden llegar estos agentes una vez ofrezcan unas bases psicológicas, sociales y culturales para su identificación, administración y control.

2. Referente teórico

Respecto de los postulados anteriores los primeros autores que aportan a la reflexión son Darder y Bach (2006), quienes reconocen que los profesores, como los adultos en general, dentro de los que caben los padres, tienen que formar continuamente sus distintas dimensiones personales como base para contribuir en la formación de otros, sin embargo, si se reconoce, siguiendo a Gardner (2001), que poseer una inteligencia, en este caso la emocional, no otorga las capacidades para enseñarla, así mismo, no poseerla no impide inculcarla a otras personas, la reflexión se complica pero pone en cuestión el rol de profesores y adultos, las estructuras tradicionales y la preparación que sobre esta materia deben tener ellos, ya que en cualquier caso es incongruente promover un ambiente de gestión sana de emociones bajo un esquema integral de atención infantil si los adultos tienen una formación fragmentada (Sarasola y Von Sanden, 2005, citado en Darder y Bache, 2006)

Hoy por hoy investigadores, padres, educadores, familiares, escritores, psicólogos y representantes de variadas disciplinas, se han mostrado de acuerdo en la importancia que tienen las emociones en los seres humanos, principalmente en los niños, y como estos las reconocen y gestionan.

En el campo formativo, aunque la gestión de las emociones ha sido asociada con la inteligencia emocional, habilidades sociales y hasta las habilidades blandas, las conceptualizaciones desde la teoría no han logrado tener un impacto real en la práctica y en los diferentes escenarios donde los adultos responsables deben velar por el desarrollo integral de los niños y adolescentes concebidos como el presente y el futuro de la sociedad.

De acuerdo con Mediavilla (2015), el guionista Docter se inspiró en un hecho bastante común en el mundo de la psicología para comenzar a producir su tercer largometraje en el 2009: los cambios en el estado de ánimo de su hija. A partir de ello, la producción consultó con expertos en el área de neuropsicología y se trabajó en conjunto con el especialista en interacciones sociales de la Universidad de California en Berkeley, el Dr. Dacher Keltner, quien afirma y enfatiza que las emociones “se reflejan en las relaciones interpersonales y pueden ser significativamente moderadas por ellas” (Keltner, 2015, p. 16).

La postura anterior refiere a una educación emocional que debe contar con las madres y padres, ya que juegan un papel esencial en el desarrollo de las distintas competencias durante la edad inicial de sus hijos, al menos durante la infancia, considerando que la primera educación emocional la recibe el niño de sus padres o de quien haga las veces de cuidador (Bisquerra, 2011). Así visto, se entienden las competencias emocionales como:

El conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales. Dentro de las competencias emocionales están la

conciencia y regulación emocional, autonomía emocional, competencias sociales, habilidades de vida y bienestar (Bisquerra, 2011, p. 14)

Ahora, de acuerdo con Navarro (2015) y atendiendo a la naturaleza de las emociones, “La película explica magistralmente el papel de las emociones en nuestra vida y hace ver que incluso aquellas que consideramos negativas y que a menudo intentamos reprimir, como el miedo o el enfado, tienen su función vital” (p. 38). En ella se pueden comprender los diferentes procesos que ocurren al interior de una persona cuando un sentimiento se apodera de ella, planteando la relación origen-consecuencia junto con la proyección de donde es intrínseca la actuación del cuerpo, pues solo a través de él es posible comprender la emoción (Angulo, 2012). Esta reflexión puede llevarse al marco teórico de la inteligencia emocional.

2.1 Las emociones

Definir las emociones resulta ser muy complicado ya que atienden a una naturaleza multifactorial. Pueden asociarse a una situación de emergencia o ante estímulos provocados por la sorpresa o la intensidad y todos ellos aluden a mecanismos biológicos adaptativo, pero también a mecanismos cognitivos en tanto la respuesta a una emoción es controlada por lo que se llama educación emocional. Así mismo, se habla de los mecanismos sociales García (2012), los cuales permiten los procesos interpersonales, la regulación de conductas propias o ajenas, la comunicación de los estados afectivos dentro de rangos de felicidad o ira (Choliz, 2005).

2.2 Inteligencia emocional

Este término viene tomando forma desde 1990 aproximadamente desde diferentes aportes de estudiosos que ubicados en diferentes ramas del conocimiento han querido teorizarlo.

Sin embargo, aquí se acuñará el concepto ofrecido por Goleman (1996) quien indica que la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades que interactúan entre sí conectando al individuo directamente con su capacidad de dominar sus propias emociones, lo que a su vez contribuye a definir su comportamiento frente a las diferentes circunstancias de la vida.

Este concepto resulta de suma importancia, ya que en la película *Intensamente*, se pudo observar la tensión entre las emociones de una niña que aprendía en la medida en que las vivía, ya que el argumento no va hacia impedir que las emociones aparezcan sino poder identificarlas y darle un adecuado manejo. Aquí aparece la inteligencia emocional.

3. Metodología

Considerando que el objetivo primordial de la película “Intensamente” consistió en presentar la interrelación y actuación de emociones básicas de los seres humanos y que el presente análisis busca a partir de ella puntualizar en la gestión de las emociones de los niños, este documento se desarrolla bajo un enfoque cualitativo de carácter hermenéutico que tiene su sustento en la revisión de material bibliográfico sobre el tema de las emociones en los niños y de las herramientas pedagógicas que deben involucrarse para contribuir al desarrollo equilibrado de los niños en su reconocimiento de ellas.

Adicional al material bibliográfico revisado, la película *Intensamente* del Director Peter Docter tuvo que ser vista para comprender la interacción de las cinco emociones básicas: tristeza, alegría, enfado, temor y desagrado en Riley, una niña de 11 años.

La información es recopilada en su mayoría de manera digital, llevando el registro en una matriz bibliográfica para responder con indagación rigurosa y confiable de un tipo de investigación documental.

4. Desarrollo temático

4.1 Gestión de las emociones en la película “Intensamente”

La naturaleza del ser humano ha hecho que sean muchas las ciencias y disciplinas, orientadas a dar respuesta a los componentes físicos, mentales y psíquicos. Entre ellas aparece el arte con sus miradas y expresiones de dichos componentes, en este caso particular ha sido el cine quien desde la película “*Intensamente*” ha querido recrear un contenido que viene investigándose con más énfasis en los últimos años: las emociones; importantes en el desarrollo evolutivo como individuos activos en contexto social y cultural dado.

La película muestra como en la vida de Riley inesperadamente todo cambia: nueva ciudad, nuevos amigos, nueva escuela y todo esto se convierte en un detonante emocional, las emociones básicas en este caso: tristeza, alegría, enfado, miedo y desagrado son representadas en la película interactuando en un comando central llamado “cuartel general” metaforizando las funciones del cerebro. Acorde con lo anterior, es provechoso el aporte que hace Porto (2016) en su escrito titulado “Estudio

de las emociones en los personajes animados de “*Inside Out*” o “*intensamente*”, donde aclara que,

Las emociones son respuestas complejas en las que convergen componentes mentales, fisiológicos y motores. Las emociones siempre van acompañadas de reacciones somáticas, generan estados psicológicos y tienen una dimensión social que se manifiesta corporalmente. De tal modo que sentimos cólera, temor, alegría, compasión, angustia, amor... (p. 10)

Según el mismo autor, las emociones no son fáciles de controlar a pesar de que las manifestaciones externas resultan más evidentes y se pueden llegar a dominar. Quiere decir esto que se pueden generar incongruencias entre lo que se siente y la expresión facial, lo cual no es inoperante socialmente. Observable en los padres de Riley ante las dificultades que pasan en ocasiones, contrario a los niños que suelen ser muy espontáneos y sinceros en cuanto a lo que sienten.

A su vez en el estudio de psicología de Piaget (1991) sobre el desarrollo mental del niño, se dice que:

El desarrollo mental es una construcción continua, comparable al levantamiento de un gran edificio que, a cada elemento que se le añade, se hace más sólido, o mejor aún, al montaje de un mecanismo delicado cuyas sucesivas fases de ajustamiento contribuyen a una flexibilidad y una movilidad de las piezas tanto mayores cuanto más estable va siendo el equilibrio. Pero entonces conviene introducir una distinción importante entre dos aspectos complementarios de este proceso de equilibrio: es preciso oponer desde el principio las estructuras variables, las que definen las formas o estados sucesivos de equilibrio, y un

determinado funcionamiento constante que es el que asegura el paso de cualquier estadio al nivel siguiente (p. 1).

Al respecto cabe señalar que a medida que va creciendo Riley, los recuerdos representados en islas se van modificando mientras interactúan entre sí y avanza el desarrollo integral de la niña entre factores internos y externos, ejemplo se mantienen la isla que alberga las experiencias familiares y otras desaparecen, como la de las bobadas.

Dentro de este marco de referencia el desarrollo psíquico, que inicia al nacer y concluye en la edad adulta, es comparable al crecimiento orgánico que avanza entre factores internos-externos caracterizándose por el final del crecimiento y la madurez de los órganos; así mismo es la vida mental que puede concebirse como la evolución hacia una forma de equilibrio final representada por el espíritu adulto (Piaget, 1991).

4.2 Narrativa de las Emociones

La película comienza en el momento del nacimiento de Riley. En ese momento se representa la Alegría como respuesta a la expresión de los padres. Acto seguido, la película presenta la conformación de la "maquinaria de pensamiento", que, de manera similar a las neuronas, desencadenan una serie de complicados mecanismos que producen una respuesta fisiológica del cuerpo hacia el exterior. A medida que se introducen en la película otras emociones como la tristeza, el miedo, la ira y el desagrado, van formando cada uno por separado las emociones de Riley, junto con una serie de pensamientos y recuerdos que componen el llamado centro de pensamientos, desde donde se desarrollan islas flotantes interconectadas que son estimulados por el paso de las emociones, acciones y experiencias de la vida cotidiana (Porto, 2016)

Las principales emociones se intercalan para permitir a la protagonista comunicar y expresar, a fin de desarrollar las relaciones familiares, su potencial cognitivo y su empatía por los demás. Así mismo, en la película se observan otras experiencias como el hockey que se convierte en un elemento clave en su vida, llevando a muchas alegrías y acontecimientos importantes para la estructura de su personalidad.

El psicólogo social, Forgas citado por Porto (2016), por su parte estudia las ventajas emocionales de la tristeza como estado de ánimo en las personas, asegurando que dicho estado de ánimo lleva a los seres humanos a ser más sociales, mejora la motivación y promueve un espíritu activo para superar esos momentos incómodos y poco agradables en los que se pueden encontrar inmersos. En efecto, en el filme, se logró evidenciar la importancia de la fusión entre tristeza y alegría, para dar equilibrio a Riley en varios momentos. En un intento por limitar las acciones de Tristeza, Alegría comete una imprudencia, la cual deviene en un accidente que envía a las dos emociones lejos del centro de mando del cerebro.

4.2.1 Utilidad de las Emociones e importancia de la formación de los recuerdos

Los recuerdos en la película son representados por esferas luminosas, con un color determinado, dependiendo de la emoción que se forme del respectivo recuerdo. Las emociones tienen un papel fundamental en la creación de los recuerdos. Cuanto más intensa es la emoción, más potente es el recuerdo. La película nombra los llamados recuerdos esenciales con un grado de importancia alto, los cuales son formados por medio de una impronta emocional. Popularmente las personas expresan este proceso, como aquello que los ha marcado en la vida.

Como se mencionó en un párrafo anterior, los recuerdos esenciales en la película forman las islas de la personalidad, representación gráfica de la mente. Un recuerdo que se instaura como huella pasa primordialmente en la mente de los niños, etapa donde se forman la personalidad debido a diversas vivencias de carga emocional y fortalecen los diferentes autos, templos que se va transformando a medida que se va creciendo. De igual forma, retomando otra explicación desde otra postura psicológica se podría decir que los miedos y traumas de la infancia que se forman en la mente están curiosamente resguardados, por un par de personajes que en la película hacen la labor de guardas.

La actividad anímica se mueve generalmente en dos direcciones opuestas, partiendo de los instintos, a través del sistema inconsciente, hasta la labor mental consciente, o por un estímulo externo, a través de los sistemas consiente y preconsciente, hasta las cargas inconscientes del yo y de los objetos. Este camino tiende a permanecer transitable a pesar de la represión y se halla abierto hasta un cierto punto los esfuerzos de la neurosis por recobrar sus objetos Freud (1915).

Es así, como la desazón emocional de Riley causada por la pre-adolescencia es la que la lleva a enfrentar un pensamiento abstracto y a empoderarse de valores como la solidaridad, la tolerancia y el altruismo.

4.2.2 Educación Emocional

La educación académica en la escuela es considerada un aspecto importante en la formación de un individuo, tanto como la educación emocional, García (2012) ya que representa una condición primaria para la formación de la personalidad (Martínez-Otero, 2007, citado por García, 2012)

Dicha relación entre razón y emoción permite el desarrollo de la capacidad adaptativa de la persona, expresada a la hora de dar respuesta y solución de manera eficaz a las situaciones de carácter interpersonal que se presentan, propiciando así el bienestar psicológico y el rendimiento académico (Fernández-Berrocal & Ruiz, 2008, citado en García, 2012).

Así mismo, con la educación emocional se consolidan hábitos sanos que operan como respuesta a las distintas emociones. De esta manera, Marina (2013) menciona que los hábitos tienen una relación con el inconsciente en dos vías. Por una parte, los hábitos se aprenden por repetición; por ejemplo: un jugador de cualquier deporte adquiere experiencia repitiendo muchas veces un movimiento. Esa repetición va configurando sus “esquemas musculares”, es decir, permanecen en la memoria, pero integrados en sistemas más amplios y sin posibilidad de recuperarlos aisladamente. En segundo lugar, el hábito permite realizar muchas operaciones de manera automática, lo que aumenta nuestra capacidad de acción según Marina (2013). Esto mismo ocurre en el caso de las emociones cuando se enseña a tramitarlas de forma asertiva, se van generando esquemas que posibilitan reconocer la emoción y elegir como reaccionar frente a ella.

Mediante la película se educan diversas emociones, en la medida en que se inicia su proceso de reconocimiento y asimilación, proceso esencial para avanzar en el camino del aprendizaje. Luego, con la película se aportan elementos pedagógicos para llevar a los más pequeños a reconocer determinados sentimientos de modo sencillo, dada la capacidad que tienen los personajes de fantasía para llegar a la audiencia infantil, resultado que no siempre logran las explicaciones de un adulto, ya que incluso, por medio de este tipo de producciones este grupo también aprende.

En la película, las principales preocupaciones, angustias y esperanzas son muy parecidas y se basan en: sobrevivir, disfrutar, estar cerca de los seres que se quieren, evitar el peligro, afrontar los obstáculos que aparecen en el camino, contar con los demás y ponerse a salvo en situaciones comprometedoras, lo cual indica que aunque existen diferencias culturales y determinantes históricos para expresar las emociones, éstas marcan un patrón universal, ya que todos de una forma u otra las sentimos.

Situación que nos remite a la conciencia emocional y de manera sencilla Goleman (1999) en su libro *Prácticas de la Inteligencia emocional*, dice que consiste en reconocer nuestras emociones y sus efectos. Aquí la inteligencia es una aptitud que rinde en la medida en que consigue los propósitos de relacionamiento interpersonal efectivos. De forma análoga se puede considerar que la inteligencia emocional es una capacidad que incluye aptitud y habilidad, siendo el rendimiento emocional el aprendizaje.

Ahora, teniendo en cuenta que la capacidad del individuo para identificar su propio estado emocional y gestionarlo de forma adecuada es a lo que se ha denominado inteligencia emocional atendiendo a Goleman (1996), se hace fundamental resaltar la importancia de educar desde la niñez, primordialmente, en este aspecto del cuidado emocional en los niños para garantizar la calidad de vida.

4.2.3 La Familia como entorno protector de las emociones de los niños

Otro de los aspectos evidenciados en la película es el entorno protector que ofrece la familia. La trama de películas como “Intensamente” permite a los responsables de niños sostener diálogos a partir de la experiencia emocional, lo que, suscita en ellos, gustos,

impactos y un referente a identificar. Estos espacios de diálogo entre padres e hijos permiten una comunicación abierta y necesaria para el desarrollo del niño.

La película a su vez en un segmento también muestra, la representación de las mismas emociones básicas en adultos, pero con complejidades distintas, y es claro que, de acuerdo con el desarrollo psicológico y cognitivo, así como la educación que se le ha dado a sus emociones, los individuos responden de una manera u otra para darle solución a los problemas del entorno.

4.3 Análisis de las emociones a partir de la película intensamente

Analizar las emociones que se transmiten a través de los contenidos audiovisuales resulta de gran interés especialmente para la audiencia infantil que se presenta como la gran consumidora de estos materiales, así como los padres de familia que encuentran en estas producciones un respaldo para instruir a sus hijos en diferentes temas que atañen a la educación emocional y comportamental permitiéndoles contribuir al fortalecimiento de su personalidad y a las relaciones interpersonales dentro de sus espacios de interacción actuales y futuros.

El poder educar en la dimensión emocional de las personas a los niños desde que son pequeños es una práctica muy recomendable para que crezcan en un ambiente sano y sepan valorar cada uno de los sentimientos por los que atraviesan en cada etapa (Porto, 2016, p. 13).

La película favorece la convivencia con los diferentes sentimientos y emociones que nos definen como seres humanos, facilitan su identificación y contribuyen a mejorar el

modo en el que se enfrenta a este tipo de situaciones más allá de la operancia de la dimensión racional (Porto, 2016).

En la Revista Mediterránea de Comunicación, el mismo autor asegura que es importante destacar el papel de todas y cada una de las emociones presentes en el ser humano, como lo vemos en la película “*Intensamente*”, sin embargo, reflexiones provenientes de Keltner y Ekman (2015) aseguran que:

La verdadera estrella de la película es la tristeza, ya que “*Intensamente*” es una película sobre la pérdida y lo que ganan las personas cuando son guiadas por sentimientos de tristeza. Riley pierde amigos y su casa, en su mudanza de Minnesota. La historia es aún más conmovedora porque ha entrado en los años de la pre-adolescencia, lo que conlleva una pérdida de la infancia (p. 4.).

La anterior acotación es una interpretación válida desde el acercamiento realizado por los autores, sin embargo, la reflexión del presente artículo plantea la necesidad de que todas las emociones humanas sean valoradas por igual ya que tan importante es la tristeza como la alegría, por hacer parte de la vida de cualquier ser humano. Lo importante ante todo es saber reconocer cada una de las emociones cuando aflora y vivirlas, no ahogarlas, ni reaccionar con miedo ante ellas.

Así visto, una buena gestión de la inteligencia emocional por parte de los más pequeños ayudará a saber gestionar mejor sus conflictos emocionales cuando llegue el momento y contarán con una mayor capacidad de resiliencia para poder superar cualquier dificultad que les perturbe en el presente y a futuro.

Lozano (2015) por su parte afirma que en la película “*Intensamente*” cada personaje encuentra su lugar y aprende su lección, lo que permite agregar que, en cualquier situación de la vida sin importar la edad, el uso de la inteligencia emocional debe ser constante pues solo así es posible elegir la mejor manera de responder. Adicionalmente, Codina (2009) agrega que no hay razón para la frustración en determinadas situaciones adversas, ya que la inteligencia emocional adquirida sirve para volver la situación a favor, dar en respuesta soluciones creativas.

No obstante, cabe tener en cuenta que, en la película, la problemática se suscita en unas condiciones de ambiente relativamente favorables para Riley, no siempre presentes en la vida de los niños a nivel general. Cuestión que resalta la importancia de la cognición en cada una de las personas responsables de menores, así como de la capacitación en todas las esferas de la vida, bien sea, en la escuela, la familia, el lugar de trabajo y demás espacios sociales, con el fin de poder enfrentar adecuadamente las diferentes situaciones.

Lo anterior nos permite llegar a la premisa de que nuestra sociedad debe estar formada por ciudadanos empáticos, que sepan reconocer sus emociones, saber gestionarlas según el entorno en el que se encuentren y así mismo controlarlas. Es un llamado a padres y docentes, ya que para que esto sea posible es necesario trabajar la Inteligencia Emocional en el hogar y en las aulas desde la edad infantil, en esta medida se crearán unos cimientos fuertes que permitan a los niños y niñas de hoy ser los ciudadanos empáticos que se espera constituyan la sociedad del mañana (Vilà-García, 2016).

Se puede afirmar entonces a partir de Vilà-García (2016), que la sensibilización que ha venido teniendo el tema de la educación basada en emociones se está incrementando

progresivamente en centros educativos y entre los mismos profesores, ya que la conciencia que la promulgación de conocimientos meramente académicos no es suficiente para conseguir el éxito de los estudiantes y la mejora de la convivencia escolar.

De manera similar, Jiménez y López-Zafra (2009) reflexionan con respecto a que la escuela es un contexto adecuado para la educación de emociones, sin embargo, la solución no está en delegar la responsabilidad total a los centros educativos, ya que sería olvidar el papel fundamental que desempeña la familia en la educación de la población infantil.

En suma, el interés primordial es que el niño y al adolescente de hoy, sean acompañados por familiares y docentes, llevándolos a reconocer y afrontar las emociones con las que interactúan cotidianamente, aumentando así la capacidad de gestionarlas en pro de su calidad de vida y bienestar; en concordancia con ello, se tendrán hombres y mujeres más felices y con mejores oportunidades de potencializar su ser y el qué hacer.

CONCLUSIONES

La película *Intensamente* logra mostrar con claridad los diferentes procesos que consolidan la estructura psíquica de las emociones humanas desde la edad temprana a partir del equilibrio que genera el contraste de las emociones necesarias para afrontar la dinámica de vivir. Es justo en la edad infantil donde se empieza el ejercicio del autoaprendizaje para la identificación y manejo de las emociones, siendo el momento

apropiado para que los adultos responsables orienten su manejo y control en lo que se denomina una educación emocional.

Luego, repensar la educación desde las emociones representa un impulso y una oportunidad para que la educación hoy por hoy amplíe los límites establecidos sobre el campo de cognición y abone terreno en el campo de las dimensiones personales, necesarias para el desarrollo de las habilidades, capacidades y competencias requeridas en el siglo XXI.

Adicionalmente, la película parece como un pretexto para poner de manifiesto las necesidades de formación integral que requieren los niños, más allá del cubrimiento de las necesidades básicas que los adultos están en responsabilidad de cubrir. La película “*Intensamente*” apoyada en la tecnología para lograr una reflexión didáctica y acorde a la época logra transmitir el mensaje.

Finalmente, este escrito pone de manifiesto que hasta el momento el tema de gestión emocional en la niñez, se ha explorado desde la literatura, pero amerita más su introyección y estudio en el contexto.

Referencias

Angulo. J. (2012). Cuerpo, emociones y cultura. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 74 (26,2), 53-74 Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/274/27426890003.pdf>

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower.P. Recuperado de

<http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional/concepto-educacion-emocional.html>

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Bilbao: Desclée de Brower.P. Recuperado de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/educacion-emocional/concepto-educacion-emocional.html>

Bisquerra, R. (2015). *Navegar por el universo de las emociones. Conferencia*. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=X8JNgrwuyTs>

Blanco, J. S. (2015). *Psicología intensamente evolutiva*. Recuperado de <http://www.eticaycine.org/IntensaMente>

Chóliz, M. (2005). *Psicología de la emoción: El proceso emocional*. Recuperado de: www.uv.es/=cholz

Ciencia-Utero-pe. (2015). *Estas son las revelaciones (científicamente correctas) de intensa-mente sobre el valor de la tristeza*. Recuperado de <http://ciencia.utero.pe/2015/07/23/estas-son-las-revelaciones-cientificamente-correctas-de-intensa-mente-sobre-el-valor-de-la-tristeza/>

Codina, A. (2009). *El autocontrol en la inteligencia emocional*. Recuperado de: www.degerencia.com/articulo/el_autocontrol_en_la_inteligencia_emocional

Darner, P. y Bach E. (2006). *Aportaciones para repensar la teoría y la práctica educativa desde las emociones*. Ediciones Universidad de Salamanca. Recuperado de: https://gedos.usal.es/jspui/bitstream/10366/71865/1/Aportaciones_para_repensar_la_teor%C3%ADa_y_la_pr%C3%A1ctica.pdf

Freud, S. (1915). *O inconsciente*. Obras completas. (14), 39. Recuperado de lcp.s3.amazonaws.com

- García, J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educación* 36(1), 97-109.
- Garnder, H. (2001). *La inteligencia reformulada. Las inteligencias múltiples en el siglo XXI*. Barcelona, Paidós.
- Goleman. (1996). *Inteligencia emocional*. Recuperado de <http://www.danielgoleman.info/topics/emotional-intelligence/>
- Goleman, D. (1996). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairos.
- Keltner, D. &. (3 de 7 de 2015). *The Science of 'InsideOut'*. Recuperado de http://www.nytimes.com/2015/07/05/opinion/sunday/the-science-ofinside-out.html?_r=2
- Keltner, D., & Ekman, P. (2015). *The Science of 'Inside Out'*. Recuperado de https://www.nytimes.com/2015/07/05/opinion/sunday/the-science-of-inside-out.html?_r=0
- Marina, J. A. (2013). Recuperado de <http://www.pediatriaintegral.es/numeros-antteriores/publicacion-2013-03/el-aprendizaje-de-la-creatividad/>
- Marina, J. A., Rodríguez de Castro, M. T., & Lorente Arroyo, M. (2015). *Nuevo paradigma de la adolescencia. Centro reina Sofía sobre adolescencia y juventud*. Recuperado de <https://convivencia.files.wordpress.com/2015/04/nuevo-paradigma-de-la-adolescencia.pdf>
- Mediavilla, D. (20 de 7 de 2015). *Pixar explica porque la tristeza es útil*. Recuperado de http://elpais.com/elpais/2015/07/17/ciencia/1437141895_099415.html
- Mejía, C. P., & Grisales, J. A. (2012). *El saber pedagógico y la formación de maestros. Compiladores. \$. Congreso pedagógico*. Recuperado de

- http://www.ucm.edu.co/wp-content/uploads/docs/COMPILACION_CONGRESO.pdf
- Morales, M. I., & López-Zafra, E. (2009). *Inteligencia emocional y rendimiento escolar: estado actual de la cuestión* . Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/805/80511492005/>
- Navarro, P. (2015). *Habilidad Social. 10 películas sobre inteligencia emocional y social*. Recuperado de <http://habilidadsocial.com/peliculas-inteligencia-emocional-y-social/>
- Piaget, J. (1991). *Seis estudios de psicología. El desarrollo mental del niño*. Recuperado de http://dinterrodonia2010.pbwork.com/f/jean_de_Piaget_seis_estudios_de_Psicologia.pdf
- Porto, P. L. (10 de 1 de 2016). *Estudio de las emociones en los personajes animados de Inside Out*. Recuperado de https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/52150/5/ReMedCom_07_01_04.pdf
- Porto, P. L. (2016). Estudio de las emociones en los personajes animados de Inside Out. *Revista Mediterránea de Comunicación*(7(1), 31-45.), <http://mediterranea-comunicacion.org/>.DOI: 10.14198/MEDCOM2016.7.1.2.
- RAE (s.f.). (2017). *Definición de emoción*. Recuperado de <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=EjXP0mU>
- Vilà-García, C. (2016). *Propuesta de intervención para trabajar la Inteligencia Emocional a través de los cuentos en Educación Infantil*. Recuperado de <http://reunir.unir.net/handle/123456789/3603>