

RESUMEN

La Inteligencia emocional, conjuntamente con una de sus dimensiones la autorregulación emocional, es hoy en día, una de las competencias sociales más importantes a desarrollar en las personas. Daniel Goleman fue quien convirtió a este término en una prioridad para trabajar durante la etapa infantil, debido a que desarrollando esta competencia, se garantizará personas, tanto exitosas como felices en lo que respecta a relaciones interpersonales como intrapersonales. La presente investigación se basa en un estudio descriptivo de la autorregulación emocional en los niños de 3 a 5 años, pues representa uno de los aspectos fundamentales a ser desarrollados en la primera infancia, debido a que, es en estas edades cuando se puede lograr con más eficacia un desarrollo y manejo efectivo de sus emociones. Para que la autorregulación emocional se desarrolle, están involucrados varios factores (endógenos y exógenos) que influyen de manera significativa. Esto se debe a que el niño está atravesando una etapa de maduración, tanto a nivel psicológico como físico. El contexto donde se desarrollan los infantes juega un papel importante para la maduración de esta competencia, es en el hogar donde el infante adquiere las experiencias emocionales más enriquecedoras. Dichas experiencias permiten adaptarse al medio social. Los docentes tienen un papel protagónico en el desarrollo del control emocional, su función principal es la de ayudar al niño a perfeccionarse en el área socio-afectiva, ofreciéndole oportunidades, experiencias y aprendizajes para tener una adecuada autorregulación emocional.

PALABRAS CLAVES:

- **INTELIGENCIA EMOCIONAL**
- **AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL**
- **SOCIO-AFECTIVO**
- **EMOCIONES**
- **AUTOCONTROL EMOCIONAL**

ABSTRACT

Emotional Intelligence, together with one of its dimensions emotional self-regulation, is today one of the most important people to develop social skills. Daniel Goleman was the one who made this term a priority to work during childhood, because developing this competition, both successful and happy people will be guaranteed with regard to interpersonal and intrapersonal relationships. This research is based on a descriptive study of emotional self-regulation in children 3 to 5 years, representing one of the fundamental rights to be developed in early childhood issues, because it is at this age when they can achieve more efficient development and effective management of their emotions. To develop emotional self-regulation are involved several factors (endogenous and exogenous) which influence significantly. This is because the child is going through a stage of development both psychologically and physically. The context in which infants develop plays an important role in the maturation of this competition, is in the home where the child acquires the most rewarding emotional experiences. Such experiences can be adapted to the social environment. Teachers have a key role in the development of emotional control, its main function is to help the child improve in the socio-emotional area offering opportunities, experiences and learning for adequate emotional self-regulation.

KEYWORDS:

- **EMOTIONAL INTELLIGENCE**
- **EMOTIONAL SELF**
- **SOCIO – EMOTIONAL**
- **EMOTIONS**
- **FELLINGS.**