



SEP
SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL UNIDAD

UPN 096 CDMX- NORTE

“LA LITERATURA INFANTIL COMO RECURSO PARA DESARROLLAR LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PREESCOLAR DE PRIMER GRADO EN CAI 7
AGUSTINA RAMÍREZ RODRÍGUEZ”

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN (TESINA)

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR PLAN 2008

PRESENTA:

MARÍA DEL CARMEN ROSALES PÉREZ

ASESORA

Doctora: TANIA ACOSTA

CDMX 2023



SEP

SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN. 096 CDMX-NORTE

LA LITERATURA INFANTIL COMO RECURSO PARA DESARROLLAR LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PREESCOLAR DE PRIMER GRADO EN CAI 7
AGUSTINA RAMÍREZ RODRÍGUEZ

MARÍA DEL CARMEN ROSALES PÉREZ

Proyecto de investigación (tesina)
Presentado para obtener el título de Licenciada en Educación Preescolar

CDMX 2023



Ciudad de México a 21 de febrero de 2024.

Oficio **D-U096/0168/2024.**

ASUNTO: DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN DE LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR PLAN 2008

C. MARÍA DEL CARMEN ROSALES PÉREZ.

ALUMNA DE LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR
PLAN 2008 DE LA UNIDAD UPN 096 CDMX NORTE
MATRICULA: 190962065.

PRESENTE

Estimada C. Rosales Pérez:

En mi calidad de presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, intitulado: **“LA LITERATURA INFANTIL COMO RECURSO PARA DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN PREESCOLAR DE PRIMER GRADO EN CAI 7 AGUSTINA RAMÍREZ RODRÍGUEZ”**, opción **PROYECTO DE INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA** a propuesta de su asesora la **DRA. TANIA ACOSTA MÁRQUEZ** manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos al respecto por la institución.

Lo anterior, se dictamina favorable su trabajo y se autoriza a presentar su examen profesional para obtener el Título de la Licenciatura en Educación Preescolar Plan 2008, el día **28 de Febrero del presente a las 14:00 pm**, con el orden del Jurado que se presenta a continuación:

PRESIDENTE: MTRO. JESÚS GÓMEZ MORAN.
SECRETARIA: DRA. TANIA ACOSTA MÁRQUEZ.
VOCAL: MTRA. GUADALUPE SALOMÉ GARCÍA VILLEGAS.

Deseándole el mayor de los éxitos, aprovecho la ocasión para enviarle un cordial saludo.

Atentamente
“EDUCAR PARA TRANSFORMAR”



S. E. P.

DR. MIGUEL ÁNGEL OLIVO PÉREZ
DIRECTOR DE LA UNIDAD UPN 096 CDMX NORTE

Calle 659 N°. 39 Col. San Juan de Aragón V Sección, C.P. 07979, Gustavo A. Madero, CDMX
Tel. (55) 56 30 97 00 Ext. 6002 www.upn.mx unidad096@g.upn.mx
<https://upn096.com/>



Agradecimientos

Dedico este trabajo primero que nada a Dios por darme la salud, la fortaleza, y las ganas de seguir adelante.

A mí porque realicé una meta que tenía en mi mente desde que era niña, el ser educadora, misión cumplida mi pequeña Carmen.

Gracias a cada uno de los integrantes de mi familia por darme ánimos, y consejos durante esta gran aventura. Gracias también por entender y comprender en los momentos que no estuve con ellos.

A mis padres porque sé que desde el cielo están orgullosos de que estoy siguiendo sus enseñanzas y valores. Gracias por ser mis primeros maestros.

A mi asesora Tania Acosta, por ser tan paciente y comprensiva conmigo, gracias por compartir sus enseñanzas.

También le doy las gracias a la Universidad Pedagógica Nacional y a cada uno de los maestros que dejaron una semilla de aprendizaje en mí, gracias por “educar para transformar”.

Gracias a todo el personal del CAI 7, a los padres de familia y en especial a los niños de preescolar de primer grado, por enseñarme a aprender de ellos día a día.

Índice

	Página
Agradecimientos	
Introducción.....	1-3
Mi práctica docente.....	4-7
Planteamiento del problema.....	8-10
Justificación	11-16
Preguntas de investigación y objetivos.....	17
Capítulo I: Marco Referencial	
1.1 inteligencia emocional.....	18-24
1.2 Definición de emociones.....	25-27
1.3 Emociones básicas.....	28-32
1.4 importancia de favorecer la inteligencia emocional en preescolar.....	33-34
Capítulo II: Marco contextual	
2.1 Programa Sectorial de Educación 2020-2024.....	35-41
2.2 Plan y programas de estudio Aprendizajes Clave 2017.....	42-45
2.3 Nueva Escuela Mexicana.....	46-48
2.4 Contexto de la escuela a investigar.....	49-52

2.5 Diagnóstico del grupo.....	53- 55
2.6 Propuesta de intervención del diagnóstico.....	56-66
2.7 Resultados del diagnóstico del grupo.....	67-69

Capítulo III: Marco teórico

3.1 La educación preescolar.....	70-72
3.2 El desarrollo del niño de 3 a 4 años.....	73-75
3.3 El desarrollo del cerebro del niño	76-83
3.4 La literatura infantil.....	84-85
3.5 El cuento como recurso para el desarrollo de la educación emocional...86-89	

Capítulo IV Investigación educativa

4.1 propuesta de intervención- acción.....	90-92
4.2 Metodología.....	93-95
4.3 Instrumentos de recolección empleados durante la intervención pedagógica.....	96-97
4.3.1 El diario pedagógico	
4.3.2 La observación	
4.3.3 La fotografía	
4.3.4 El dibujo	

4.3.5 el cuestionario

4.4 situaciones didácticas.....	98-109
4.4.1 Análisis del resultado del diario pedagógico.....	110-111
4.4.2 Análisis de la observación realizada.....	112-114
4.4.3 Análisis de las fotografías y los dibujos realizados por los alumnos...	115-116
4.4.4 Análisis de los cuestionarios realizados.....	117-122
Reflexiones.....	123-126
Referencias.....	127-131
Anexos.....	132-135

Introducción.

El presente trabajo de investigación presenta el diseño de una propuesta didáctica que tiene como objetivo principal determinar las actividades que apoyen el desarrollo de la educación emocional en los niños de primer grado, a través de la literatura infantil, siendo los cuentos el instrumento principal como el recurso para saber identificar, entender y comprender sus emociones básicas.

El propósito general de esta investigación fue ir brindándoles a los niños de preescolar primero las herramientas que necesitan para que vayan desarrollando las habilidades emocionales y aprendan a gestionar las emociones por ellos mismos, así como apoyar en el desarrollo de la educación emocional por medio de la narración de cuentos infantiles.

La motivación para elegir el presente tema surgió del hecho, de que en la actualidad es importante fomentar la educación emocional desde la primera infancia, desarrollando las habilidades necesarias para lograr que el individuo aprenda a saber identificar, reconocer y gestionar de manera asertiva sus emociones siendo estos los cimientos para un buen desarrollo integral, así pueda identificar y comprender las emociones de los demás, teniendo empatía con las personas con las que convive en todos los ámbitos de su vida. La educación cognitiva y la educación emocional deben de estar a la par en su enseñanza, ya que para lograr interactuar entre la sociedad actual es necesario el desarrollo integral del niño.

Desde la etapa temprana se debe de brindar las herramientas necesarias para que el niño pueda identificar, entender y comprender sus emociones e identificar, entender y comprender las de los demás, teniendo inteligencia interpersonal e intrapersonal, apoyando con esto en el bienestar emocional, así como en la resolución de problemas que se le presenten durante su vida, tanto personal como social.

Hoy en día la educación debe de preparar a los niños, para este mundo globalizado y lleno de tecnología, preparándolos para que sean capaces de resolver distintas

situaciones que la vida les presente, buscando soluciones asertivas por ellos mismos, y así adquirir aprendizajes significativos y benéficos tanto para su salud física como emocional.

Un punto importante es la comprensión acerca del desarrollo del cerebro en los niños, ya que puede brindar a los padres de familia, educadores y los niños un mejor entendimiento acerca de las razones de su actuar ante diferentes situaciones diarias.

Durante la etapa infantil el cerebro se desarrolla de una manera acelerada, gracias a su plasticidad, y este desarrollo se va moldeando durante toda la vida, en especial durante los primeros seis años a través de las experiencias y el concepto que tengan los padres y maestros de ellos. Por tal motivo debemos de proveer a los niños de experiencias que necesitan para que su cerebro se desarrolle de manera afectiva, efectiva y sólida durante la niñez, a través de todas las experiencias que el niño vive tanto en su hogar, su comunidad y en la escuela.

El trabajo inicia describiendo la práctica docente, planteamiento del problema, justificación, pregunta de investigación y los objetivos del tema seleccionado.

Para el estudio de la investigación, se pidió el apoyo de los padres de familia y docentes de preescolar contestar un cuestionario para averiguar lo que conocen sobre la inteligencia emocional y la forma en que se desarrolla está habilidad en los niños, así como el aporte que realizan las educadoras para favorecer la educación emocional dentro de sus aulas.

Este trabajo de investigación consta de cuatro capítulos los cuales servirán de apoyo para adentrarnos al desarrollo de la inteligencia emocional y al trabajo con los niños de preescolar primero del CAI 7 “Agustina Ramírez Rodríguez”

El primer capítulo nos menciona la definición de la inteligencia emocional fundamentada por varios autores dedicados a investigar sobre el tema, al igual que nos menciona la definición de la palabra emoción, cuáles son las emociones básicas

y algunas de sus características. Nos habla también sobre la importancia de desarrollar la inteligencia emocional en preescolar.

En el segundo capítulo encontrará algunas políticas educativas nacionales, como son: El programa sectorial de educación 2020.2024, el Plan y Programas de Estudio 2017, la Nueva Escuela Mexicana, el contexto de la escuela en donde se llevó a cabo la investigación, y el diagnóstico que se realizó al grupo investigado.

El tercer capítulo nos habla sobre el marco teórico que se utilizó para la investigación, en él se menciona sobre la educación preescolar, las características generales de los niños y el desarrollo del cerebro en la edad de tres a cuatro años.

Nos menciona también sobre la literatura infantil, así como la importancia del cuento infantil para favorecer la educación emocional.

Finalmente, en el cuarto capítulo se expone el método utilizado para trabajar durante la investigación, los instrumentos utilizados, las situaciones didácticas, los análisis de los instrumentos de evaluación y los resultados.

Los resultados se basaron en los instrumentos aplicados. Es importante mencionar que las actividades presentadas se encuentran apoyadas por fotografías que exponen la situación planteada.

Cabe mencionar que para poder aplicar el instrumento de fotografía se pidió la autorización de los padres y madres de familia, y dichas fotografías solo exponen el trabajo realizado por los niños y por la investigadora, enfocando de los hombros para abajo (el pecho y las manos).

Mi práctica docente.

Ser docente puede ser una de las profesiones más agobiantes, pero a la vez, la que tiene demasiadas satisfacciones personales con cada una de las vivencias con los niños. Con ellos se aprenden día a día diferentes cosas; y es ahí donde se descubre: que no eres el único que enseña; sino que también, eres uno más del grupo que aprende junto con ellos, por lo que ser docente, es una forma de ser un estudiante eterno.

En esta carrera se debe de ser muy responsable, tener vocación y motivación, ya que se tiene a cargo niños moldeables, y delicados que ciclo tras ciclo se les debe de apoyar a desarrollar todo su potencial, fomentando su imaginación y creatividad, forjando su carácter y proporcionándoles las herramientas necesarias que les ayuden a resolver las diferentes situaciones problemáticas en su vida.

Los niños deben de sentirse queridos y escuchados por los adultos a su cargo, en especial por las figuras de apego, ya que esto determinará en parte fundamental la manera en que se desenvolverá en su vida, así como en todos los contextos sociales, escolares y familiares.

Es necesario dejar en cada infancia una semilla o recuerdo, la cual sea de manera positiva, que, cuando se recuerde, se haga desde la gratitud, y no, de manera inapropiada, como el docente que contribuyó en no hacer del aula un ambiente apacible, aumentando así la deserción escolar. Es por esto la importancia de ser un docente responsable, profesional, teniendo vocación y motivación para llevar a cabo esta maravillosa profesión.

El ser docente es una profesión desvalorizada, incluso dentro del mismo magisterio; pero sobre todo por los padres de familia actuales, que tienen la idea errónea de que en la educación preescolar solo se va a cuidar y jugar con los niños sin ninguna intención, mientras ellos trabajan o hacen sus deberes. El ser docente es una profesión de vocación, para formar rostros y corazones.

Los niños ingresan a preescolar con las experiencias vividas en su familia, expresándose conforme lo que han visto y aprendido en casa, a través de la forma de interactuar con las personas cercanas a ellos. Como lo argumenta el Plan y Programas de estudio “Los niños ingresan a preescolar con aprendizajes sociales influidos por las características particulares de su familia y del lugar que ocupan en ella”. (SEP, 2017, pág. 307)

Los primeros días de escuela algunos niños tardan tiempo para adaptarse y durante este proceso lloran al entrar, así como también lo hacen durante las actividades del día, otros reprimen sus emociones estando callados y aislados del grupo, esperando a que sus padres regresen por ellos. En estos momentos es de suma importancia que la docente le enseñe a saber regularse y le brinde un ambiente de confianza para que el niño logre la adaptación más rápido, pero sobre todo le agrade asistir a la escuela formándose una imagen de que en ella se va a jugar para aprender e interactuar con otros niños, así como con su maestra.

Lamentablemente se tiene la idea errónea de dejar llorar a los niños, para que se regule por sí solo y así atender al resto del grupo, sin tomar en cuenta que el niño aún no sabe cómo hacerlo. Se le debe de brindar seguridad para que aprenda a identificar y entender esta emoción que presenta, y acompañarlo durante el proceso de adaptación e inseguridad por las cosas nuevas, así como el miedo a la separación de la figura de apego.

Por parte de la familia también se viven con intensidad las emociones al sentirse nerviosos y preocupados al ver ingresar a la escuela llorando a su hija o a su hijo, se quedan con el pensamiento de que sus hijos permanecen con este estado emocional durante toda su estancia. Transmitiendo al niño la angustia y la desconfianza de estar adentro del CAI.

Durante esta etapa de la vida es fundamental ir desarrollando la inteligencia emocional en los niños de preescolar ya que es cuando inician la socialización, autonomía y el auto concepto dentro del centro educativo. “Las experiencias emocionales que viven los niños en los espacios sociales permean en los vínculos,

satisfacciones y calidad de vida, así como en su desarrollo social y emocional” (Buitrago et al, 2019, citado por López 2021, p,58).

Las primeras experiencias escolares que viven los niños dependerán de la imagen que se formarán acerca de la escuela, así con la interacción con sus compañeros y maestros, por eso es de suma importancia que la docente lo apoye durante este procedimiento, brindándole seguridad y un ambiente acogedor durante su estancia en la escuela.

Hasta la fecha se continúa dando mayor importancia a la educación cognitiva y a la realización de las actividades curriculares, así como el desempeño de los niños en el ámbito educativo, dejando olvidado el estado emocional con el cual ingresan y permanecen dentro de la escuela, no tomando en cuenta si se le nota distante, preocupado, ansioso, pensativo, así como el no saber identificar y reconocer lo que están sintiendo, ni cómo poder expresarlo, mucho menos gestionarlo.

Al no saber qué es lo que están sintiendo emocionalmente, los niños se enojan, lloran, pegan, gritan, o se aíslan del grupo, presentando conductas desafiantes que terminan en tirar o aventar las cosas que tienen a su alcance, siendo una de las razones por la cual las docentes se molestan con ellos llamándoles la atención y con esto aumenta el malestar emocional del niño:

“El niño necesita aprender a nombrar lo que está sintiendo, saber que su vivencia interior tiene nombre, entender que tiene permiso para expresarlo y lo que su entorno también muestra emoción” (Goleman, 2018, págs. 32-33).

Los niños necesitan saber que sus emociones son validadas por los adultos con los que convive, así como el poder expresar su malestar sin que este sea censurado o reprimido, sino al contrario, pueda comprender que todos tenemos emociones y las expresamos de diferente manera, al igual que se pueden lograr regular de una manera asertiva para nuestro bienestar.

En algunas ocasiones dentro y fuera de la escuela a los niños no se les permite expresar sus emociones, minimizando lo que para ellos es importante, como

cuando se cae o se pega con algo se le dice “no pasó nada”, “no llores” o lo que es peor “no eres bebé para llorar”, como si nada más en esta etapa fuera permitido llorar.

Por las múltiples ocupaciones que tienen los padres o por la distancia de su centro de trabajo a su hogar no les brindan tiempo a sus hijas e hijos, dejándolos con algún dispositivo móvil, con la televisión o con sus abuelos, primos, hermanos, vecinos, etc.

Algunos niños ingresan al CAI temprano y salen en la noche, el tiempo que les brindan sus padres es solo cuando van en el transporte ya sea para la escuela o para su casa, y en varios casos los niños van durmiendo u observando el celular, sin que los padres interactúen con ellos.

Durante la etapa infantil los niños van formando su personalidad por medio de las experiencias adquiridas con los adultos y con sus iguales, las cuales los van preparando para el presente y para su futuro, ya sean favorables o desfavorables para su vida.

Tanto la familia como la escuela son piezas fundamentales para que los niños adquieran las herramientas necesarias que les ayuden a identificar y entender sus emociones llegando a la regulación de una manera asertiva y efectiva.

Si los padres y los maestros no saben la importancia de saber expresar sus emociones, entonces tampoco los niños podrán aprender estas habilidades vitales, que les favorecerán para aprender a identificar, entender y regular las emociones y entender y comprender las emociones de los demás, esto es crucial también para lograr el aprendizaje cognitivo en los niños.

Planteamiento del problema.

En la actualidad los niños están sometidos a un bombardeo de estímulos a consecuencia del acceso desmedido de la información a través de las nuevas tecnologías, sobrepasando su capacidad para poder asimilarla, procesarla y comprenderla. En cada momento del día se presentan muchas emociones, algunas veces no saben lo que están sintiendo o como expresar lo que necesitan para sentirse en calma; esto provoca que los niños se sientan molestos, ansiosos, angustiados, frustrados, etc. Aquí es cuando se dicen que tienen sus emociones encontradas o revueltas.

Con las nuevas tecnologías las personas quieren obtener todo rápido sin tener que esperar, necesitando de una gratificación instantánea la cual los tiene insatisfechos, repercutiendo en su vida, tanto escolar, familiar, social e individual,” Los niños que están en contacto habitual con pantallas de móviles, tabletas u ordenadores son más irritables y tienen peor atención, memoria y concentración que aquellos que no las usan” (Bilbao, 2015, pág. 230)

Los niños de preescolar primero están adquiriendo sus primeras experiencias dentro del contexto escolar, están aprendiendo a ser autónomos, a formar su carácter; a esta edad son como esponjas absorbiendo todo lo que ven y escuchan, procesándolo todo en su cerebro, durante esta etapa también adquieren su autonomía, su carácter, y la habilidad de interactuar con los demás, también van aprendiendo a comunicarse a través del lenguaje y el juego simbólico.

Algunos niños de preescolar de primer grado ingresan con la angustia por la separación con sus padres, mostrando llanto, resistiéndose al ingresar a la escuela, manoteando al adulto el cual sale por él. Los padres de familia le llaman la atención al niño en la entrada del salón, provocando con esto el aumento de estrés por parte del padre al tener que llegar tarde al trabajo, transmitiendo este estrés al hijo que se queda llorando al separarse de la figura paterna.

Durante las actividades que demandan mayor atención para llevarlas a cabo no se logran terminar ya que los periodos de atención del niño son muy cortos, distrayéndose de esta actividad, separándose del grupo para poder tomar materiales o juguetes los cuales también son abandonados en poco tiempo ya que esto no le produce algún placer emocionante.

La educadora realiza las actividades en equipos dando indicaciones de trabajo para cada uno, pero si a alguno de los niños no le gusta la actividad que le toca realizar se molesta y empieza a pegarles a sus compañeros, produciendo con esto que exista molestia por parte de los demás integrantes del grupo.

Algunos niños lloran sin motivo aparente cuando se hace el cambio de actividad, o al momento de pasar al baño, provocando con esto que se pierda la atención del resto del grupo al preguntar qué ocasionó su malestar, sin tener respuesta alguna por parte del niño

Los niños aún se encuentran en la etapa del egocentrismo característico de la edad apareciendo las rabietas de forma continua, manifestando conductas inadecuadas como son: gritos, pataletas, manoteos, etc. Mostrando frustración ante diferentes hechos que se llevan a cabo durante el día.

Las emociones desfavorables son frecuentes, es decir constantemente están presentando actitudes o comportamientos subjetivos ante la emoción que sienten.

A esta edad aún no saben reconocer lo que sienten, teniendo escenas de intensidad emocional, expresándolo en forma de llanto, patalear, gritar, aventar cosas y pegarle a lo que tenga cerca, esto lo hace como una forma de sacar la emoción que presenta.

Los niños están en proceso de identificar algunas emociones básicas como son: tristeza, miedo, alegría, enojo, asco y sorpresa, el adulto tiene que brindar el apoyo para que puedan reconocer y expresar por qué o qué les provoca esa emoción y así poder gestionarla de una manera favorable.

Se ha observado que algunos niños presentan falta de sueño, estando somnolientos durante el día y con mayor frecuencia por la tarde, quedándose dormidos durante la ingesta de alimentos no terminando su alimento. Al regresar del comedor al salón

de clases se muestran molestos porque se les invita a continuar con las actividades, expresando su emoción por medio del llanto, tirándose al piso sin permitir el acercamiento del adulto ni de sus compañeros, ya que esto les provoca mayor irritabilidad.

Otra manera de demostrar su molestia es salirse del salón y no querer regresar cuando el adulto se lo pide, y este último no poder ir por él ya que tendría que dejar al resto del grupo solo, esto ha provocado algunos accidentes entre los niños tanto del que se sale como de los que permanecen adentro ya que se desconcentran de la actividad que está realizando

La forma para comunicarse de algunos niños es de manera corporal emitiendo sonidos para darse a entender, su lenguaje aún no es claro, el adulto interpreta lo que quiere expresar el niño, y en ocasiones esto lo frustra porque no es lo que él refiere o necesita.

Son varios los niños en los que se necesita estimular el lenguaje, esto no se ha podido lograr ya que sus padres refieren que aún son pequeños y ya hablarán cuando ellos lo quieran hacer.

Otro problema con el que se enfrenta el grupo es con la falta de límites por parte de los padres hacia sus hijos, refiriendo que es su pareja, abuelos o tíos los que no permiten que se les pongan límites para no producir en el niño algún trauma psicológico y esto le repercute en su vida adulta, o porque no los ven en todo el día y cuando lo pueden hacer los consienten para recompensar el tiempo que no les brindan.

Algunos padres de familia no se quieren involucrar en la educación de sus hijos, dejando toda la responsabilidad al centro educativo tanto para inculcarle valores como hábitos, cuando los niños se encuentran enfermos, son llevados al CAI mencionando que sus hijos no pueden faltar a la escuela ya que se pierde de las actividades escolares, siendo los mismos padres los que les dan mayor importancia a lo cognitivo que a lo emocional, ingresando a sus hijos enfermos, con sueño, o con alguna emoción que no le ayuda a su bienestar en ese momento (molestos, gritando, llorando), repercutiendo durante las actividades programadas para el día.

Justificación.

Desde antes del nacimiento las emociones están presentes en cada uno de nosotros, a través de lo que sienta y viva la mamá durante el embarazo. En este periodo las mujeres son más sensibles experimentando: alegría, tristeza, miedo, asco, rabia, etcétera, y esto es percibido por su bebé a partir de los 7 meses de gestación.

Durante su conferencia “¿Cuándo empezamos a sentir?” Ibarrola, menciona que “cada vez que la madre siente una emoción le llegan al feto los estados emocionales a través de sustancias que se incorporan por medio del líquido amniótico provocándole también respuestas emocionales parecidas”. (Fundación Botín, 2018). A través de esto nos damos cuenta de que al nacer o antes de nacer ya se cuentan con determinadas emociones primarias, las cuales son la alegría, la tristeza, el miedo, enojo y el asco.

Después del nacimiento el bebé experimenta sensaciones diferentes, las cuales expresa a través del llanto, cuando tiene alguna necesidad que se tiene que cubrir. Durante esta etapa es primordial de que las figuras parentales cubran sus necesidades básicas de manera afectiva y efectiva, brindándole seguridad y amor, ya que de esto ayudará en el desarrollo emocional del bebé.

Es importante que se establezca un apego seguro con su madre, ya que ante esta relación será la forma en la que se relacionará con otras personas en el futuro, así como en la resolución de problemas a los que se enfrente.

Chías y Zurita argumentan que “en el desarrollo emocional, esas primeras relaciones de apego marcarán el cómo son las relaciones de apego e influirán decisivamente en la vida emocional del niño” (p. 28).

Al nacer nos expresamos por medio del llanto, la sonrisa y el enojo, siendo estas acciones normales y aceptables por el adulto durante esta etapa.

Conforme se va creciendo, estas emociones se van reprimiendo por medio de algunas creencias arraigadas por la sociedad o lo que deben o no pueden expresar las niñas o los niños, según es propio del género, a los niños cuando lloran se les dice “no eres niña para llorar” o “los hombres no lloran”, a las niñas cuando están alegres y riendo, se les dice “pareces loca con tanta risa”, o “tú no te debes de enojar ya que las niñas son pura ternura”, provocando con estos comentarios a que repriman sus emociones desde la infancia.

No se les enseña a los niños a regular ni a canalizar sus emociones para su bienestar, reprimiéndolas, por considerarlas malas o negativas algunas de estas son: la tristeza, el enojo entre otras.

“Las emociones son elementos importantes del ser humano que no siempre son valorados, esperados o incluso aceptadas” (López, 2010, p.9).

Las emociones deben de ser gestionadas de una forma favorable, hacerlas a un lado o negarlas pone en riesgo la salud tanto física como psicológica del individuo.

Para algunas personas la expresión de las emociones son signo de debilidad o falta de madurez, esto hace que las repriman o no sean expresadas de forma adecuada, provocando con esto que se llegue a tener ansiedad, depresión, enfermedades, alcoholismo, drogadicción, etc. Esto último como una forma de sentirse relajado, así como poder olvidar por un momento la sensación que le causa dicha emoción, o como una forma de escape de la situación que vive.

El desarrollo de la educación emocional tiene una razón de ser, nos sirve para saber actuar ante situaciones de la vida de una forma asertiva y para poder regular las emociones logrando un bienestar emocional.

Durante el nivel de preescolar el niño empieza en la construcción de su auto concepto, su autonomía, es durante esta etapa cuando se les debe de ir apoyando en el desarrollo de su inteligencia emocional. La familia es el primer lugar en donde los niños reciben sus primeras lecciones de educación tanto moral como emocional; Urquijo (2005) refiere que “el niño es un ser en formación, su seguridad la tiene

cimentada en sus padres, quienes son los que en casa empiezan con la educación, inculcándole hábitos, formas de tomar la vida, costumbres, actitudes” (p. 16).

Lo niños van tomando características personales por medio del entorno que les rodea, las actitudes, comportamientos y expresiones que muestren sus padres, estas son fundamentales para la formación en la vida personal y social de sus hijos.

Por medio de las experiencias diarias el niño adquiere nociones para poder desenvolverse ante la sociedad, por eso es necesario que desde la edad temprana y dentro de casa se le vayan brindando las herramientas para ir desarrollando la educación emocional por medio de un apego que favorezca en su vida.

Al ingresar al ámbito educativo lo hacen con las experiencias adquiridas y se desenvuelven con sus iguales a través de estas experiencias. Aunado a que aún siguen siendo egocéntricos por las características de su edad.

En la etapa de preescolar los niños son moldeables, empiezan a adquirir sus primeras experiencias dentro de la escuela e interactuando con sus iguales, así como con los adultos que están cerca de ellos. La docente es parte fundamental en el desarrollo del niño durante esta etapa, ya que ella puede crear ambientes favorables o desfavorables, involucrando en ello el desarrollo emocional del niño.

La educación tradicional se ha centrado en la realización de las actividades curriculares y en el desempeño escolar del niño, dándole mayor énfasis, al prestar poco tiempo en las actividades para el desarrollo de la alfabetización emocional, así como brindar la importancia al estado emocional que presenta el niño dentro del centro educativo.

Los niños en preescolar van adquiriendo las actitudes y forjando el carácter que los caracterizará durante su vida, así como la forma de resolver los problemas a los que se enfrenten.

Por eso es importante que se le vaya desarrollando la educación emocional para favorecer las necesidades individuales y sociales, que no se atienden dentro del

ámbito familiar y escolar, estas necesidades son: la violencia, el estrés, ansiedad, depresión, comportamientos de riesgo, consumo de drogas, suicidios, etc. Todo lo anterior se realiza a causa de no tener un buen desarrollo de la educación emocional desde edades tempranas.

En palabras de Bisquerra (2011) “La educación emocional se inicia en los primeros momentos de la vida y debe estar presente a lo largo de todo el ciclo vital” (p.11).

Se nace con la habilidad de saber gestionar las emociones para nuestro bienestar, pero se deben de ir educando durante la vida, es como cuando se nace con la habilidad de tocar un instrumento, pero si nunca se enseña a tocarlo no se llegará a estimular esa habilidad.

Los padres y los docentes deben de ir educando esa habilidad en los niños desde la etapa más temprana enseñándole que todas las emociones son válidas, pero se deben de gestionar para que no lleguen a dañar a la persona por no saber regularlas de manera asertiva.

Es necesario que el docente genere estrategias para desarrollar las competencias emocionales en los niños desde la etapa temprana, para así ir fomentando la educación emocional, y prevenir algunos casos de riesgo para su salud tanto físicas como emocionales.

Herrera (2015) menciona que “La importancia del desarrollo temprano de la inteligencia emocional radica en que permite moldear positiva el comportamiento para formar seres humanos psicosocialmente competentes y productivos, tanto a nivel académico como en lo laboral a futuro” (p. 35)

En la actualidad son más los casos de niños, jóvenes o adultos que se encuentran en depresión, con estrés escolar, presentando síntomas de colitis, dolor de cabeza, presión arterial, o en casos muy extremos llegando al suicidio. Para lidiar con algunos de estos problemas llegan a probar las drogas o el alcohol, sintiendo con esto un refugio para su malestar, provocando comportamientos de riesgo tanto para su salud como para la sociedad.

Para Bisquerra (2003) “La juventud se implica en comportamientos de riesgo, que en el fondo suponen un desequilibrio emocional, lo cual requiere la adquisición de competencias básicas para la vida de cara a la prevención” (p. 9).

Ante esta situación se requiere que desde edades tempranas se les vaya estimulando el desarrollo de la educación emocional, para que esto les sirva como prevención efectiva, y puedan adquirir la habilidad de la autoestima, autoconocimiento, autocuidado, así como el saber lidiar de una manera asertiva con las emociones que le producen malestar emocional.

Bisquerra (2003) refiere que, “los jóvenes que experimentan un mayor bienestar personal (sentirse competentes y apoyados) es menos probable que se impliquen en comportamientos de riesgo, y al mismo tiempo es más probable que procuren mantener buena salud, tener buen rendimiento académico, cuidar de sí mismos y de los demás” (p. 11).

Una de las herramientas que se les debe brindar a los niños en la edad de preescolar, para la regulación emocional puede ser a través de la literatura infantil en especial los cuentos ya que estos pueden apoyar en el desarrollo de la educación emocional desde la edad temprana, es a través de ellos que se les brindará la confianza por medio de los personajes para que se identifiquen, por medio de sus experiencias y las acciones que los personajes lleven a cabo.

Estos relatos servirán para que el niño logre identificar y reconocer las emociones básicas, para que posteriormente pueda gestionar de manera efectiva las emociones que presenta durante el día. Ayudando con esto en el bienestar integral del niño.

Tomando en cuenta lo escrito por Bisquerra (2003), “Muchos de los problemas que afectan a la sociedad actual (consumo de drogas, violencia, prejuicios étnicos, etc.) tienen un fondo emocional” (p. 12). Es muy importante que desde preescolar se les enseñen estas competencias emocionales para que les sirvan durante toda su vida.

Cuando la educación emocional está presente desde la primera etapa de los niños, estos tendrán mayores herramientas para hacerle frente a los cambios constantes que tiene la vida, a través de las habilidades para la regulación de sus emociones de una manera efectiva, sabiendo desenvolverse en todos los ámbitos.

Los niños que tienen desarrolladas las habilidades emocionales, serán en el futuro menos propensos a contraer enfermedades, adicciones, estrés excesivo, etc. Ya que sabrán regular las emociones que causan malestar emocional y son perjudiciales para su salud, y para la resolución de conflictos tanto de manera individual como social.

Los padres de familia y la docente también deben de trabajar en adquirir herramientas para lograr desarrollar estas habilidades emocionales necesarias que les ayuden a saber regular sus emociones, ya que es a través del ejemplo, así como de las experiencias que han vivido los niños con sus padres y maestros, como aprenderán a regular o expresar sus emociones.

Como se mencionó anteriormente toda educación empieza dentro del hogar, es por esto por lo que se debe brindar a los niños las herramientas que necesita para que se desenvuelva dentro de la sociedad y en todos los contextos que le toque vivir, generando las habilidades para que sepa gestionar sus emociones de una manera asertiva.

De acuerdo con López (2011) “por imitación, el niño aprende a expresar sus emociones, lo hace tal como lo ha visto expresar a los adultos, específicamente a sus padres y a sus educadores” (p. 71).

Pregunta de investigación.

¿Cómo apoyar el desarrollo de la educación emocional a través de la literatura infantil en preescolar primero en el CAI N. 7?

Objetivo General:

Evaluar las actividades didácticas que apoyen el desarrollo de la educación emocional en los niños de primer grado a través de la literatura infantil utilizando como instrumento el cuento para identificar y reconocer las emociones básicas.

Objetivos específicos:

- Describir conceptos y teorías sobre el desarrollo de la educación emocional.
- Identificar la política educativa relacionada con la educación emocional en los niños de preescolar.
- Seleccionar las actividades didácticas que apoyen el desarrollo de la educación emocional en los niños de primer grado de preescolar.
- Implementar las actividades didácticas que apoyen el desarrollo de la educación socioemocional de los niños de primer grado de preescolar.

Capítulo I: Marco referencial

1.1 Inteligencia emocional

La inteligencia emocional es la capacidad que tiene el cerebro para comprender, percibir, para expresar y lograr regular las emociones de nosotros mismos y para percibir y comprender las emociones de los demás, nos ayuda a saber canalizar nuestros pensamientos y a saber actuar en cada momento de una forma asertiva.

Es una herramienta fundamental que se debe de ir desarrollando desde la primera infancia y durante el resto de nuestra vida, para generar un sentido de bienestar, que nos sirva para saber identificar, reconocer, expresar y canalizar las emociones llegando a saber tener regulación emocional.

Cuando se ha educado la inteligencia emocional se puede ser capaz de gestionar las emociones que se presentan en cada momento y por el resto de la vida, sin afectarnos ni afectar a los demás, ya que cuando se está molesto luego se hacen cosas o se dicen palabras de las que después se llega a arrepentir y algunos casos ya no se tiene la manera de solucionar lo que se ocasionó al presentar esta emoción.

Para García (2013) la inteligencia emocional “es la capacidad que nos permite reconocer, expresar y gestionar las emociones propias, por un lado, y empatizar y manifestar habilidades sociales en la relación con los demás” (p. 29).

La inteligencia emocional nos permite entender cómo funciona el cerebro, y por qué de las acciones y la forma de actuar ante cualquier situación que se nos presente que nos cause bienestar o malestar emocional, también sirve para comprender y entender a los demás, y en la resolución de los problemas de una manera asertiva.

Por medio de la educación emocional se desarrolla la habilidad de saber identificar, reconocer y expresar nuestras emociones y reconocer y comprender la de los demás, logrando tener un desarrollo integral para nuestro bienestar.

El modelo de inteligencias múltiples define a la inteligencia “Como una capacidad múltiple de ocho tipos de inteligencias” denominando dos de ellas como “inteligencia interpersonal” e “inteligencia intrapersonal” (Gardner 1983, citado por Hernández 2022).

Gardner menciona que todos tenemos la capacidad de tener las ocho inteligencias, unas más desarrolladas que otras, pero dos de ellas pueden ser utilizadas para nuestro bienestar las cuales son:

- La inteligencia intrapersonal: Es la capacidad de comprenderse y entenderse uno mismo, así como nuestros temores y motivaciones propias.
- La inteligencia interpersonal: Es la habilidad para comprender y entender las motivaciones y deseos de otras personas.

Los primeros en definir el término de inteligencia emocional fueron Salovey y Mayer “Como la capacidad de razonar válidamente con las emociones y la información relacionada con ellas, así como de usar las emociones para mejorar el pensamiento” (mencionado por Fernández, 2021, p. 23)

Sin embargo, se dio a conocer el concepto de inteligencia emocional hasta 1995 por Daniel Goleman con su libro titulado “Inteligencia emocional”. En este define a la inteligencia emocional como las “habilidades tales como ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar el impulso y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar, mostrar empatía y abrigar esperanza”. (Goleman 2018, p. 54).

La inteligencia emocional se desarrolla por medio de educación emocional a lo largo de nuestra vida, es importante que se comience a desarrollar desde la niñez contribuyendo a la adquisición de habilidades para lograr un mejor bienestar personal y social.

De acuerdo con Álvarez, et al. (2000), “La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende desarrollar el conocimiento sobre

las propias emociones y las de los demás con objeto de capacitar al individuo” (p. 587).

La educación escolar se inicia desde pequeño para ir adquiriendo los conocimientos cognitivos, y la educación emocional debe de ser igual ya que va desarrollando la inteligencia emocional, ambas deben de ir a la par ya que durante todo el desarrollo de la vida se van adquiriendo nuevas experiencias dependiendo de la actualidad en que se vive.

Por medio de la educación emocional se pretende adquirir competencias emocionales que sirvan a lo largo de la vida en todos los ámbitos en que se desenvuelve el individuo.

Las competencias son el “conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia” (Bisquerra, 2003, p. 21).

Se necesita que se desarrollen las competencias emocionales para poder identificar, entender y gestionar las emociones que se presentan en la vida.

Como argumenta Bisquerra (2003), son “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p. 22).

Los objetivos de la Educación Emocional según (Bisquerra, 2007, p. 243) son los siguientes:

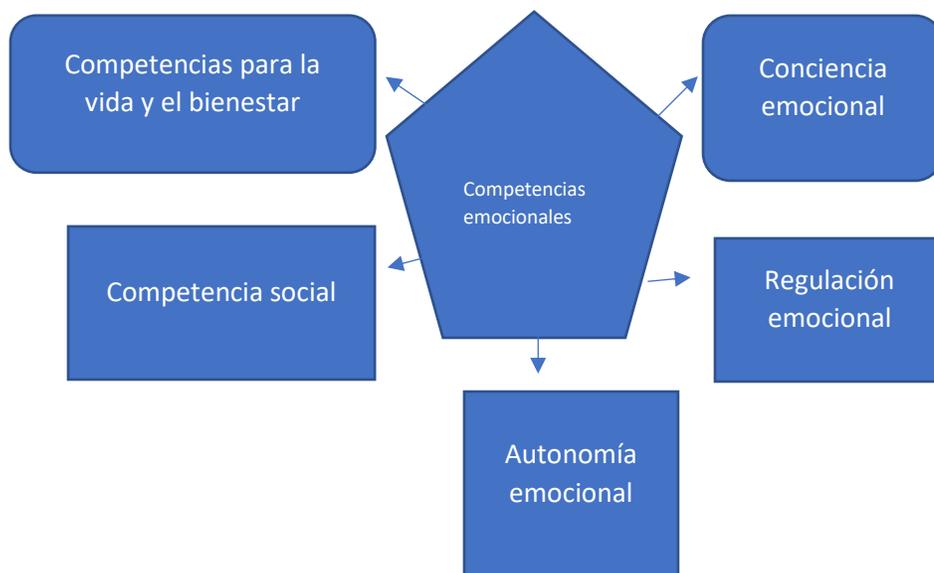
- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.

- Desarrollar la habilidad de automotivarse.

El desarrollo de dichas competencias emocionales se define como: “El conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales”. (Bisquerra, 2007, pp.1-2).

Este autor argumenta que las competencias emocionales se dividen en cinco bloques:

1. Conciencia emocional
2. Regulación emocional
3. Autonomía personal
4. Competencia social
5. Habilidades para la vida y el bienestar



Fuente: Bisquerra y Pérez, 2007, p. 70

1. Conciencia emocional

Es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y la de los demás. Esta competencia se refiere a saber identificar que emoción es la que se está sintiendo y el por qué se siente esa emoción. Es la primera de las competencias ya que nos servirá como base para lograr adquirir las demás competencias emocionales. Identificando y reconociendo lo que siento y en que parte del cuerpo se siente.

Dentro de esta competencia emocional se incluyen las siguientes micro competencias (Bisquerra, 2009, p.3):

- Toma de conciencia de las propias emociones.
- Dar nombre a las emociones.
- Comprensión de las emociones de los demás.
- Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento.

Esta competencia emocional es muy importante ya que es la base de las otras competencias, “Es el primer paso para poder pasar a las otras competencias” (Bisquerra, 2009, p. 3).

2. Regulación emocional

“Es el elemento esencial de la educación emocional, y está compuesto por aspectos como la tolerancia a la frustración, el manejo de la ira, la capacidad para retrasar gratificaciones, el desarrollo de la empatía entre otros” (Bisquerra, 2009, p. 3).

Cuando se adquiere esta competencia se tendrá la habilidad de tener calma antes de llegar a la ira durante una situación de enojo. También sirve para lograr tener tolerancia a la frustración retrasando la gratificación, se aprenderá a que por medio de ejercicios de respiración se llegará a tener mayor atención y aprendizajes.

3. Autonomía emocional

Bisquerra (2009) refiere que “se relaciona con la autogestión personal, y que incluyen las siguientes micro competencias: autoestima, automotivación, autoeficacia emocional, responsabilidad, actitud positiva, análisis crítico de normas sociales y resiliencia” (p. 3).

La anterior competencia emocional nos desarrollara la autoestima, la automotivación, la actitud positiva ante cualquier adversidad estimulando la resiliencia.

4. Competencia social

Bisquerra (2009) menciona que “las competencias sociales facilitan las relaciones interpersonales, debido a que en las relaciones sociales están entrelazadas las emociones” (p. 3).

Somos seres sociales y en todos los ámbitos existen relaciones personales, esta competencia servirá para saber interactuar ante la sociedad, entendiendo y comprendiendo las emociones que presenten los demás, haciendo frente a las situaciones que se presenten por medio de la empatía.

5. Habilidades de vida y Bienestar

“Es la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos de la vida” (Bisquerra, 2009, p.5).

Durante la vida se presentan situaciones que ponen en riesgo la salud tanto física como emocional y al desarrollar esta competencia se podrá adoptar habilidades que nos sirvan para saber afrontar estas situaciones, logrando tener un bienestar integral:

“La educación socioemocional es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones”

(SEP, 2017, p.304).

Son muchas las ventajas que brinda el desarrollo de la educación emocional en los niños, ya que consiste en saber identificar, comprender y gestionar las emociones que les producen miedo, enojo, alegría y tristeza tomando conciencia de lo que están experimentando ante cualquier situación determinada. Dándole un nombre que le permita poder expresarla y lograr manejarla de manera adecuada.

La educación emocional es fundamental ya que contribuye a tener una mejor salud tanto física como mental, en las interacciones sociales, en la reducción de conflictos, en el aumento de la empatía, menos estrés y al bienestar del individuo.

Fernández y Cabello (2021) argumentan que “la inteligencia emocional no es un lujo, sino una herramienta imprescindible para adaptarnos a los grandes cambios e incertidumbre del siglo XXI y mejorar el bienestar y la calidad de nuestra vida personal y profesional” (p. 44).

La inteligencia emocional se adquiere a través de la educación emocional, y esta educación se debe de ir brindando durante toda la vida, ya que el individuo se va desarrollando poco a poco, y también va interactuando en diferentes ámbitos, haciéndole frente a los nuevos cambios que va generando el mundo globalizado.

Las personas que tienen inteligencia emocional son más capaces, ya que se conocen mejor, tienen autoestima, automotivación y bienestar.

La inteligencia emocional es una herramienta fundamental para la vida, ya que es a través de ella que se podrá tener bienestar emocional, haciéndole frente a los problemas que se presenten durante todo momento de la vida.

1.2 Definición de emociones.

Las emociones nos acompañan en cada momento del día, desde antes de nacer y durante el resto de la vida, estas se deben de educar para poder desarrollar las habilidades que se necesitan para convivir con nosotros mismos y con los demás en todos los ámbitos.

Somos seres sociales, interactuando con los demás desde el nacimiento y durante toda la vida. Con las primeras personas que se interactúa son con los padres, así como con las personas que están en nuestro cuidado, y es a través de estas experiencias vividas que se va actuando conforme a lo observado.

Vivimos las emociones en todo momento de nuestra vida, con la familia, amigos, compañeros, vecinos, etc. Estas también definen a la persona por la forma de interactuar ante la sociedad y la manera de resolver los conflictos que se le presentan.

Las emociones no son negativas ya que nos ayudan para nuestra sobrevivencia, al prepararnos para actuar ante cualquier peligro, también por medio de ellas podemos poner límites hacia las otras personas, o se puede lograr tener bienestar emocional y empatía.

“Las emociones son estados complejos del organismo, respuestas globales en las que intervienen distintos componentes” (Kolb, 2005, citado por Ibarrola 2013, p. 146).

- Fisiológicos

Son procesos involuntarios, que involucran cambios del sistema nervioso central, cambios neuroendocrinos y neuromoduladores estos son cambios en la respiración, la presión sanguínea, cambios de voz, etc. (cambios biológicos).

- Cognitivos. Es la forma en como procesamos la información ya sea consciente o inconsciente. (qué es lo que siento).

- Conductuales. Estos se dan por medio de expresiones fáciles, tono de voz, movimientos los cuales determinan conductas comunicativas.

Álvarez, et al. (2000) definen las emociones como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada, como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (p.61).

Las emociones son reacciones espontaneas que provienen de acciones que se presentan en la vida, ya sea de manera externa o interna por medio de los recuerdos.

Para Ibarrola (2016) Las emociones “son alteraciones súbitas, rápidas e intuitivas de nuestro estado de ánimo que experimentamos casi sin darnos cuenta, es una reacción que se vivencia como una fuerte conmoción y que nos impulsa a actuar de una determinada manera” (p.7).

Todos los individuos experimentan a diario diversas emociones y están son subjetivas para cada persona, ya que no se reacciona de la misma manera ante algún evento determinado, suele suceder que a algunas personas les cause miedo al ver una araña y a otras les pueda causar curiosidad, esto también puede depender del estado de ánimo en que se encuentre la persona.

La forma de expresar las emociones es diferente en cada persona y el estímulo que la provoca también, la expresión de las emociones viene acompañadas por cambios en el tono de voz, determinadas reacciones fisiológicas, motoras, faciales. Pueden ser provocadas por situaciones internas o externas, los estímulos internos siempre llegan a través de los recuerdos y aunque sean observables por otras personas no se sabe por qué fue provocado, en cambio los estímulos externos son fácilmente observables.

Se debe validar las emociones, poner nombre a lo que se siente para reconocer y entender por qué se reacciona de cierta manera y qué se puede hacer para gestionar adecuadamente esa emoción, logrando tener bienestar emocional, empatía, así como conociendo y comprendiendo el comportamiento de los demás.

Existen emociones básicas (miedo, tristeza, enojo, alegría, asco), estas no son ni negativas ni positivas, ya que nos ayudan en cada momento de nuestra vida, lo primordial es saber gestionarlas de manera adecuada.

Las experiencias que se viven por medio del entorno, en la familia y en los primeros años de vida es fundamental ya que va configurando el carácter de las personas y la forma de reaccionar ante las emociones que presentan.

Cada persona es un ser diferente, el cual siente y actúa de acuerdo con sus experiencias y a su temperamento, por eso es necesario que lo primero que se debe de saber acerca de una emoción es saber identificarla, y después reconocer la emoción, para poder gestionarla sin que las emociones sean reprimidas o invalidadas.

El concepto de emoción y sentimiento se puede llegar a confundir, siendo cosas diferentes, ya que una emoción es una reacción física y mental hacia un estímulo pasajero ante el cual se reacciona y un sentimiento es una experiencia que aparece después de alguna emoción y tiene mayor duración en nuestra mente.

Un ejemplo de emoción es cuando se tiene un evento el cual ocasiona una reacción fisiológica de alegría, miedo, enojo, tristeza, etcétera, esta tiene una reacción de corto tiempo, y un sentimiento es cuando se vuelve a revivir en la mente lo que ocasionó la emoción y se vuelve a sentir la emoción, quedando en la mente a través de recuerdos con mayor duración.

Las emociones son intensas, pero son de corta duración, estas no llegan a durar mucho ya que de ser así ya se convierte en un sentimiento el cual se queda enganchado a un pensamiento que se generó después de una emoción.

1.3 Emociones Básicas.

Las emociones básicas son las que se experimentan como respuesta a un estímulo ya sea interno o externo: tristeza, alegría, miedo, enojo y calma.

Todas las emociones interiores y exteriores aparecen de forma espontánea, podemos sentir alegría, tristeza, miedo, enojo, ante alguna situación o acontecimiento que pasa en nuestra vida.

Existen seis emociones primarias o básicas, son: miedo, ira o cólera, asco, alegría, tristeza y sorpresa, de acuerdo con la teoría de Ekman. (Ekman 2018, citado por Cotrufo y Ureña 2018, p.71).

Las emociones primarias o básicas son aquellas reacciones innatas, provenientes del sistema límbico, y su principal punto de apoyo son las amígdalas cerebrales ya que son las encargadas de producir los recuerdos y las emociones que nos permiten sentir miedo, rabia, tristeza o nos presenta recuerdos anteriores a experiencias ya sean alegres o las cuales nos causó algún dolor, como es con la pérdida de algo o de un ser querido.

Todas las emociones se presentan por medio de un conjunto de reacciones faciales, cambios en el ritmo cardiaco, la temperatura en las manos, y con movimientos involuntarios

Ibarrola (2013) argumenta que “se consideran dentro de las emociones primarias: la ira, el miedo, la alegría, la sorpresa, el asco y la tristeza (...) Todas las emociones se relacionan con un conjunto de reacciones (p. 150).

- Miedo

El sistema límbico envía a las amígdalas cerebrales el mensaje de que se presenta la emoción del miedo y no se sabe lo que va a pasar, la cual es de manera subjetiva cuando se percibe que algo del entorno puede ser peligroso y se tiene que huir,

aunque también existe el miedo que llega a paralizar tanto que la persona se queda sin pensar para poder actuar ante este estímulo.

El miedo es una emoción innata ya que se nace con ella, esta emoción puede ser en el tiempo presente o para el futuro, como, por ejemplo, cuando el niño tiene que pasar a hablar en público, cuando se va a quedar fuera de casa sin la presencia de sus padres, o cuando es su primera vez que va a asistir a un centro educativo, etcétera. En estas situaciones se puede presentar la emoción del miedo.

Algunas características del miedo son: aumento del ritmo cardiaco, sudoración, dilatación de las pupilas, palidez facial, temblor de piernas y manos, perdida instantánea del control de esfínter. El miedo libera hormonas como el cortisol y la adrenalina.

El miedo es fundamental para la sobrevivencia, ya que nos prepara para huir ante posibles amenazas o alejarnos ante cualquier peligro.

El adulto debe de permitirle al niño tener miedo, validar esta emoción, y mencionarle como parte fundamental que los adultos también tienen miedos, pero lo importante es saber enfrentarlos adecuadamente. Se dice que “valiente no es el que no tiene miedos, si no el que aprende a enfrentarse a pesar de tener miedo”. Se debe educar esta habilidad a través de validar y acompañar al niño durante estos procesos para poder regular esta emoción y que no se llegue a convertir en fobias.

- Enojo

Se origina ante situaciones que se valoran como injustas o que atentan contra la libertad personal o en los valores.

El enojo o ira se presenta después de una frustración, subiendo los niveles de adrenalina lo que permite al individuo la fuerza para golpear, empujar, etc. Aumentando el ritmo cardiaco, la sangre sube al rostro.

La ira es una de las emociones que se presenta ante una amenaza, o al sentir que se ha cometido alguna injusticia para la persona que la siente, generando capacidades autodestructivas o destructivas hacia otras personas.

Cuando se presenta la emoción del enojo o la ira, no se logra razonar de manera eficaz, activando los mecanismos de autodefensa, provocando comportamientos agresivos que pueden llegar a la violencia.

Esta emoción permite que la sangre llegue a las manos y hacer posible que se pueda golpear, aventar las cosas, o destruir lo que se tiene cerca.

Una de las características faciales que se presentan ante la ira son: labios tensos y apretados, contracción en las cejas, parpados entrecerrados, dilatación en las fosas nasales. Aumenta la adrenalina que es la que permite llegar a golpear a las personas cercanas o con la que se está enojando.

Un punto importante de la forma de expresar la ira se debe a las experiencias que ha recibido el individuo en su familia, y en el ámbito social en el que ha crecido.

- Tristeza

La tristeza surge por una pérdida de algo o de alguien. Es una de las emociones reconocidas como negativa, por el proceso que experimenta.

Algunas de sus características faciales se presentan: las cejas hacia abajo formando un triángulo, mirada apagada, los labios en posición descendente, lagrimeo continuo, sin ganas de salir, o sin querer realizar actividades cotidianas.

Se debe de validar y permitir expresar esta emoción acompañando cariñosamente, permitiendo que la persona llore, sin reprimir el llanto o minimizando la situación.

- Alegría

Esta emoción es catalogada como positiva o agradable, elevando el estado de ánimo, vinculándola con la felicidad ya que genera placer, optimismo, bienestar, contribuyendo a tener una buena salud, llegando a ser contagiosa.

Algunas de las características faciales son: elevación de las mejillas, permite que las cejas se levanten, se eleva la comisura labial, ojos brillantes y arrugas cerca de los ojos.

Esta emoción libera dopamina, que es la hormona del placer y la sensación de recompensa. Aumenta la creatividad y la capacidad para la resolución de problemas. Aunque se dice que es la emoción que causa bienestar, también se debe de regular para no llegar a tener euforia., siendo esta perjudicial.

- Asco

Esta emoción nos protege de lo que posiblemente nos pueda hacer daño, esta emoción se presenta con mayor incidencia durante el embarazo, ya que es el periodo en que aumentan la sensibilidad al asco, el cual es acompañada de una sensación de nausea y en algunas ocasiones se llega al vómito.

A través de los olores, la visión y los sabores se puede producir esta emoción, al momento de estar cerca de algo que los produce.

Las características faciales que presenta la emoción del asco son: la cara de desagrado, La nariz se arruga, los labios suben como si quisiera tapar la nariz, o con nuestras manos nos tapamos la nariz.

- Sorpresa

Esta es la emoción más corta de todas, ya que después de ella se presenta otra emoción. Por tal motivo es catalogada como emoción neutra ya que es provocada por una situación novedosa o inesperada, también produce cambios faciales como son: los ojos se abren para observar bien, las cejas se elevan y arquean, la boca puede abrirse.

Como se comentó antes las emociones básicas son innatas y adaptativas, se pueden denominar universales ya que se presentan de igual forma en todas las culturas. también existen las emociones secundarias, las cuales están modeladas

por las culturas en las que se nace. Estas surgen a través de las experiencias y de la socialización.

Algunas de ellas son: la vergüenza, la culpa, los celos, el orgullo, etcétera. Unas de las características de estas emociones sociales o secundarias tienen una mayor duración ya que pueden permanecer durante años.

1.4 Importancia de favorecer la inteligencia emocional en preescolar

La primera experiencia escolar que vive el niño es cuando entra a preescolar, en este ámbito empieza a adquirir herramientas fundamentales para poder interactuar y desarrollarse durante toda su vida escolar, es también en esta etapa en donde tiene las primeras vivencias sociales con otros niños de su edad sin que estén presentes sus padres, aprendiendo a ser autónomos, así como a saber resolver los problemas a los que se enfrenten mientras permanecen dentro de la escuela.

Por esto es de suma importancia que la docente a cargo de esta etapa escolar esté preparada para poder desarrollar en los niños la educación emocional, primero teniendo ella estas habilidades emocionales, para que pueda compartirlas a sus alumnos, ya que como se dice, nadie puede compartir lo que no tiene, o no lo comparte de manera adecuada, esto puede ser contraproducente para el desarrollo emocional de los alumnos ya que como lo argumenta Molina et al. (2022), “al desarrollar de manera parcial o insuficiente el CE en los niños y niñas, puede causar en ellos inseguridades, baja capacidad de resolver conflictos a futuro, poca tolerancia a la frustración o problemas en demostrar o recibir afecto y falta de empatía” (p.84).

Durante la etapa de preescolar se adquieren los cimientos para llevar a cabo una educación favorable en el presente y en el futuro de cada uno de los niños, tanto de aprendizajes cognitivos como emocionales, ya que de la manera en que la docente les trasmite las enseñanzas será la forma en que los niños logren aprendizajes significativos los cuales le servirán para hacer frente a las adversidades que va presentando a lo largo de su vida.

Es necesario que se les brinde una educación emocional a la par de todas las actividades que realizan durante el día, ya que durante estas se van presentando emociones subjetivas, ya sean favorables o desfavorables las cuales van repercutiendo en los aprendizajes de los niños, de acuerdo con Ceniceros, Vázquez

y Fernández (2017) “los alumnos pueden aprender mejor sí sus habilidades de desempeño emocional son consideradas y estimuladas en el entorno escolar” (s/p).

También es muy importante que la docente valide las emociones dentro del salón de clases ya que de esto dependerá que los niños tengan la confianza para poder identificar y reconocer sus emociones a través de comprender y acompañar en la expresión de estas, sin que sean invalidadas o censuradas.

Como lo argumenta Ceniceros, Vázquez y Fernández (2017) “el aprendizaje se ve favorecido cuando el proceso de enseñanza ocurre en un ambiente de armonía emocional” (s/p).

Durante la etapa de preescolar el niño construye su identidad, su autoestima, adquiere la confianza para poder desenvolverse a través de las interacciones con sus iguales, es de suma importancia aprovechar esta etapa para ir desarrollando en los niños la educación emocional, a través de la experiencia que vaya teniendo el niño y que estas experiencias sean favorables para su desarrollo integral.

Depende de los padres, maestros y de la sociedad en general de que el niño adquiera las herramientas que le servirán durante su vida y estas sean adquiridas a través del ejemplo que les den los adultos.

La forma en como el adulto sea capaz de regular sus emociones dependerá de mucho para que el niño aprenda también a saber gestionar sus emociones que le produzcan bienestar o malestar emocional.

Ya que los padres sirven de modelo emocional, es fundamental de que sean estos también los que deban validar y acompañar a los niños durante la expresión de sus emociones. Es importante saber diferenciar lo que es la expresión de una emoción a la reacción de una conducta desfavorable, para que sean los adultos los que a través de esto vayan apoyando a los niños durante su desarrollo integral.

Capítulo II: Marco contextual

2.1 Programa sectorial de Educación 2020-2024.

El Plan Sectorial de Educación 2019-2024 surge del plan Nacional de Desarrollo, el cual se publicó en el Diario Oficial de la Federación el 6 de julio de 2020, establece tres ejes generales:

1. Político y Gobierno.
2. Político y social.
3. Economía.

El Plan Nacional de Educación tiene como referente la Reforma Constitucional en materia educativa que se publicó en mayo de 2019 en el Diario oficial de la federación, en la Ley General de Educación, la Ley General del Sistema para carrera de los maestros y la Ley reglamentaria del artículo tercero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en materia de la mejora continua de la Educación teniendo el propósito común de garantizar el derecho a una educación de excelencia con inclusión y equidad.

Respondiendo a las disposiciones normativas: La ley General de los Derechos de la Niñas, los Niños y los Adolescentes, La ley General de los Derechos lingüísticos de los pueblos indígenas, la Ley General para la inclusión de las personas con discapacidad, la Ley General para la igualdad entre mujeres y hombres y la Ley General de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia.

Se fundamenta en el artículo 25 de la Constitución, estableciendo que corresponde al Estado garantizar que éste sea integral y sustentable. El artículo 26 dispone también que es el Estado el encargado de organizar un sistema de planeación.

Los artículos 4 y 5, establecen que el Ejecutivo Federal tiene la responsabilidad de conducir la planeación nacional del desarrollo con la participación democrática de la sociedad y elaborar el Plan Nacional de Desarrollo.

El artículo 21 precisará los objetivos nacionales, las estrategias y las prioridades del desarrollo integral, equitativo, incluyente, sustentable y sostenible del país.

El Programa Sectorial de Educación 2019-2024 (SEP, 2019,) define 12 principios rectores los cuales son:

1. Honradez y honestidad.
2. No al gobierno rico con pueblo pobre.
3. Al margen de la ley, nada, por encima de la ley, nadie.
4. Economía para el bienestar.
5. El mercado no sustituye al Estado.
6. Por el bien de todos, primero los pobres.
7. No dejar a nadie atrás, no dejar a nadie fuera.
8. No puede haber paz sin justicia.
9. El respeto al derecho ajeno es la paz.
10. No más migración por hambre o por violencia.
11. Democracia significa el poder del pueblo.
12. Ética, libertad, confianza.

Estos doce principios los vamos a ver dentro de los tres ejes, en el segundo eje se ve todo sobre la educación, es aquí en donde entra el Plan sectorial de Educación.

El Plan también establece unos fundamentos mencionados anteriormente los cuales están establecidos en “La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos”.

Dentro de estos fundamentos se encuentran seis prioridades que son:

1. Educación para todos, sin dejar a nadie atrás

La educación integrará a todos los niveles educativos desde inicial hasta superior, fortaleciendo el proceso de enseñanza- aprendizaje. Teniendo un enfoque humanista e integral para lograr una educación de excelencia.

2. La educación será un derecho para toda la población de México en todos los niveles educativos desde inicial hasta superior. Todos tendrán derecho a recibir una educación que promueva su desarrollo integral.

3. Educación de excelencia para lograr aprendizajes significativos, contando con maestros como agentes de la transformación educativa del país, dándole una valorización al magisterio. A través de este programa se le dará al maestro la valorización para que sea este el que produzca el cambio en la educación por medio de su vocación de servicio.

4. Entornos educativos dignos y con una sana convivencia, haciendo referencia a tener una infraestructura de excelencia.

Los entornos educativos serán propicios para llevar a cabo una sana convivencia entre los alumnos, maestros y padres de familia, todos enfocados para lograr la escuela de excelencia que se visualiza.

5. Deporte para todos, aquí entran las pausas activas que se llevan en la educación básica. Dentro de las actividades que se tienen contempladas con los niños se llevaran a cabo unas pausas activas a través de ejercicios sencillos, canciones o momentos de relajación, para favorecer con esto una salud sana.

6. Rectoría del estado en la educación, realizando un consenso social para saber cómo se ve la escuela dentro y fuera de ella, realizado a padres, maestros, alumnos, directivos y sociedad en general, destinando un presupuesto al plan Sectorial de educación el cual se da de manera anual, contemplando la infraestructura y el equipamiento que se le dará a cada una de las escuelas.

Se incluye a la comunidad educativa en general para realizar un consenso, el cual servirá para equipar de manera anual a la escuela, esto incluirá tanto infraestructura como el equipamiento que necesita la misma.

Los planes y programas de este plan tienen un objetivo en general el cual es pasar de una educación de calidad a una educación de excelencia. Esto no se puede lograr en un ciclo escolar, por eso el plan tiene una duración de seis años en los cuales se pretende formar mejores maestros y alumnos de una manera de excelencia en donde exista la igualdad, la equidad e interculturalidad, toda esta formación sea integral para que se eduque tanto académicamente como para la vida, formando mejores ciudadanos para transformar a nuestra sociedad en general.

Involucrando a la escuela, padres de familia, alumnos, gobierno y sociedad, para generar un cambio integral en las personas.

El Plan Sectorial de Educación 2020- 2024 cuenta con objetivos prioritarios los cuales son:

1. Garantizar el derecho de la población en México a una educación equitativa, inclusiva, intercultural e integral, que tenga como eje principal el interés superior de los niños, adolescentes y jóvenes.

Es indispensable que se ofrezcan aprendizajes permanentes para todos, ya que la educación es la base del bienestar, este objetivo servirá para poder desarrollar la educación emocional a lo largo de la vida, logrando una educación integral en los niños, ya que su enfoque es equitativo, inclusivo, teniendo en cuenta las características individuales de cada niño.

El Programa Sectorial de Educación (2020-2024) menciona que el artículo tercero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos “establece que la educación deberá ser de excelencia, entendida como “el mejoramiento integral constante que promueve el máximo logro de aprendizajes de los educandos, para el desarrollo de su pensamiento crítico y el fortaleciendo de los lazos entre escuela y comunidad” (p. 22)

Para el mejoramiento integral de los educandos se fortalecerá los lazos entre la escuela y la comunidad, a través del artículo tercero para lograr una educación de excelencia. Esto permitirá poder integrar a los padres de familia dentro de la escuela a través de las actividades que se realicen con los niños.

Se desarrollarán todas sus potencialidades, incluyendo los valores individuales y sociales, generando un bienestar. Con este objetivo se podrán desarrollar sus habilidades emocionales para poder lograr aprendizajes significativos.

A través de los planes y programas se trabajarán los desafíos actuales de cada uno de los alumnos poniendo hincapié a los problemas por resolver desde la primera infancia, logrando con esto tener una educación integral y que esta sea de excelencia

2. Valorar a los maestros como agentes fundamentales del proceso educativo, con pleno respeto a sus derechos, a partir de su desarrollo profesional, mejora continua y vocación de servicio.

Ya que desde el sistema educativo no se valorizaba al docente, este objetivo servirá para generar un cambio en la educación a través de llevar a cabo su vocación de servicio del docente sintiéndose valorizado teniendo una mejora continua también en su persona, tomando en cuenta el respeto a sus derechos.

3. Generar entornos favorables para el proceso de enseñanza- aprendizaje en los diferentes tipos, niveles y modalidades del sistema educativo nacional.

A través del desarrollo de la educación emocional en los niños la docente podrá propiciar entornos favorables que logren la enseñanza aprendizaje, ya que, si el niño no sabe cómo identificar, reconocer y regular sus emociones no se podrá propiciar una educación de excelencia.

4. Garantizar el derecho a la cultura física y a la práctica del deporte de la población en México con énfasis en la integración de las comunidades escolares, la inclusión social y la promoción de estilos de vida saludable.

Por medio de técnicas de mindfulness se podrá lograr reducir la ansiedad, el estrés, etc., logrando la concentración y la relajación en los niños. también por medio de hacer ejercicios al aire libre dentro de la escuela se logran los aprendizajes ya que los niños y la docente se sentirán motivados. El ejercicio físico estimula la autoestima, la concentración y la creatividad, propiciando estilos de vida salud.

5. Toda la comunidad educativa promoverá la transformación del servicio educativo centrada en el aprendizaje de los niños, niñas y adolescentes

Estos seis objetivos prioritarios buscan garantizar el derecho a una educación de excelencia para todos los niveles educativos, teniendo un enfoque humanista, equitativo, Intercultural, inclusivo e integral de los niños y maestros.

Con estos objetivos se favorecerán los entornos educativos para lograr un proceso de enseñanza- aprendizaje de acuerdo con cada nivel educativo, garantizando el deporte y promoviendo una vida saludable dentro y fuera de la escuela.

Se estimulará al docente para que este sea un agente del cambio en la educación, generando a través de su vocación de servicio ambientes propicios para la enseñanza aprendizaje, enfocados en las características de cada uno de los niños, respetando su estilo de aprendizaje como su personalidad. Desarrollando a través de esto la educación emocional que le sirva durante toda su vida de manera integral.

El plan Sectorial de Educación 2020-2024 tiene esta visualización durante estos cuatro años, para generar en la educación unos cambios a las Reformas Educativas anteriores, generando una educación la cual sea integradora hacia toda la población en general desde la educación inicial hasta la universidad, brindando herramientas que favorecen a los alumnos y maestros, a través de sus principios rectores (Congreso de la Unión, 2020).

2.2 Plan y programas de estudio Aprendizaje Clave 2017

La Reforma Educativa del 2012, elevó la obligación del Estado Mexicano para mejorar la calidad y la equidad de la educación poniendo al centro a todos los estudiantes y con esto puedan formarse integralmente, logrando los aprendizajes necesarios para que logren su proyecto de vida: Dicho mandato está en la Ley General de Educación en el artículo 12 transitorio.

En el 2016 la Secretaría de Educación Pública publicó tres documentos que enriquecieron y fortalecieron las aportaciones para precisar la visión del Modelo Educativo 2017.

La Ley General de Educación en sus artículos 120 y 48 determina como obligatorio y de aplicación nacional al Plan y programas de estudio de educación básica.

Este programa de estudio se trabaja por medio de un enfoque humanista fundamentándose en los artículos 7 y 8 de la Ley General de Educación, este tiene en cuenta los avances de la investigación educativa, el nuevo currículo de la educación básica concentrándose en el desarrollo de aprendizajes clave, los cuales permiten al alumno seguir aprendiendo constantemente y contribuyendo en su desarrollo integral.

Se organiza en tres componentes:

1. Se enfoca en la formación académica.
2. Se orienta al desarrollo personal y social poniendo énfasis en las habilidades socioemocionales.
3. Otorga a las escuelas un margen de Autonomía curricular.

El programa fue publicado en el Diario Oficial de la Federación (DOF) el 29 de junio del 2012, sustentándose filosófica y pedagógicamente en el Modelo Educativo que marca la Ley General de Educación.

El programa de Aprendizajes Clave 2017 (SEP, 2017), consta de seis apartados, los primeros 4 exponen al plan correspondiente a toda la educación básica preescolar, primaria, secundaria y media superior.

1. En este apartado nos expone la introducción del programa.
2. Expone los fines de la educación obligatoria la cual se cursa a lo largo de quince grados de estudio.
3. Caracteriza a la educación básica, sus niveles, etapas y el perfil de egreso.
4. Explica la lógica y los fundamentos de la nueva organización curricular.
5. Contiene el programa de estudio de educación preescolar, con orientaciones didácticas para cada componente curricular.
6. En este apartado está la bibliografía consultada, el glosario y los créditos.

El programa de estudios cuenta con tres campos de formación académica que son:

- Lenguaje y comunicación
- Pensamiento matemático
- Exploración y comprensión del mundo Natural y Social

También cuenta con tres áreas de desarrollo personal y social que son:

Educación socioemocional

- Artes
- Educación física

El programa incluye los aprendizajes esperados para cada campo de formación académica y para cada área de desarrollo, a través de estos aprendizajes las educadoras deben de favorecer en los niños los aprendizajes durante los tres grados de la educación preescolar.

Las características de los aprendizajes esperados son:

1. Respetan las características de los niños y se centran en el desarrollo de sus capacidades.
2. Su planeación no obedece a una secuencia lineal.
3. Están planteados para ser logrados al finalizar la educación preescolar.
4. Están organizados en congruencia con los de la educación primaria y secundaria.

Fuente: Plan y programa (2017).

Me enfocaré en las áreas de Desarrollo Personal y Social, en especial en el área de Educación socioemocional para propiciar en los niños el desarrollo de las habilidades emocionales, las actitudes, los comportamientos y los rasgos de su personalidad, entendiendo sus emociones, y adquiriendo confianza en sus capacidades, mostrando empatía en la sociedad.

En esta área se pretende que los niños promuevan relaciones de convivencia con sus pares, así como el comprender el entorno en que se desenvuelven, aprendan a resolver conflictos de manera asertiva favoreciendo el desarrollo de la educación emocional para su desarrollo integral.

De acuerdo con el Plan y programas de estudio (SEP, 2017) “los primeros cinco años de vida se forman las bases del desarrollo de la inteligencia, la personalidad y el comportamiento social”. (p.60)

El área de educación emocional se fundamenta en los valores humanistas como son: el respeto a la vida, a la igualdad de derechos y a la justicia social.

A partir de los cambios actuales, la educación se debe de enfocar también en el desarrollo socioemocional de los NNAJ, brindándoles las herramientas necesarias que les sirvan para adquirir el desarrollo de las habilidades emocionales, logrando una educación integral. Por tal motivo el plan y programas de estudios 2017, incluye en el componente curricular dentro del área de Desarrollo personal y social la

educación socioemocional para brindar la adquisición de actitudes, habilidades y valores, las cuales les permitan comprender y regular las emociones que presentan en cada momento de su vida los NNAJ. Y en todos los ámbitos en que se desarrollen.

El programa de estudio presenta los propósitos generales de la educación socioemocional, y los propósitos por nivel educativo, así como el enfoque pedagógico para preescolar.

Con el desarrollo de la educación socioemocional los niños podrán ir construyendo su identidad personal, así como establecer relaciones positivas y saber actuar ante situaciones que le cause un reto de manera asertiva.

La educación emocional es muy importante para lograr el bienestar integral, así como el aprendizaje, enfocándose a favorecer la autoestima, el autoconocimiento, el autocontrol, así como saber regular sus emociones, para que a partir de esto sean capaces de alcanzar las metas que se planteen, sabiendo manejar el estrés, la tolerancia a la frustración, y hacerle frente a la vida actual.

Desde preescolar se debe de ir desarrollando la educación emocional en los niños, la docente de preescolar tiene la oportunidad de brindarle a los niños las bases para ir generando esta educación, y lo puede llevar a cabo a través del plan y programas de estudio “Aprendizajes Clave” (2017), al realizar la planeación con las actividades de socioemocional de forma transversal, poniendo en primer lugar la forma de aprender de cada uno de los niños, así como las emociones que presenta dentro del aula.

2.3 La Nueva Escuela Mexicana

La Reforma del 2013 y las políticas aplicadas no tomaban en cuenta las necesidades de cada grupo social, ni el nivel educativo, generando con esto desigualdades económicas y sociales.

Antes era más común que al terminar el ciclo escolar, eran menos los alumnos que se inscribían para el siguiente nivel, viéndose más reflejado desde el nivel de secundaria hasta la media superior, y mucho más en la superior.

El abandono de los niveles educativos fue por diferentes razones como son: la economía familiar, problemas familiares, problemas emocionales, o porque la escuela no ofrecía las expectativas para el futuro en los alumnos.

La educación tiene un rezago histórico en las áreas fundamentales como son: las matemáticas, la comunicación y las ciencias, los nuevos egresados no se incorporan a un trabajo o no llevan a cabo un emprendimiento laboral a consecuencia de varios factores que enfrentan, entre uno de ellos es por la baja calidad de su educación, así como por la economía y la falta de espacios suficientes para llevar a cabo la realización de su función educativa.

Con la finalidad de facultar a la población para el empleo se brindaron habilidades socioemocionales durante un tiempo dentro de la educación, pero no se dieron cuenta de los alcances que le brindaba el bienestar a los estudiantes, ni en la estrecha relación que debe haber entre la educación y el desarrollo social.

Por tal motivo se realizaron cambios en la educación, a través de las nuevas Reformas Educativas para generar una educación de excelencia, dándole el nombre de “Nueva Escuela Mexicana”. La cual tiene como objetivo brindar las bases de un nuevo modelo educativo.

Con la nueva visión de lograr una educación de excelencia la “Secretaría de Educación Pública” desarrolló un plan de 23 años, el cual reforzará la educación en todos los niveles educativos desde inicial hasta la superior, llamada la “Nueva

Escuela Mexicana” (NEM), como centro la formación integral de niños, niñas y adolescentes desde el nacimiento hasta que concluya sus estudios. Propiciando una educación para toda la vida, siendo un derecho garantizado por el Estado.

La NEM se fundamenta en ocho principios los cuales son:

1. Fomento de la identidad con México

Fomentando el conocimiento de su historia, amor por la patria, aprecio por su cultura, tomando en cuenta los valores de su constitución política.

Por medio de este principio la NEM promoverá la identidad del individuo, el auto conocimiento, la autoestima, el amor propio, así como la empatía hacia los demás.

2. Responsabilidad ciudadana

Se respetarán los valores cívicos como son: honestidad, justicia, gratitud, equidad, respeto entre otros, favoreciendo una sociedad democrática y equitativa. Teniendo una educación en el humanismo.

Este principio integrará los valores en las personas, para favorecer la convivencia en la sociedad. Los valores cívicos están a favor del bienestar social ya que fomentan la empatía por el que está en situación de vulnerabilidad, promoviendo una cultura de paz, fortaleciendo una sociedad equitativa y democrática, propiciando la convivencia armónica para la resolución de los problemas actuales.

3. La honestidad

Es el comportamiento fundamental para el cumplimiento de la responsabilidad social, ya que si el individuo es honesto se podrá llevar a cabo las relaciones sociales que la actualidad demanda.

4. Participación en la transformación de la sociedad

Las personas que se formarán en la NEM tendrán un pensamiento crítico a partir de análisis, diálogos, humanismo y argumentación. Favoreciendo el aprendizaje permanente, buscando el bienestar en todas las personas, para combatir la desigualdad en todos los contextos de la vida.

5. Respeto de la dignidad humana

Contribuyendo al desarrollo integral del individuo, asumiendo la educación desde el humanismo. Al desarrollar al individuo integral se podrá favorecer en su bienestar tanto cognitivo como emocional, haciéndolo consciente de sus emociones para que logre tener una regulación emocional que le permita enfrentar los retos que conlleva la sociedad actual, apoyando con esto a tener una salud integral de su persona.

La NEM fortalecerá el desarrollo integral en todos los niveles educativos, promoviendo con esto el desarrollo de la educación emocional desde antes de nacer y por todo el resto de la vida, logrando tener aprendizajes constantes a través de la capacitación permanente.

El enfoque primordial de la NEM es trabajar por medio del humanismo, la inclusión y los valores sociales que son muy necesarios para lograr una educación de excelencia.

Por medio de la NEM se desarrollará la educación del individuo en una forma integral, brindándoles herramientas que les permitirán enfrentarse de manera asertiva ante una sociedad de constantes cambios, sin que esto sea motivo para tener un malestar emocional que repercuta en su salud, ni para poder desenvolverse ante la sociedad, ni en su persona.

Los principios que guían a la NEM son los siguientes: excelencia, inclusividad, pluriculturalidad, trabajo equitativo y colaborativo a lo largo de 23 años.

La NEM promueve la transformación de la sociedad durante 23 años de educación, tomando en cuenta que la educación será para toda la vida desde los 0 a los 23 años, con actualizaciones continuas, adaptándose a los cambios que se generan en la sociedad y en el mundo actual, fomentando aprendizajes permanentes, teniendo presente el concepto de aprender a aprender

2.4 Contexto de la escuela a investigación

El presente proyecto de investigación se realizó en el CAI número 7 perteneciente a la Secretaría de Educación Pública. Ubicado en la tercera sección de la unidad habitacional Nonoalco Tlatelolco alcaldía Cuauhtémoc. Este centro educativo fue construido hace más de 60 años a la par que esta unidad habitacional. Con una estructura arquitectónica específicamente para funcionar como Jardín de niños, en la actualidad es un plantel de Educación Inicial y Preescolar, atendiendo a niños de nivel inicial (de 45 días de nacidos a tres años) y Preescolar (de 3 a 6 años).

El CAI está en medio de varios edificios habitacionales, como son: de frente está el edificio Tamaulipas, a la derecha colinda con el edificio Campeche, a la izquierda con el edificio Baja california y atrás se encuentra el edificio Guerrero.



Figura 1 (Google Maps, s.f.)

El CAI se encuentra ubicada en la colonia Nonoalco Tlatelolco, en medio de cinco colonias populares como son: Morelos, La Ronda, Peralvillo, Morelos y Tepito.

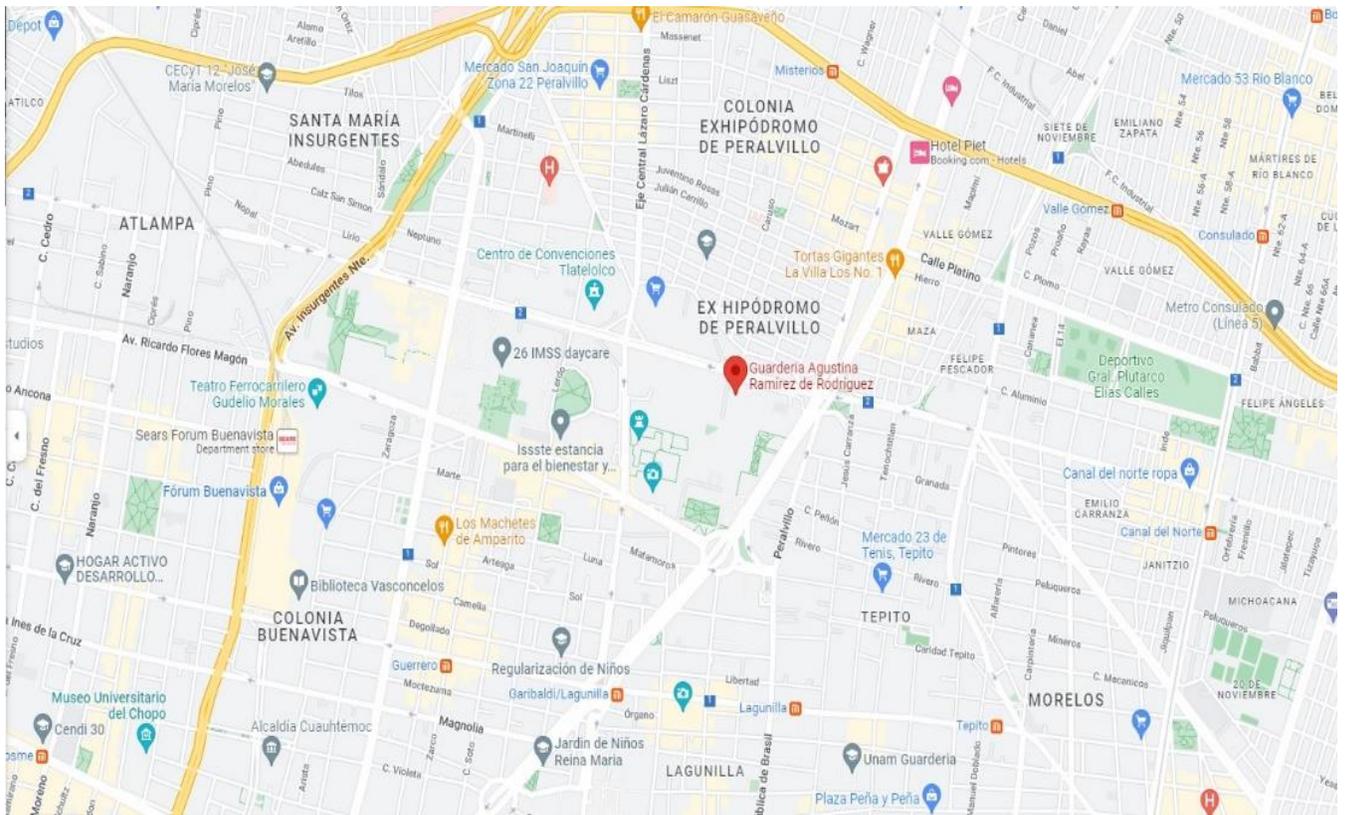


Figura 2 (Google Maps, s.f.)

Está cerca de algunas estaciones de la línea 7 del Metrobús y a unas cuadras del metro Tlatelolco.

Hay bibliotecas públicas, teatros, deportivos, huertos urbanos y espacios con juegos infantiles e instrumentos para realizar ejercicio físico.

Existen comercios alrededor los cuales son: soriana, Oxxo, tiendas de abarrotes, papelerías, centros de copiado e internet, lavandería, veterinaria, tortillería, tiendas de refacciones automotrices, comercios informales en los que se encuentran: puestos de tacos, comida casera, venta de elotes preparados y alitas.

Instituciones educativas cerca: Primarias, secundarias, CAM 33, CECATI 58 y CECATI 153.

EL CAI es una institución educativa pública, la cual cuenta con una amplia infraestructura de dos pisos, en la planta baja se encuentra: un patio, dos baños para el personal masculino y dos baños para el personal femenino, arenero, ojo de agua, baños para los niños en el patio, cocina de personal y cocina para los niños, comedor para los niños, bodega, consultorio médico, área secretarial, filtro escolar, dirección, cinco salones (lactantes 1-2, maternales 1- 2, preescolar 1), una escalera en el lado del patio y otra por el filtro ambas son para subir o bajar a la planta alta. Y en la planta alta se localizan cuatro salones (preescolar 2 A y 2 B, Preescolar 3 A y 3 B), área de trabajo social, área de psicología, área pedagógica, biblioteca, baños para los niños y un baño para el personal femenino.

El personal pedagógico está conformado por seis educadoras, tres docentes en puericultura, diecisiete asistentes educativos en el turno matutino y en el turno vespertino cuatro educadoras, tres docentes en puericultura, siete asistentes educativas. una jefa de área para el turno matutino y una para el turno vespertino.

Personal de intendencia: Turno matutino siete y tres para el turno vespertino, una de lavandería.

Personal de Cocina: seis en el turno matutino, en el turno vespertino cuatro y una ecónoma para ambos turnos.

Dos secretarias por la mañana y una por la tarde. Una Trabajara social por la mañana y una por la tarde.

Área médica: una doctora, un odontólogo y una enfermera por la mañana y para el turno vespertino una doctora, una enfermera y un odontólogo.

Así como una directora y dos vigilantes.

La población es de setenta y ocho niños entre dos meses de nacidos, hasta cinco años cumplidos.

Los niños que asisten al CAI son hijos del personal de la Secretaría de Educación Pública, teniendo la función de docentes, administrativos, directores, supervisores. Los cuales viven en diferentes delegaciones o en el Estado de México, teniendo que desplazarse a sus lugares de trabajo dejando antes a sus hijos en el CAI.

El horario de servicio es de 7:00 am a 20:00 pm (tiempo completo). El horario del turno matutino es de 7:00 a 14:00, vespertino es de 14:00 a 20:00 y continuo es de 7:00 a 16:00 hrs.

Los niños vienen de varias partes de la CDMX o del Estado de México por tal motivo algunos padres comentan que tienen que despertar a sus hijos a las 5:00 am o 4:30 am para poder llegar a su centro de trabajo y alcanzar a dejar a su hijo en el CAI. Lo que les ocasiona malestar o enojo porque los hijos no se quieren despertar, provocando con esto que los regañen, griten o les peguen durante el trayecto, así como peleas entre los padres estando como observador el hijo.

El personal del CAI se tiene que desplazar de diferentes partes de la CDMX o Estado de México, haciendo con esto que en algunas ocasiones lleguen tarde a consecuencia del tráfico que se genera, esto también les produce estrés, angustia y malestar emocional al ingresar al trabajo.

La siguiente investigación se realizó a 15 niños, de los cuales son: 9 niñas y 6 niños que comprenden edades entre 3 y 4 años de preescolar primer grado del CAI número 7 "Agustina Ramírez Rodríguez".

Son hijos o hijas de maestros de preescolar, primaria, secundaria o media superior. La mayoría son hijos menores (9) y la minoría son hijos únicos (6).

El lenguaje de algunos niños aún no es claro ni fluido, lo hacen por medio de movimientos corporales y palabras no estructuradas, teniendo que interpretar el adulto lo que menciona el niño, llegando a frustrarse o molestarse al ver que no es lo que menciona el adulto, y cuando si logra interpretar el adulto lo que necesita el niño, este se emociona moviendo la cabeza para decir s

2.5 Diagnóstico del grupo

Los niños de preescolar de primer grado están en proceso de identificar, reconocer y entender sus emociones, así como en ampliar su vocabulario tanto verbal como emocional, ya que al presentarse algunas situaciones que les causa estados de frustración, o al querer hacer otra actividad diferente a la que se está llevando a cabo durante el día, los niños se molestan o gritan al no saber qué es lo que están sintiendo o al no saber cómo expresarlo, teniendo reacciones inadecuadas y espontáneas en varias ocasiones lo que produce que se pierda el interés por seguir realizando la actividad planeada.

En el Centro de Atención Infantil número 7, de la Secretaría de Educación Pública. se presentan problemas conductuales y emocionales entre los niños de preescolar primer grado, ligado al estrés de sus padres y reflejándolo entre ellos. Mostrándose molestos, con sueño, cansados, con falta de concentración desde su llegada al CAI. En repetidas ocasiones no quieren ingresar al salón de clases y empiezan a llorar pidiendo a la persona que los ingresa a la escuela, que se quieren ir con ellos, y haciendo más largo el tiempo de separación con sus padres, los cuales les prometen que cuando regresen por ellos les van a comprar un dulce o algo que ellos quieran con la condición de que se metan al salón de clases, esto hace que a diario los niños realicen la misma actividad para su ingreso y sus padres se vayan molestos por el tiempo que tardan para lograr ingresar a sus hijos, esto ocasiona que lleguen tarde a sus trabajos.

Los padres de familia refieren que su hijo llega así porque casi no duerme ya que viven lejos del centro educativo, causando estrés en los padres por el tráfico, la distancia o las actividades que tienen que realizar después de dejar a sus hijos en el CAI, lo que provoca que lleguen a molestarse con sus hijos, porque no se apuran a levantarse para poder salir de su casa.

Hay otros padres que comentan que les causa estrés la situación económica, la relación con su pareja y en los casos de padres divorciados la falta de comunicación,

así como las estrategias de cómo educar favorablemente a sus hijos. También la falta de sueño por parte del niño afecta durante las actividades ya que presenta malestar emocional que desfavorece en su aprendizaje, presentando conductas desafiantes dentro de la escuela como son: irritabilidad, molestia, sueño, confusión de la emoción que presenta y apatía por las actividades.

Los niños ingresan al CAI a las 7:30 am y se retiran después de las 17 o 18:00 pm. Con sueño, cansados, molestos, no sabiendo cómo identificar y expresar la emoción que tienen en ese momento. Los padres de familia piden que se les entreguen rápido ya que tienen que ir por sus otros hijos o ir a otro trabajo, teniendo antes que llevar a sus hijos con la persona que los cuida mientras ellos regresan a casa, que por lo regular es después de las 22:00 pm.

Los niños en la actualidad quieren todo rápido, no quieren esperar, presentando momentos de ansiedad y desesperación a no lograr el objetivo de una forma rápida. Como el armar un rompecabezas, al no poder armarlo rápido lo dejan en la mesa y van en busca de otro material para jugar con él, el tiempo de interés es corto buscando otra actividad por hacer.

Durante las actividades planeadas para el día sí algo les molesta se aíslan del grupo, tomando material o juguetes para poder cambiar de actividad, si no se les permite hacerlo lloran tirándose al piso o manoteando al adulto que se acerca para dialogar con él. En repetidas ocasiones gritan o golpean la mesa al sentir frustración por no poder hacer lo que ellos quieren o porque no les tocó el color favorito, o en el mismo equipo de algunos niños de su agrado, manifestando su enojo por medio de la expresión corporal y gestual.

Varios niños muestran su cariño por medio de llevar de la mano o hacerle las actividades a sus compañeros o compañeras más pequeños de estatura que ellos, provocando con esto que se molesten al no permitirles realizar las actividades y los niños mayores les pegan por no dejarse ayudar.

Se ha observado que los padres de familia no interactúan con sus hijos o hijas por la falta de tiempo, ya que algunos tienen otras ocupaciones o trabajos por realizar,

permitiendo que permanezca varias horas frente a los dispositivos electrónicos o solos en su recámara con sus hermanos o con otro adulto que al igual tiene ocupaciones personales.

Es complicado trabajar en el desarrollo de la inteligencia emocional habiendo varios puntos de vista o en la forma en que se le permite o no permite al niño realizar alguna actividad. Ya que esto genera en el niño confusión para lograr regularse emocionalmente. Se dice que nadie puede dar lo que no tiene, entonces es de suma importancia que el personal ante el grupo tenga un buen desarrollo de la educación emocional, ya que de esto dependerá del apoyo que le brindará al niño para lograr identificar y entender sus emociones logrando tener una regulación emocional eficiente.

Es necesario que la docente valide las emociones que van presentando los niños, y le vaya brindando las herramientas emocionales para que aprenda a regularse por sí solo de una manera efectiva y afectiva, favoreciendo su bienestar integral. Es muy importante las herramientas emocionales que les brindan los padres de familia, ya que es por medio de las experiencias vividas con ellos que el niño sabrá entender y regular sus emociones.

“El cerebro humano es extraordinariamente plástico, de manera que su actividad se puede adoptar y su estructura cambiar a lo largo de la vida de forma significativa, aunque es más eficiente en los primeros años de desarrollo”. (Ibarrola, 2013, p. 69), gracias a la plasticidad que tiene, durante esta etapa se puede desarrollar las habilidades emocionales través de las experiencias que tienen los niños dentro de la familia es como van a expresar sus emociones ya que hasta esta edad aún son innatas, después de los seis años ya son aprendidas a través de las vivencias de sus compañeros o de los recuerdos que tengan durante su niñez.

2.6 Propuesta de intervención del diagnóstico.

Para mejorar la participación del grupo de preescolar primer grado, se trabajó con una propuesta de intervención que se basó en la lectura de dos cuentos “El monstruo de colores” de Llenas (2012), en el cual nos presenta las cinco emociones básicas de una forma clara y divertida.

Nos habla de la importancia de saber identificar y entender las emociones. Por medio del personaje y las acciones de cada emoción, para que el niño logre identificar y poner nombre a la emoción que está presentando ante una emoción determinada.

El monstruo de colores se ha levantado confundido, ya que en su cuerpo presenta todos los colores de las emociones, y con la ayuda de su amiga las va poniendo en orden guardándolas en frascos del mismo color que la emoción, estas emociones son: alegría, tristeza, enfado, miedo y calma. Al final menciona la de enamorado, pero este es un sentimiento el cual proviene de una emoción.



Cuento “Monstruo triste, monstruo feliz”, de Emberly y Miranda (2009).

Nos va contando lo que le produce felicidad, tristeza, enojo, amor, estar divertido y tener miedo. El cuento también viene con siete máscaras desprendibles que se pueden poner el niño para comentar que le genera esa emoción. Ambos cuentos

servieron para indagar sobre los conocimientos previos de los niños acerca de las emociones básicas.

Las actividades para el diagnóstico consistieron en seis sesiones de las cuales se pretendía fomentar la identificación y comprensión de las emociones de forma agradable creando un buen ambiente dentro del aula.

Se trabajó con el grupo durante la primera hora de la jornada escolar, regresando del desayuno de los niños. Empezando con las actividades de pase de lista y cantos y juegos, mientras se realizó la actividad de higiene y se incorporó el resto del grupo.

Las primeras sesiones (primera hasta la tercera) parten de la lectura del cuento “el monstruo de colores” de Llenas (2012).

De la sesión cuarta hasta la sesión sexta se trabajó por medio del cuento “monstruo triste, monstruo feliz” de Emberly y Miranda (2009).

El periodo de aplicación de las sesiones fue del 9 al 20 de enero del 2023, una hora durante los lunes, miércoles y viernes; teniendo dos semanas para la aplicación del diagnóstico.

Para todas las sesiones y actividades se trabajó por medio del libro de aprendizajes clave (SEP, 2017).

Área: Desarrollo personal y social.

Componente curricular: Educación socioemocional.

Objetivos:

- Reconocer las emociones de tristeza, enojo, miedo, alegría, calma y amor.
- Escuchar los cuentos y realizar las actividades.
- Identificar las emociones ante diferentes situaciones.

Organizador curricular 1. Autorregulación

Organizador curricular 2. Expresión de las emociones

Aprendizaje esperado: reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.

Actividad: Identifico las emociones.

Tiempo	Organización del aula	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Lugar del CAI
30 minutos para cada sesión.	Sentados en semicírculo.	Sentados en asamblea, se les cuenta el cuento de “monstruo de colores con la ayuda de un Kamishibai, que nos presenta las emociones: alegría, tristeza, miedo, enojo, calma y amor, asociándolas a los colores. Los niños conocen las emociones y el color que va presentando el cuento.	<ul style="list-style-type: none">- Kamishibai- Tarjetas con el cuento “monstruo de colores” de Anna Llenas- Muñeco Guiñol de gato.- Estambre de colores.- Figuras de monstruos en varios colores y emociones-Hojas blancas- Acuarelas, pintura y papel Kraft., revistas.	<ul style="list-style-type: none">-Patio de la escuela- Salón de clases.

Sesión 1.

Inicio:

Sentados en asamblea se les comentó a los niños que iba a llevar a cabo un taller para identificar y reconocer las emociones. Se les presentó un muñeco guiñol de la figura de un gato llamado "Gus", el cual nos acompañó durante todo el taller para que los niños platicaran con él y lo abrazaran cuando estaban tristes, enojados, felices, con miedo, fomentando con esto la confianza en los niños.



Después se les preguntó ¿Qué son las emociones?, ¿Cuáles conoces?, ¿conoces de qué color son las emociones?

Se les presenta un cuento que nos habla de las emociones, para poder escucharlo y reforzar estos conocimientos.

Desarrollo:

Para contar el cuento, se utilizó como material de apoyo un Kamishibai (un Kamishibai es un teatro de cartón o madera en donde se puede ir mostrando y narrando las imágenes del cuento



Final:

Una vez que se narró el cuento, se realizó una asamblea a modo de recordar la historia, haciéndoles preguntas relacionadas con las emociones que iban apareciendo en el cuento, ¿Por qué crees que estaba confundido el monstruo?, ¿Quién le ayudo a separar las emociones? ¿De qué color era la emoción de la alegría, tristeza, enojo, miedo, etc.? ¿Tú te has sentido alguna vez confundido?, y ¿Qué hiciste para no sentirte así?

Esta primera sesión estuvo orientada a identificar las emociones que aparecen en el cuento.

Sesión 2.

Inicio:

Sentados en semicírculo, en plenaria se recordó el cuento del “monstruo de colores” y en especial cómo se sentía el monstruo al principio del cuento.



Desarrollo:

Con el apoyo de un estambre de colores, se fue preguntando a cada uno de los niños sobre las emociones que han presentado durante el día, tomando cada uno de ellos el estambre de una punta y pasándolo a otro compañero, hasta quedar como una telaraña.



Final:

Se le preguntó a cada uno de los niños de preescolar primero, cómo se sintieron al estar enredados como el monstruo de colores, escuchando sus respuestas, después se les pide dibujar en una hoja blanca con acuarelas su experiencia.



Sesión 3.

Inicio:

El guiñol Gus, les presentó las diferentes emociones que presenta el cuento, así como el color que lo representa. Por ejemplo, el amarillo representa la alegría, el negro el miedo, etcétera.

Desarrollo:

Elaboraron en papel Kraft, los frascos para poner a los personajes del monstruo de colores en cada uno de ellos, dependiendo la emoción y su color. Utilizando pintura y pinceles.

Final:

Pegaron a los personajes dependiendo la emoción, en el frasco de ese color, también pegaron recortes de cosas que le hace sentir cada emoción.



De las sesiones 4 a la 6 se trabajó con el cuento “Monstruo triste, monstruo feliz”, de Emberly y Miranda (2009).

Sesión 4.

Tiempo	Organización del aula	Descripción de la actividad	Recursos didácticos	Lugar del CAI
30 minutos por sesión.	Sentados en los tapetes que están dentro del salón de clases.	Sentados en el tapete, se les cuenta el cuento de "Monstruo triste, monstruo feliz", con el apoyo de un franelógrafo.	-Franelógrafo - Personajes del cuento "monstruo triste, monstruo feliz" hechos de papel. - Memoria de emociones	Salón de clases.

Inicio:

Sentados en asamblea mencioné que me sentía feliz porque estaba en el salón con ellos, después les comenté que también me sentía triste porque se quedó en la casa Gus y no había venido a la escuela porque estaba enfermo de gripa.

Esto para ir haciendo referencia de lo que me hace feliz o lo que me hace sentir alguna otra emoción.

Después les comenté que eso me recordaba a un cuento que había leído un día, les pregunté si querían que se los contara.

Desarrollo.

Se les contó el cuento de “Monstruo triste, monstruo feliz”, con el apoyo de un franelógrafo.

Final.

Se les fue preguntando a los niños por medio de las máscaras de los monstruos, qué los hace sentir tristes, felices, enojados, con miedo o sentirse felices. Dibujaron en una hoja de papel Kraft lo que les hace sentir esa emoción.



Sesión 5.

Inicio:

Recordando. Se les preguntó

¿Qué le hacía feliz al monstruo?, escuchando sus respuestas.

Desarrollo:

Salimos al patio de la escuela y ahí se les preguntó ¿Y a ti qué te hace feliz en la escuela?

Escuchamos sus respuestas.

Final:

Se les permitió realizar lo que les hace estar felices en la escuela, como es: armar rompecabezas, jugar con arena, jugar con sus amigos, etc.



Sesión 6.

Inicio:

Después del pase de lista, se les preguntó a los niños, si han jugado memoria de emociones, y ¿cómo creen que se juega?

Se escucharon sus respuestas.



Desarrollo:

Se les enseñó las imágenes de la memoria de emociones, mencionado el nombre de la emoción que se está expresando para que la conocieran y poder jugar con ella.



Final:

Se ponen las tarjetas de las emociones volteadas hacia abajo y por turnos van volteando una tarjeta, la observan cual es y voltean otra para saber si se forma el par, si no es así vuelven a voltear las dos tarjetas, hasta que logren juntar un par.



Al finalizar el juego contaron las tarjetas que lograron juntar. Esto con la finalidad de que se propicie la autorregulación emocional por adquirir menos o más tarjetas.

Para evaluar el diagnóstico se utilizó la siguiente rúbrica.

Nombre del niño o niña	Criterios	Lo consigue	En proceso	No lo consigue
Logró identificar las emociones básicas (alegría, miedo, tristeza, enojo, calma y amor)				
Interpreta las emociones de los personajes a través de imágenes que se le muestran				
Identificó los colores de las emociones				
Logró mencionar lo que le produce alegría, enojo, tristeza, miedo, etc.				
Estuvo atento y participativo durante la narración de los cuentos				

Fuente (elaboración propia)

2.7 Resultados del diagnóstico del grupo.

Se observa algunos niños de preescolar primero, durante el pase de lista y al preguntarles, ¿Cómo te sienten?, refieren dos emociones básicas, las cuales fueron: la tristeza en primer lugar y en segundo lugar feliz, refiriendo que se sienten tristes porque su mamá o papá se fueron a trabajar, esto lo expresan a través del llanto. Y feliz porque vinieron a la escuela.

Durante la primera sesión del taller, algunos niños mostraron entusiasmo, emocionándose cuando se les presentó el gato “Gus”, queriéndolo abrazar porque se encontraban tristes, se les prestó por un momento el guiñol a cada uno de los niños para que se familiarizaran con él.

Para la narración de los cuentos, los recursos que se utilizaron (Kamishibai y franelógrafo), sirvieron para atraer la atención de los niños, los cuales estuvieron atentos durante los cuentos.

En las asambleas por lo regular eran los mismos niños los que respondían, por lo que se decidió que para que participaran todos se iba a sacar el nombre de algún niño de una bolsa, para que él o ella fueran los que respondieran a la pregunta, aunque no se logró el objetivo porque seguían contestando los mismos niños.

En la actividad del estambre de colores, todos quedamos enredados, por lo que a algunos niños les causó frustración el no poder salir, mientras que a otros niños les provocó risa por estar enredados. Se observa que a los niños que les ocasionó frustración los mismos que se quedan llorando cuando se retira su mamá.

Las actividades de pintura y elaboración de los frascos, los niños estuvieron muy emocionados, comentando los que les causa, miedo, enojo, tristeza o alegría. Se escucharon con atención las respuestas, observando por los niños, que todos presentamos esas emociones.

Interactúan y proponen acuerdos durante la actividad que les gusta realizar en el CAI, ya que se formaron equipos para llevar a cabo dichas actividades.

Durante los juegos de memoria, los niños se mostraron atentos para voltear las piezas iguales, observando donde iban quedando para voltearlas.

La mayoría de los niños logró identificar las emociones básicas, solo tres de los 15 niños, no lo logro, ya que no asisten con frecuencia.

En la interpretación de las emociones a través de imágenes y los colores, hubo diferentes respuestas para algunas emociones, como, por ejemplo: cuando vieron al monstruo de color negro comentaron que estaba triste, esto me causó sorpresa al relacionar el color negro con la tristeza, ya que uno de los niños comentó que cuando su abuelito se fue al cielo su mamá estaba triste y se puso ropa de color negro. Dándome cuenta de que algunos niños relacionaron el color negro del monstruo con miedo también al monstruo que expresa la tristeza. Siendo con esto el fundamento para decir que las emociones son subjetivas, también a través de los colores.

La mayoría de los niños logró mencionar lo que le produce alguna emoción, durante esta actividad me di cuenta que también dependen de las experiencias vividas dentro de la familia o la sociedad, así será la respuesta de lo que le produce una emoción, por ejemplo: Un niño comentó que se cayó durante la clase de educación física, preguntándole que cómo se sintió al respecto, para lo que contesto, que feliz, lo observe y le pregunte ¿Por qué?, y contesto, “Pues porque nada más me raspé la rodilla y pudo haber sido peor el golpe”.

Casi todos los niños estuvieron atentos cuando se contaron los cuentos. Dos de los niños durante el cuento estuvieron parándose o interrumpiendo durante la narración, esto para llamar la atención de los demás niños que se encontraban atentos durante el cuento.

Aún no de logran los objetivos propuestos en la rúbrica, ya que hay niños que no permiten la narración de los cuentos, al interrumpir durante la actividad y no contestado a las preguntas realizadas para corroborar su aprendizaje.

Al término de las actividades del diagnóstico, los niños de preescolar primero reconocen los monstruos por medio del color y la emoción que presentan. Lograron

identificar que todas las personas tenemos emociones, aun sus padres tienen miedo, enojo, tristeza y alegría igual que ellos.

Los obstáculos que tuve para la realización de las actividades durante el diagnóstico fueron: dos de los niños para los cuales implemente estas actividades ingresan al terminar el taller, se les pidió permiso a los papás de ingresarlos más temprano, comentando que sí llegarían más temprano, pero siguieron llegando tarde.

El haber incluido a un personaje como es el gato Gus favoreció para que los niños pudieran sentirse motivados y emocionados para trabajar durante el taller. Cuando se sentían molestos o con ganas de llorar pedían al gato prestado para poder abrazar y esto les sirvió para poder relajarse.

Diario se utilizó el calendario de emociones, cada vez fueron más los niños que al ingresar dibujaban el monstruo de color amarillo refiriendo la emoción de la felicidad



Capítulo III Marco teórico:

3.1 La educación preescolar

En el 2002 la educación preescolar se vuelve obligatoria en México, pasando a formar parte de la educación básica.

Aunque hasta la fecha hay padres de familia que no le dan la importancia a la educación preescolar, refiriendo que solo dejan en el CAI a sus hijos para que sean atendidos mientras ellos trabajan. Llamándole al centro educativo “Guardería”.

Es recomendable difundir entre los padres de familia lo primordial de este nivel educativo, ya que a través de esta información se podrán dar cuenta la importancia que tiene el que sus hijos cursen el preescolar para lograr un desarrollo efectivo que le favorecerá tanto para la educación primaria como para los demás niveles académicos.

Durante los primeros seis años de vida se brindan las bases para un buen desarrollo, ya que es cuando el niño tiene mayor plasticidad cerebral, y tiene la capacidad de adquirir las habilidades que les servirán para toda la vida.

La educación preescolar es una etapa importante para el desarrollo del niño, aquí es donde se adquieren varios aprendizajes fundamentales para cualquier ámbito en que se desenvuelve como son: social, académico y personal.

Es fundamental que el niño ingrese a preescolar, ya que es aquí cuando se dan las primeras interacciones con sus iguales, conoce los colores, algunos números, aprende a través del juego, va adquiriendo su autonomía y seguridad.

A esta edad ocurren innumerables aprendizajes, surgiendo cambios,

físicos, cognitivos, afectivo, social e individual. En esta etapa también se forma el carácter del niño.

El preescolar es la base de la formación educativa, adquiriendo una diversidad de habilidades y destrezas, a través de las experiencias que les brinden en su familia, así como la docente ante el grupo.

Es también durante esta etapa que se debe establecer un triángulo educativo entre los padres de familia, los docentes y los niños, para lograr el desarrollo integral del niño.

Es la primera experiencia que tienen los niños fuera del entorno familiar, en donde irán forjando su carácter, su autonomía, su autoconocimiento y su autoconcepto, a través de herramientas que generen las habilidades para enfrentar cualquier situación a la que se enfrenten.

Los niños de preescolar aún se encuentran en la etapa del egocentrismo, esta es una característica natural a esta edad, pero en preescolar van aprendiendo a través de las reglas y rutinas que ahí se llevan a cabo para respetar a los demás, aprenden a compartir mediante los juegos, a ser autónomos al no estar la presencia de los padres.

Dentro de la escuela los preescolares conviven y se desarrollan dentro de un ambiente lleno de aprendizajes, obteniendo las habilidades necesarias para lograr una educación efectiva.

Durante esta etapa se brindan las bases para un buen desarrollo de sus capacidades y habilidades, promoviendo la creatividad por medio de la curiosidad.

También en preescolar se desarrolló o se amplía el lenguaje, por medio de las relaciones afectivas con sus iguales. El lenguaje es una necesidad básica en preescolar, y se adquiere a través de las canciones, las adivinanzas, los cuentos, las conversaciones, entre otras actividades que se realizan para adquirir experiencias que amplíen su vocabulario.

Los niños que cursan la educación preescolar tienen la oportunidad de potenciar sus capacidades cognitivas, desarrollar las habilidades emocionales que lo apoyen en su autonomía, creatividad y actitudes que necesita en su desarrollo personal y social.

Las docentes de preescolar tienen una gran responsabilidad a través de su profesión, ya que tienen en sus manos a niños con inteligencias múltiples, las cuales se deben de potenciar de una manera asertiva, brindándoles los medios, recursos e instrumentos para que faciliten sus aprendizajes, los niños en esta etapa tienen mucha habilidad para aprender, siendo una parte esencial para su desarrollo integral, aquí es donde se brindan las bases para que desarrollen las habilidades tanto emocionales como cognitivas que les servirán durante su vida...

La docente debe de brindarles un ambiente que apoye en sus aprendizajes, el cual el niño debe de disfrutar, divertirse y emocionarse para que desarrolle sus habilidades.

La infancia es la etapa más importante para el desarrollo del ser humano, ya que de esto dependerá del adulto en que se convertirá, por eso se debe de tener mucho cuidado en la forma en que se cubren las necesidades en su primera infancia, en esta etapa los niños desarrollan las bases para el desarrollo de sus habilidades, capacidades y potencialidades.

Considerándose la etapa infantil primordial para el desarrollo neuronal, determinando las capacidades para las relaciones afectivas, se desarrollan las capacidades para la motricidad fina y gruesa, las habilidades del lenguaje, y el autoconocimiento formando su carácter.

A través de todas las experiencias tanto en el hogar, comunidad y escuela, el niño aprende a relacionarse, a descubrir, preguntar, hablar, y resolver de manera efectiva los problemas que la vida les presente.

3.2 El desarrollo del niño de 3 a 4 años

Según la teoría de Piaget, los niños preescolares están dentro de la etapa preoperacional, la cual abarca de los 2 a los 7 años. Es cuando inicia el lenguaje.

Para este autor “el niño es capaz, mediante el lenguaje, de reconstituir sus acciones pasadas bajo la forma de relato y de anticipar sus acciones futuras mediante la representación verbal.” (Piaget, 1991, p. 28).

Durante esta etapa los niños emplean símbolos, palabras, números e imágenes para representar las cosas reales de su entorno. Con las palabras se comunica, con los números cuenta objetos, con las imágenes puede expresar lo que observa.

El niño en la etapa preoperacional interactúa por medio de la imitación a través de lo observado dentro de su familia, comunidad y escuela, así como al imitar el comportamiento de sus iguales.

Aún están en la etapa del egocentrismo, ya que tienen la incapacidad para realizar representaciones ante las experiencias de otros. En esta etapa son muy típicas las rabietas porque no entienden las razones de los demás.

Comprenden sus emociones a través de sus experiencias, pensando que todos sienten lo mismo que él o ella están sintiendo.

Aún tienen dificultad para ser consciente de su pensamiento, ya que se encuentra en la etapa preoperatoria de su madurez cognitiva. Esta etapa va de los dos a los seis años aproximadamente.

En esta etapa empieza el juego simbólico, el cual es inspirado en los hechos reales de la vida del niño, o a través de los personajes de la fantasía o los superhéroes que ha observado o ha escuchado hablar, favoreciendo su creatividad, imaginación y su lenguaje.

Su lenguaje aún es con monólogo colectivo, el cual es presentado por medio de los comentarios de los interlocutores, los cuales no guardan relación alguna entre sí, un ejemplo de esto es cuando el niño escucha un comentario o una palabra la cual

le recuerda algo que vivió o le contaron lo menciona, no importando si se sale del tema que se está tratando. Habiendo significados compartidos, pero no hay continuidad.

Empiezan a realizar preguntas como “por qué”, “para qué”, “quien” o “qué” de manera seguida.

Observan las imágenes que le presentan y si le preguntan “¿qué está pasando en la imagen”, contesta de acuerdo con su percepción, o por medio de sus vivencias.

En su escritura, hacen grafías, como apoyo para comunicar sus vivencias.

Ensarta objetos como cuentas grandes, vacía objetos de un envase a otro con mayor precisión.

Ya se puede poner solo algunas prendas de vestir sin errores, puede subir cierres, abrochar los botones.

Utiliza los cubiertos, en especial el tenedor y la cuchara, aún le cuesta trabajo el uso del chuchillo.

En la motricidad gruesa y fina:

- Pueden caminar por líneas (recta, zigzag, espiral, paralela).
- Empiezan a pararse con un solo pie.
- Suben y bajan escaleras sin pedir ayuda alternando los pies.
- Avientan con mayor fuerza una pelota.
- Realiza figuras con plastilina y recorta figuras con tijeras de punta redonda, esto con supervisión de un adulto.

Desarrollo del pensamiento:

- Menciona los nombres de los integrantes de su familia cuando se los preguntan.
- Reconoce las figuras geométricas (triángulo, círculo y cuadrado).
- Distingue en donde hay “muchos” y “pocos”, sigue indicaciones con dos instrucciones.

Lenguaje y escritura:

- Le gusta escuchar cuentos y narra cuentos breves.
- Conoce algunas letras de su nombre en los nombres de sus compañeros o en lugares en donde las ve, e identifica su nombre.
- Conversa con las personas.
- Desarrollo socioemocional:
- Demuestra cariño a través de palabras y gestos.
- Comparte materiales con sus compañeros.
- Respeta turnos y sigue reglas en los juegos.
- Identifica las emociones básicas por medio de imágenes.

Desarrollo socioemocional:

- Demuestra cariño a través de palabras y gestos.
- Comparte materiales con sus compañeros.
- Respeta turnos y reglas en los juegos.
- Identifica emociones básicas por medio de imagen.
- Reconoce lo que le causa miedo, tristeza, enojo y alegría.
- Es cada vez más autónomo.

3.3 El desarrollo del cerebro del niño

El cerebro se empieza a desarrollar desde la etapa prenatal, a través del entorno en el que vive la mamá, y a través de las emociones que ella presenta, así como en la forma en que le habla al bebé, llevándose a cabo un apego seguro durante este periodo, al reconocer el feto la voz de su mamá, permitiendo con esto una unión entre el bebé y su madre.

Por eso es importante que durante el embarazo la madre este tranquila y que su entorno familiar le brinde cariño, apoyo y comprensión apoyando en el desarrollo del cerebro del bebé sea favorable.

Después del nacimiento y durante los primeros años de vida del niño, los padres deben de brindarle un vínculo de apego emocional seguro, apoyando con esto un desarrollo efectivo del cerebro, de lo contrario cuando los padres no le brindan al niño un vínculo de apego emocional, le puede llegar a producir “numerosos problemas emocionales y conductuales a mediano y largo plazo” (Bilbao, 2015, p.103)

Los padres deben de ofrecer al bebé una sensación de seguridad al cubrir sus necesidades básicas, ya que esto es fundamental para su supervivencia y para que el cerebro del niño vaya identificando y generando el apego con las personas que cubren estas necesidades.

Ya que el apego efectivo es la relación más relevante para el ser humano, al nacer el bebé es dependiente de sus cuidadores para satisfacer sus necesidades básicas como son; alimentación, higiene, cobijo y afecto. Cuando el cuidador atiende de manera oportuna las necesidades del bebé de manera cariñosa y afectiva, el cerebro del bebé va aprendiendo que está protegido y que puede confiar en su figura de apego.

El bebé debe de sentirse querido y protegido, en un ambiente de amor para lograr un desarrollo adecuado de su cerebro ya que como lo refiere Bilbao (2015) “cuando

el entorno familiar es afectuoso se le apoya al aumento de las conexiones cerebrales sobre todo durante la primera infancia que es cuando están viviendo sus primeras experiencias sociales” (p. 64).

La figura de apego debe de cubrir de manera responsiva ante las necesidades del bebé, estando presente cuando lo necesita para que sean cubiertas sus necesidades, pero de manera afectiva y contantemente, así el cerebro del niño va generando un apego seguro. Cuando nada más cubren las necesidades básicas sin ser responsivas y afectivas, no se genera un apego y un vínculo seguro, sino evitativo generando en su cerebro la inseguridad,

Por eso la primera etapa de su vida es fundamental, porque el bebé es dependiente de mamá y papá y los necesita para poder sobrevivir, también es necesario que, a través de ir cubriendo sus necesidades de forma responsiva, afectiva y efectiva, los padres o los cuidadores vayan desarrollando en ellos la autonomía, la confianza y la estima.

El niño sigue desarrollando esta relación de apego, y al explorar el mundo se encuentran con sensaciones nuevas, mostrando también nuevas conductas, ya que no saben expresar lo que les pasa y sienten, no regularse por sí solos, ya que tienen menos herramientas verbales para decir lo que está sintiendo, como figuras de apego deben de acompañar, entender y encausar sus emociones, generando en su cerebro un buen vinculo de apego que le permita sentirse seguro, aprenda a regularse a través de la figura de apego y que esta figura aprenda a escuchar y tener empatía con el niño para que entienda que siente o que está expresando el niño, Buscando estrategias para ir educando poco a poco el fomento de la expresión de las emociones tanto los niños como los padres estén en calma.

Durante la primera infancia los niños aprenden a través de la observación y de las vivencias que tienen con sus padres, por eso es necesario que sean ellos los que les brinden seguridad, confianza, pero sobre todo amor para con ello generar conexiones cerebrales sanas que los hagan sentirse más seguros y sobre todo comprendidos y queridos, fomentando con esto a tener una estima favorable “un vínculo positivo y seguro es necesario para el desarrollo cerebral del niño.

La confianza en sí mismo y en el mundo en el que vive constituyen los cimientos de una buena inteligencia emocional (Bilbao, 2015, p. 167).

A través de la observación, la imitación y las experiencias con las personas que lo rodean, la sociedad y por la cultura el niño va aprendiendo a través de lo que realizan las demás personas generando conexiones cerebrales.

A los tres años el niño ya tiene muchísimas conexiones cerebrales, ya que son aprendices activos por medio de su mundo sensorial, y estos primeros aprendizajes le van a favorecer o perjudicar en su vida ya que son los cimientos para su futuro.

Por medio de los sentidos el cerebro del niño va aprendiendo e interactuando con su ambiente, generando experiencias durante toda su vida, pero como argumenta Ibarrola (2013) “todas las experiencias tienen relevancia para el ser humano, pero las que suceden en la etapa prenatal y durante los primeros años tienen una importancia especial para el desarrollo de las funciones mentales y cerebrales” (p. 113)

Rafael Guerrero (2021), durante su taller “El desarrollo cerebral de los más pequeños”. Menciona un cuento para conocer mejor el funcionamiento del cerebro, el cual tituló “Los cuatro cerebros de Arantka” (2021) en él nos menciona que tenemos cuatro cerebros:

- 1- El cerebro rojo
- 2- El cerebro verde
3. El cerebro azul
4. El cerebro amarillo.

El cerebro rojo es el primero que se desarrolla, a este cerebro se le conoce como el cerebro reptiliano, ya que nos sirve para la sobrevivencia, siendo el que actúa o reacciona ante una necesidad. Los niños recién nacidos reaccionan a través del cerebro rojo por medio de las necesidades que se deben de cubrir para su sobrevivencia.

El segundo cerebro es el verde en él se encuentran las primeras emociones a través del sistema límbico y las amígdalas cerebrales. El cerebro rojo y el cerebro verde son innatos, ya vienen desde nacimiento.

El tercer cerebro es el azul, es de donde provienen los pensamientos, se almacena la información por medio de la memoria, este cerebro aprende de los estímulos que adquiere y estos son por parte de las vivencias con los padres. Un ejemplo es que, sí en casa no permiten expresar las emociones, el niño crecerá y reprimirá sus emociones.

En el cerebro azul se ubican los pensamientos o ideas, así como la memoria a largo plazo, esta parte es muy moldeable e influenciada por medio de la educación y las enseñanzas recibidas por los padres, maestros o compañeros.

El cuarto cerebro es el amarillo es el de la capacidad de concentrarse, pensar y en la regulación de las emociones.

En este cuento Guerrero, nos explica cómo funciona el cerebro, y lo hace a través de cuatro personajes a los cuales los nombró de acuerdo con las funciones que desempeñan para integrar el cerebro y este funcione de manera efectiva.



Figura 4

(Editorial sentir, 2021).

Si los padres de familia, así como los docentes conocieran cómo funciona el cerebro del niño, se evitarían varios errores que son perjudiciales en su desarrollo.

El cerebro está dividido en dos hemisferios cerebrales: en el derecho y en el izquierdo. El lado izquierdo nos ayuda a pensar de una manera lógica y a organizar los pensamientos, el lado derecho nos ayuda a experimentar las emociones, así como a interpretar las señales no verbales.

Para que el niño tenga un buen desarrollo cerebral se requiere que ambos hemisferios estén integrados para que trabajen conjuntamente. Cuando los niños no tienen el cerebro integrado actúan de manera caótica, las emociones los superan ya que no son capaces de responder de una manera serena y asertiva ante las situaciones que se enfrentan, presentando pataletas, conductas disruptivas, siendo el resultado de una pérdida de integración del cerebro.

Si ambos hemisferios están integrados el niño tiene la habilidad de tener autocontrol, concentración, y la resolución de problemas para tomar decisiones asertivas.

A la edad de tres años el hemisferio derecho aún no logra dominar la capacidad de emplear la lógica y las palabras para poder expresar sus sentimientos y emociones.

Cuando se presentan una emoción desagradable el hemisferio derecho inhibe al hemisferio izquierdo ya que está más activado, por tal motivo el niño no puede entrar en razón, en este momento es necesario que esté acompañado por un adulto que se encuentre tranquilo y que valide sus emociones, que le brinde señales no verbales como el contacto físico, las expresiones faciales y lo escuche sin juzgarlo, ya cuando se calme se le pueda explicar las razones del por qué no es conveniente que actúe de esa forma. De esa manera se le va brindando las herramientas para que logre integrar sus dos hemisferios cerebrales.

“Un niño con el cerebro integrado, en consecuencia, será más capaz de arreglárselas cuando las cosas no le vayan bien. En lugar de responder al mundo desde una postura de agresividad, estando a merced de las circunstancias y de sus emociones” (Siegel y Payne, 2018, p. 32-33).

Los dos hemisferios del cerebro deben de trabajar en conjunto para que pueda funcionar bien y el niño logre regular sus emociones, pueda plantearse las

consecuencias, pensar antes de actuar y tener en cuenta los sentimientos de los demás.

El adulto debe de reforzar el desarrollo adecuado del cerebro del niño, para que ambos hemisferios trabajen en conjunto.

Al nacer, el cerebro que primero se desarrolla es el inferior, es la parte de la supervivencia, también se le llama cerebro emocional, esta parte del cerebro tiene un mayor protagonismo en los niños ya que los niños se mueven por la alegría, el miedo, el enojo, la ilusión, etc. Como lo argumenta Bilbao (2015) “el cerebro emocional está presente en todas las acciones de tu vida cotidiana” (p. 152). Y en los primeros años de vida se va desarrollando esta parte del cerebro, en este cerebro se encuentra una estructura muy importante llamada “amígdala”, ella funciona para detectar una situación de riesgo, activándose y mandando señales de alerta.

Después cuando el niño va creciendo se empieza a desarrollar el cerebro superior, o cerebro racional en esta parte del cerebro se encuentra la corteza prefrontal ejerciendo una función de control, le ofrece al niño la posibilidad de dominarse o regularse ante cualquier situación, pero esta regulación debe de educarse poco a poco y con calma, ya que el cerebro del niño alcanza la madurez completa hasta pasando los veinte años, mientras el niño depende de una parte de su cerebro que aún no está del todo desarrollada, por lo tanto los niños en la mayoría de veces tienden a quedar atrapados en la parte inferior (cerebro emocional), sin poder recurrir al cerebro superior (cerebro racional), lo que los lleva a reaccionar sin pensar o a tomar decisiones equivocadas, a no saber cómo regular sus emociones, careciendo de empatía y a no lograr entenderse a sí mismos.

Durante el desarrollo de ambos cerebros es importante que se le pongan límites, ya que esto contribuirá a su desarrollo emocional e intelectual, produciendo conexiones positivas en el cerebro del niño, evitando que se produzcan conexiones cerebrales negativas que pueden dañar el desarrollo de su cerebro. Los límites se deben de poner de una manera asertiva, en conjunto de ambos padres, ya que de lo contrario

los niños crecerán con la mentalidad de que es posible romper los límites impuestos por alguno de los padres, e irse con el que lo deje libre de hacer lo que quiera.

Se deben de poner límites a través del ejemplo de ambos padres, ya que los niños van desarrollando su cerebro por medio de la imitación y observación generando un circuito cerebral llamada “neuronas espejo” reflejando y realizando lo que ve, programando y preparando al niño a repetir conductas en situaciones similares que haya observado.

Los límites claros y congruentes le permiten al niño tener control con su cuerpo y sus relaciones emocionales, así como saber lo que puede y no puede hacer.

También hay que tomar en cuenta que algunos niños presentan rabietas con el cerebro superior, ya que él decide presentar pataletas tomando una decisión para conseguir lo que quiere, pudiendo interrumpir la rabieta de inmediato cuando consigue lo que desea, o cuando está a punto de perder un privilegio que se le ofreció. Por ejemplo, cuando se le dice “Sí dejas de llorar te compro un dulce” e inmediatamente el niño deja de hacer la rabieta.

Sí el niño está presentando una rabieta del cerebro superior, (actuando para obtener un beneficio), no se debe de ceder a sus caprichos, lo que se debe de hacer es poner límites claros, teniendo una conversación sobre la conducta inadecuada y las consecuencias que tendrá en caso de continuar con esa rabieta. Negándose a las rabietas del cerebro superior el niño dejará de reproducirlas con regularidad hasta ya no presentarlas.

Las rabietas del cerebro inferior son distintas, ya que ante estas el niño se muestra alterado que no tiene la capacidad de usar el cerebro superior para poder regular la emoción que presenta, aquí la parte inferior, en concreto la amígdala cerebral ha tomado el mando y se ha adueñado del cerebro superior, presentando el niño un estado de desintegración, debido a las hormonas del estrés, casi ninguna parte del cerebro superior funciona, por lo tanto es incapaz en ese momento de controlar su cuerpo y regular sus emociones, mucho menos el poder pensar.

Para fortalecer la educación emocional ante una rabieta del cerebro inferior, se deben de llevar a cabo estrategias de afecto y reconectar con el cerebro superior del adulto y el cerebro superior del niño, para ayudarlo a tranquilizarse.

Cuando un niño ha perdido el contacto con su cerebro superior, se puede ayudar a recuperar el equilibrio, haciendo ejercicios o moviendo su cuerpo para cambiar su estado de ánimo.

No se le debe de castigar ya que generan una baja autoestima, un mal autoconcepto, ansiedad y depresión, así como incrementan las malas conductas. Para que el niño tenga un buen desarrollo de su cerebro es necesario que le brinden afecto, lo escuchen, y sobre todo que los adultos que están cerca de él estén en calma, para que le pueda brindar herramientas que le permitan ir regulando sus emociones.

El cerebro superior es como un músculo que cuando se usa, se desarrolla o se fortalece actúa mejor y cuando no se le hace caso, no se desarrolla de manera óptima, perdiendo parte de su fuerza y la capacidad de funcionar.

Los niños necesitan afecto para no crecer con carencias emocionales y estas no generen vacíos emocionales que sean suplantados por medio de adiciones o por conductas aditivas.

También una parte fundamental para el buen desarrollo de su cerebro es la alimentación, el ejercicio y el sueño.

El sueño es fundamental para el desarrollo del cerebro del niño, ya que sí no se duerme lo suficiente genera problemas conductuales. Siegel y Payne (2018) argumentan que “la falta de descanso es un problema, porque dormir es esencial para el equilibrio físico y mental” (p. 91).

3.4 La literatura infantil

Cuando se habla de literatura infantil, se piensa en la literatura que está dirigida particularmente para los niños, dejando fuera a las demás edades, siendo estos textos disfrutados por todas las edades, todos los géneros literarios están escritos para ser el disfrute de chicos y grandes.

Después del invento de la imprenta, ya fue posible sacar ediciones de historias enfocadas en los niños, poniendo especial prioridad a las que fueron difundidas a través de los pueblos de forma oral transmitida de generación en generación, por medio de canciones, cuentos, poesías, trabalenguas, etc. Las cuales con el paso de los años se han ido plasmando por escrito.

La literatura es una de las actividades más beneficiosa para los niños, ya que le sirve como un instrumento para ayudarlo a construir su identidad, su autoconocimiento por medio de los personajes de los cuentos, rimas, refranes, ayudándoles a estimular el lenguaje. Ibarrola (2016) refiere que “la lectura nos ayuda a crecer, a conocer nuestras emociones más intensas, a desarrollar la visión interior, a través de la cual se despiertan nuevas áreas de nuestro cerebro (p. 3)

Colomer (2005) menciona que la literatura infantil cumple tres funciones:

1. Inicia al niño en la imaginación humano que es configurado por la literatura, da forma a los sueños a través del uso.
2. Facilita el aprendizaje de las formas narrativas y poéticas usadas en cada cultura.
3. Amplia el diálogo de los niños, lo que les permite conocer cómo es o cómo se desearía que fuera el mundo (pp. 204-206).

Para que la literatura infantil cumpla su función debe de brindar placer, ayudando a la interpretación del mundo que le rodea al niño, y pueda afrontar de manera efectiva los problemas que se le presenten, por medio de las experiencias de los personajes de los cuentos. Morón (2010) menciona que “en edades tempranas debe de

generar, principalmente, placer, y ayuda al autoconocimiento y la interpretación del mundo que rodea al niño” (5)

Algunos beneficios de a la literatura infantil son:

- Mejora la atención de los niños.
- Propicia el lenguaje, para que el niño pueda expresarse y transmitir sus emociones, sentimientos y necesidades, para poder interactuar con otras personas.
- Le ayuda comprender a los demás y a ellos mismos.

Por medio de la “—” literatura infantil ayuda a forjar el lenguaje, ya que el uso de palabras precisas, similitudes y oposiciones semánticas, metáforas, metonimias, construcciones sintácticas el niño tiene la posibilidad de ampliar su lenguaje, imaginación, creatividad, entrar a un mundo imaginario, el cual lo va preparando para entender la realidad y para lograr convivir en todos los contextos que la vida les presente. (Morón, 2010, p. 3)

La literatura ofrece al niño entretenimiento y educación, creando espacios para la creatividad e imaginación, preparando a los niños en el deleite por los libros, brindando experiencias favorables para el momento de desarrollar la destreza de la lectura.

A través de la literatura se puede transmitir la historia, la cultura, las tradiciones, entre una variedad de conocimientos que los niños pueden ir adquiriendo con el paso de los años. La literatura es una herramienta que favorece a los procesos de lectura y escritura parte fundamental para la escuela.

Para que el niño pueda disfrutar la literatura tanto en la familia como en la escuela, se le debe de generar el hábito por leer, al observar a sus padres y maestros leyendo. Y el adulto debe de buscar lecturas adecuadas a las características de los niños, ya sea para su edad o para su interés por aprender.

3.5 El cuento como recurso para el desarrollo de la educación emocional

Los cuentos infantiles son una herramienta maravillosa para ir desarrollando la educación emocional a los niños desde la etapa más temprana de su vida, ya que van generando vínculos afectivos, permitiendo ampliar sus vivencias como un entrenador emocional “El cuento puede convertirse en el más precioso instrumento de liberación de la mente humana, una inagotable fuente de estimulación creativa, un tesoro de experiencias que enriquecen nuestra vida. (Ibarrola, 2016, p. 6).

Desde la etapa más temprana se pueden contar cuentos, transmitiendo a través de la voz emociones que van viviendo los personajes, llevando al niño a un clima emocional que influya en su aprendizaje.

Para el desarrollo de la educación emocional en los niños de preescolar, se puede utilizar cuentos infantiles, pero no cualquier cuento, sino los que hablen sobre las emociones que presentan los personajes, así como de algunos conflictos por los cuales han pasado los niños y observen de qué manera han sido resueltos, y que esto les sirva como un espejo para la adquisición de nuevas experiencias.

También es importante mencionar que se pueden elegir cuentos que emocionan a los niños, en donde aparezcan historias que los hagan sentir y reflexionar para que sean ellos mismos los que identifiquen las emociones en las que se ven reflejados, pero desconocían su nombre, con esto ir permitiendo que vaya adquiriendo las cinco competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional: competencia social y habilidades de vida y bienestar.

La primera competencia emocional es la conciencia emocional y es a través de ella que el niño puede adquirir la habilidad de darse cuenta de lo que siente para poder poner nombre a esa emoción, y un recurso valioso para adquirir esa competencia es por medio del cuento al preguntarle, ¿cómo se sentía el personaje?, ¿qué cara puso?, ¿cómo te hubieras sentido tú? La conciencia emocional “la conciencia de uno mismo, el reconocer un sentimiento mientras ocurre, es la clave de la inteligencia emocional” (Goleman, 2018, p. 64), también brinda el poder identificar

y entender las emociones, así como aprender a comunicar de forma verbal y no verbal lo que está sintiendo el personaje y ha llegado a sentir el niño.

La segunda competencia que debe adquirir el niño es la regulación emocional, “la capacidad de serenarse, de librarse de la irritabilidad, la ansiedad y la melancolía excesiva” (Goleman, 2018, p. 64), ella enseña a gestionar las emociones de una forma asertiva, ya que se deben expresar todas las emociones porque son legítimas, pero no se pueden expresar de cualquier forma, ni en cualquier lugar, sin hacerles daño a otros ni a nosotros mismos a través de alguna reacción que se está presentando. Aquí también los cuentos sirven para adquirir estrategias de autocontrol para expresar adecuadamente las emociones, y a través del cuento el niño se dé cuenta que también los protagonistas deben de tolerar la frustración y no pueden hacer lo que quieran ya que esto les traerá consecuencias y una inadecuada expresión de la emoción siempre trae consecuencias negativas.

Ibarrola (2016) menciona que “Cuando somos capaces de viajar con la mente a la mente de los personajes, entonces comienza otro tipo de magia, la magia de leer y salir de uno mismo para ser otro” (p. 4).

La tercera competencia es la autonomía emocional aquí los cuentos aportan la autoestima, la motivación, la constancia para que el niño vea la vida con optimismo, existen cuentos en donde los niños se puedan dar cuenta que las cosas no se consiguen a la primera, que el personaje se esfuerza para conseguir lo que se propone, que todos somos valiosos y merecemos respeto. Para que el niño adquiera la habilidad de la persistencia y el optimismo logrando la autoestima.

La cuarta competencia es la competencia social, ella brinda la habilidad de socializar de forma efectiva, somos seres sociales y vivimos en sociedad, entonces se le debe de enseñar a los niños a través de los cuentos a convivir con los demás, ser empáticos, a saber, comunicarse asertivamente con los demás, poder expresar sus opiniones sin faltar al respeto a las otras personas.

Esta competencia nos enseña a saber convivir, a saber, resolver conflictos, a través de los cuentos los niños pueden ampliar sus experiencias por medio de las

experiencias de los personajes, ampliando las herramientas para lograr desarrollar su inteligencia emocional por medio de las competencias emocionales.

Como lo expresa Ibarrola (2016) “Los cuentos, en definitiva, transmiten valores sin ser lecciones, enseñan sin dar consejos, y orientan y guían al lector en la gran aventura del vivir cotidiano (p.6).

Para que los cuentos sean favorables en el desarrollo de la educación emocional deben de tener algunas características indispensables, una de ellas es sorprender y enganchar al lector para brindarle una emoción agradable.

También Ibarrola (2016) nos menciona que los cuentos deben de tener los siguientes aspectos:

1. Que las diferentes emociones tengan claridad y sean adecuadas ante determinadas situaciones que presentan los personajes, esto quiere decir que si se está hablando de alguna emoción el personaje también presente esa emoción para no hacer incoherente el relato.
2. Que el que escucha o lee el cuento se pueda identificar con los personajes a través de sentir la emoción que ellos sienten. Que identifique y reconozca la emoción del personaje.
3. Las expresiones de las emociones sean de manera igualitaria para los niños, que se les validen todas las emociones tanto a los niños como a las niñas, sin poner estereotipos de sexo.
4. Que sean validadas todas las emociones, sin reprimir alguna. Todas las emociones deben de ser validadas y se les debe de enseñar a regularlas para que se expresen de forma asertiva.
5. Las ilustraciones muestren la expresión gestual de los personajes con claridad, a través de los movimientos corporales y faciales. El oyente debe

de identificar y reconocer la emoción que presenta en personaje por medio de su cuerpo y expresión gestual.

6. Que ofrezca al lector la posibilidad de ampliar su mundo emocional a través del mundo emocional de los personajes. A través de los cuentos el lector amplió su vocabulario emocional (Ibarrola, 2016, p. 16).

Los cuentos sirven para que los niños adquieran herramientas que les desarrollen las habilidades emocionales y esto les sirva para su bienestar durante toda su vida.

Haciéndole frente a los problemas que se les presenten y sepan convivir de manera asertiva con los demás, teniendo autoestima, autocontrol y automotivación.

Por medio de los personajes de los cuentos el niño se identifica con ellos y podrá ir reconociendo las emociones que ellos han sentido, así como el reconocer que todos tenemos emociones y es importante y válido poderlas expresar, pero de una manera asertiva.

El cuento es un recurso que favorece el desarrollo de la educación emocional de una forma lúdica, creativa y divertida. Ya que a todos nos gusta escuchar un cuento.

Capítulo IV Investigación educativa

4.1 Propuesta de intervención- acción.

Kurt Lewin fue el primero que propuso la investigación acción en la década de los 40, su método consistía en llevar a cabo una investigación como una actividad colectiva para el bien de todos, teniendo una práctica reflexiva social en la cual la teoría y la práctica interactuaban para establecer cambios apropiados para la solución de un problema.

La investigación acción es una herramienta que sirve para estudiar la realidad educativa, mejorando su comprensión y logrando su transformación dentro del aula.

Permite al maestro aprender y comprender de la estructura de su propia práctica y transforma su práctica docente.

Para León y Montero (2002) citado en Hernández, Fernández y Baptista (2010), la investigación acción “Es el estudio de un contexto social donde mediante un proceso de investigación con pasos “En espiral”, se investiga al mismo tiempo que se interviene”. (p. 509).

La investigación acción es una metodología que sirve para resolver una problemática social que afecta a un grupo ya sea empresa, escuela, asociación o comunidad, el cual requiere una solución.

Esta metodología es apropiada para realizar una investigación a través de un método científico para llevar a cabo cambios, y es usada por los investigadores que han detectado un problema en su centro de trabajo y desean contribuir a la mejora de este problema.

Algunas características de la intervención acción las define Sandín (2003) citado en Hernández, Fernández y Baptista (2010) son:

1. La investigación acción se constituye a través de la transformación, mejorando la realidad de un problema social.
2. Surge de un problema práctico y se vincula con un ambiente o entorno.

3. Implica a todos los participantes en la problemática a resolver, así como en la implementación de los resultados. (p.510).

Esta metodología de investigación se basa en analizar y sistematizar la recolección y el análisis de evidencias a través de las experiencias vividas de los docentes que participan en el proceso del cambio. La metodología se enmarca en el enfoque cualitativo y utiliza técnicas para recoger información que ayuden a conocer mejor la situación o el problema, estas técnicas pueden ser: fotografías, observación, entrevistas, cuestionarios, diarios, entre otros.

La investigación parte de realizar un diagnóstico de la situación o problema, después se lleva a cabo una planeación, se realiza la acción y por último se evalúa las acciones conjuntas.

Lo primero que se realiza en una investigación acción es un diagnóstico para determinar el problema y por medio de este investigar la teoría para poder implementar un plan de acción que se va a llevar a cabo dentro de una estructura abierta y flexible para poder incorporar aspectos no previstos durante el transcurso de la investigación, los cuales podrán ser integrados en las acciones ya establecidas.

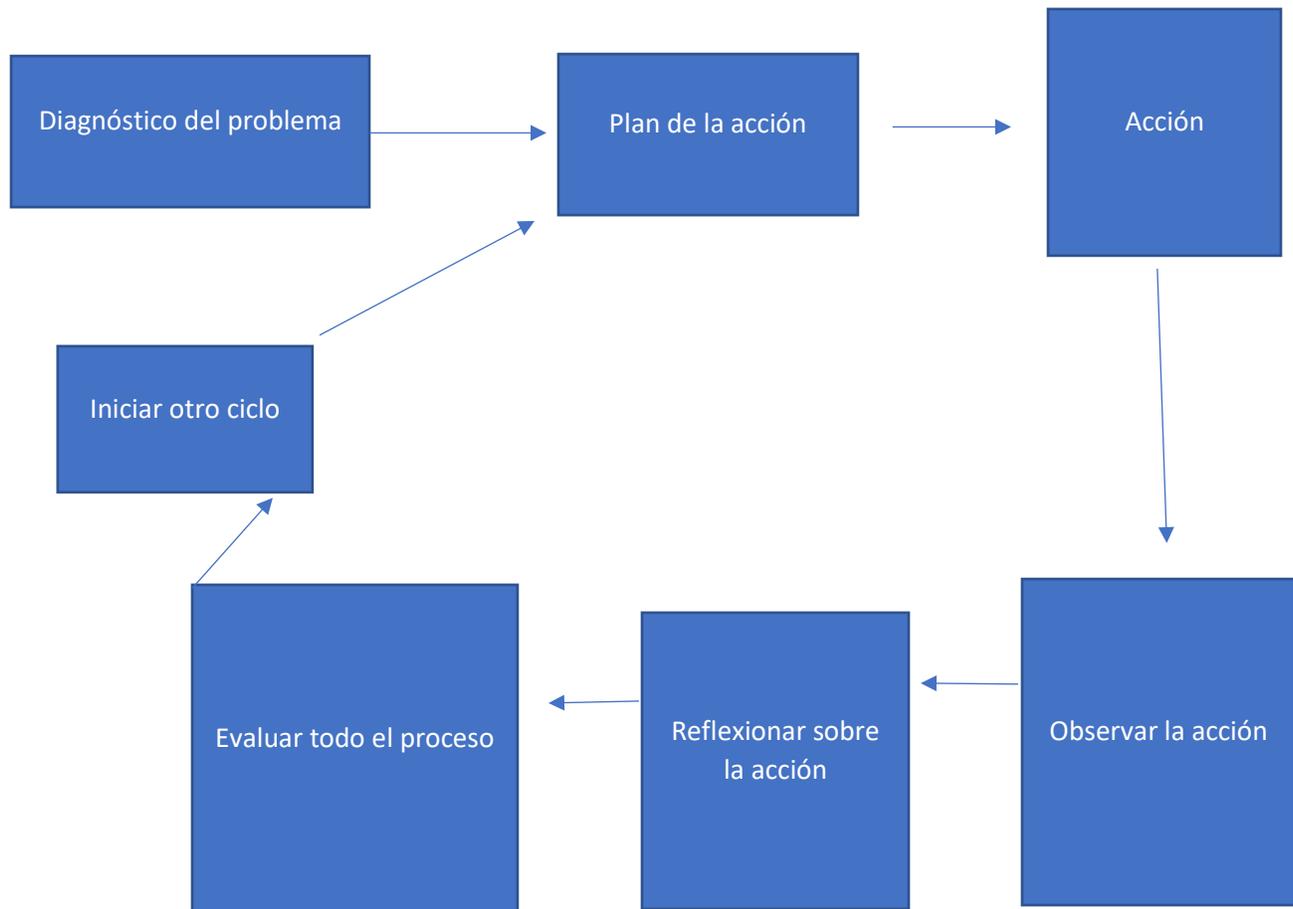
Estas acciones se desarrollan y planifican teniendo la finalidad de intervenir y poner en marcha los cambios para modificar la realidad estudiada. Durante la reflexión y evaluación se analizan los resultados obtenidos de acuerdo con los objetivos que se propusieron en el proceso de la planificación.

A través de la metodología de la investigación acción se lleva a la práctica lo que se ha investigado por medio de la teoría sobre algún problema por resolver dentro de alguna institución o dentro del aula.

El fin primordial de la investigación acción es generar una reflexión para replantear la acción y así poder evaluar de una mejor manera para mejorar la práctica docente o alguna práctica a mejorar.

El proceso de la investigación se puede ver como una espiral, que se inicia con la observación de algún problema práctico, después se analiza este problema con la

finalidad de mejorar la situación, implementando un plan para intervenir y poder volver a observar la situación, se reflexiona, analiza y evalúa el planteamiento, y se vuelve a replantear una nueva planeación, intervención, reflexión y evaluación.



Elaboración Propia.

4.2 Metodología.

Con la presente propuesta didáctica se pretende fomentar la educación emocional en los niños de preescolar primero del CAI 7, esta metodología parte de los aprendizajes previos, así como del desarrollo madurativo de los niños. Dicha metodología tiene el objetivo de determinar las actividades didácticas para apoyar en el desarrollo de la inteligencia emocional, utilizando la literatura infantil como primordial instrumento el cuento, para que los niños logren identificar y reconocer las emociones básicas.

A través de esta propuesta metodológica se plantea emplear el enfoque cualitativo, basándose en la investigación acción y utilizando los instrumentos adecuados para llevar a cabo la investigación y poder lograr los objetivos.

Lo primero que se realizó para llevar a cabo el proyecto de investigación, fue observar algún problema dentro del aula, el cual no permitía seguir avanzando para lograr los aprendizajes de los niños. El problema principal que se encontró fue la necesidad de desarrollar la educación emocional desde la primera infancia. Por tal motivo me propuse a investigar más sobre el tema antes mencionado, buscando entre varios teóricos y a través de sus investigaciones y trabajos realizados lo que me permitiera apoyar en el desarrollo de la educación emocional en los niños de preescolar de primer grado.

Esta teoría investigada se llevó a la práctica por medio de las actividades realizadas dentro del salón de clases en todo el grupo.

El grupo investigado son 15 niños de preescolar primero, su edad oscila entre los 3 y los 4 años.

Para Llevar a cabo la investigación acción, se les pidió permiso a las autoridades educativas del CAI 7, así como a los padres de familia, para realizar una investigación acerca de lo que conocen los niños sobre las emociones, y los conocimientos que los padres les han instruido.

Se les proporcionó un cuestionario a los padres de familia del grupo de preescolar primero, así como a las titulares de los tres grados de preescolar en el CAI 7, para

conocer sus respuestas. Además, se utilizó la observación participativa durante las actividades del diagnóstico para ver cómo era la relación entre compañeros, así si identifican y reconocen las emociones básicas los niños, anotando lo más relevante para poder plantear las actividades que apoyen durante el desarrollo de la educación emocional.

Las actividades se llevaron a cabo por medio de un taller que consta de la narración de cinco cuentos que expresan emociones. Así como diversas actividades de reforzamiento. La metodología será participativa y activa a través de varias actividades propuestas por la investigadora, teniendo en cuenta que los niños ya han escuchado el cuento del “monstruo de colores” y El monstruo triste, monstruo feliz, lo que nos servirá como punto de apoyo en los aprendizajes de estos conocimientos.

Se trabajó con el modelo de las competencias emocionales de Rafael Bisquerra, empezando con el apartado de la conciencia emocional, en el cual se les brindó las bases de la educación emocional a los niños, por medio de algunos cuentos, con el objetivo de que el niño identifique emociones, continuando con la segunda competencia emocional, para que los niños puedan adquirir esta competencia que le permita llegar al bienestar emocional. Las demás competencias se irán trabajando en los cursos posteriores.

El presente taller se elaboró para llevarse a cabo durante un mes de duración del 10 de febrero al 10 de marzo del 2023, (cuatro semanas, los lunes, miércoles y viernes) con doce sesiones de media hora a cuarenta minutos (de 13:00 a 13:30 pm), cada una. La estructura de las actividades está distribuida de la siguiente manera:

Cronograma

Viernes 10 de febrero Sesión 1	“choco encuentra una mamá” y actividades de refuerzo.	Duración: 30 o 40 minutos diario para cada actividad, incluyendo las lecturas del cuento.	
Primera semana Sesiones 2,3, 4	“Qué le pasa a Mugán”.	Actividad de refuerzo	Actividad de refuerzo
Segunda semana Sesiones 5,6, 7	“El enojo de Octavio”	Actividad de refuerzo	Actividad de refuerzo
Tercera semana Sesiones 8,9,10	“Buenas noches”.	Actividad de refuerzo	Actividad de refuerzo
Cuarta semana Sesiones 11, 12	“Que llega el lobo”	Actividad de refuerzo	

Para evaluar el taller, se tomó en cuenta el resultado diario, la observación directa, así como el proceso de cada uno de los niños, para corroborar si las actividades propuestas han sido las adecuadas para alcanzar los objetivos.

Diario se recogerá y registrará la información obtenida para llevar a cabo una valoración y reflexión final de las actividades y el resultado obtenido.

Se utilizará el recurso de la fotografía y de los dibujos hechos por los niños como evidencia.

Se realizará una evaluación al inicio del taller, para reforzar los aprendizajes sobre el tema a tratar.

4.3 Instrumentos de recolección empleados durante la intervención pedagógica.

A continuación, se mencionan algunas características de estos métodos de recolección.

4.3.1. El diario pedagógico.

El diario pedagógico es muy importante ya que en él se generan las observaciones y trabajo durante el día.

Monsalve y Pérez, (2012) refieren que el diario pedagógico “es una herramienta de gran utilidad para los maestros, no sólo como posibilidad de escritura ni como narración anecdótica de lo que sucede en la clase, sino también como elemento para la investigación” (p.117).

El diario pedagógico es muy importante ya que nos permite darnos cuenta en lo que podemos mejorar, cambiar o implementar para tener mejores resultados a futuro.

4.3.2 La observación.

Según Bracamonte (2015) “Sirve para conocer la realidad de los grupos sociales, sus acciones, discursos e interacciones, haciendo de la misma uno de los apoyos más importantes, ya que permite hacer de cualquier institución, un escenario para conocer e interpretar las complejas interacciones que allí se generan”. (p.132)

Martínez (2019) argumenta que la observación “Se puede entender en sentido amplio, como sinónimo de obtención de datos mediante cualquiera de nuestros sentidos, cuando se trata de estudios en los cuales la información se obtiene precisamente con los sentidos de la vista y del, oído”. (p.72)

“Una observación participante, es adecuada si se busca entender cómo ocurre un fenómeno desde adentro, si interesa entender los puntos de vista de los actores o medida que se desarrollan y si se pretende influir de alguna manera en el fenómeno que se estudia” (Vogt, Gardner y Haeffele, (2012) citado en Martínez, 2019, (p 73).

Martínez (2019) argumenta que “Los estudios de observación visual son particularmente apropiados para estudiar procesos que tienen en el interior en los salones de clases, tanto las prácticas de enseñanza que ponen en juego los maestros, como las de aprendizaje de los estudiantes” (p. 73).

Por medio de la observación se aprende en conjunto con los niños

4.3.3. La fotografía.

Como argumenta Taylor y Bogdan (1986) citado en González (2010) la fotografía “Como una excelente fuente de información para la investigación cualitativa, las imágenes que la gente toma aportan comprensión sobre lo que es importante para ella y sobre la manera en que se percibe a sí misma y a otros” (p.50).

4.3.4. El dibujo.

De acuerdo con González (2010) “Es una importante herramienta de los significados sociales, ya que se ubica en un registro distinto al de la narración. El dibujo es una expresión gráfica que convoca una fuerte capacidad imaginativa para comunicar un mensaje. Expresa algo más de lo que se puede describir con palabras”. (p.43)

4.3.5. El cuestionario

Casas, Repullo y Donado (2003), citado en el cuadernillo técnico de evaluación educativa (s. f) refiere que “el cuestionario es un instrumento utilizado para recoger de manera organizada la información que permitirá dar cuenta de las variables de interés en cierto estudio, investigación, sondeo o encuesta (p.2)

Los cuestionarios se realizaron a los padres de familia y a las titulares de los grupos de preescolar del CAI 7 “Agustina Ramírez Rodríguez”.

4.4 Situaciones didácticas

Los cuentos son:

1. Choco encuentra una mamá (Kasza, 2018)
2. ¿Qué le pasa a Mugán? (Ibarrola, 2006)
3. El enojo de Octavio (González, 2018)
4. Buenas noches (Coté, 2020)
5. ¡Que llega el lobo! (Jadoul, 2003)

Se inicia la nueva propuesta de actividades, a través de ella los niños deberán saber identificar y reconocer las emociones que les permitirán adquirir las diferentes habilidades y estrategias para saber regular.

Semanas del 10 de febrero al 10 de marzo del 2023

Grupo: primero de preescolar "CAI 7".

Área: Desarrollo personal y social

Componente curricular: Educación socioemocional

Objetivos específicos:

- Identificar las emociones de tristeza, enojo, alegría, asombro y calma.
- Escuchar los cuentos y realizar las actividades.
- Reconocer las emociones ante diferentes situaciones.
- Realizar ejercicios de Mindfulness

Organizador curricular 1. Autoestima

Organizador curricular 2. Expresión de las emociones

Aprendizajes esperados: Reconoce y nombra situaciones que le generen alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente.

Sesión 1.

Cuento "Choco encuentra una mamá"

Tiempo: 30 minutos Organización del grupo: sentados frente al pizarrón.

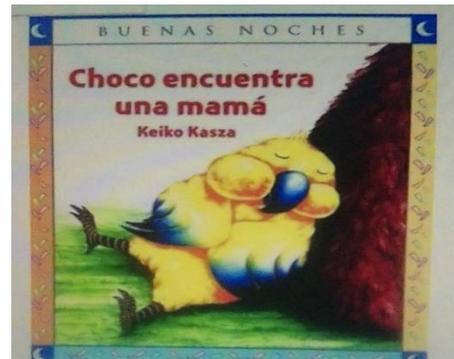
Objetivo: Escuchar el cuento. Reconocer las emociones que se presentan en el cuento.

Recursos didácticos: Cuento, caritas de emociones, personajes del cuento.

Descripción de la actividad:

Inicio:

Se les enseña a los niños la portada del cuento y se les pregunta ¿de qué creen que trate el cuento?, escuchando sus respuestas.



Desarrollo:

Se les lee el cuento, de forma pausada para que vayan observando las imágenes y las emociones que en él se expresan.

Cierre:

Al terminar de leer el cuento, se les pregunta ¿cómo se sentía choco al principio del cuento?, ¿al final del cuento, aún choco se sentía triste o cambió su emoción? ¿qué otras emociones hay en el cuento?



Se les presentarán uno a uno los personajes principales del cuento para que mencionen qué emoción tenían, se respetarán los comentarios de los niños.

Sesión 2.

Cuento: “¿Qué le pasa a Mugán?”

Tiempo: 30 minutos

Organización del grupo: sentados en media luna

Objetivos: Desarrollar un concepto de la emoción a tratar. (La tristeza)

Recursos didácticos: cuento, hojas blancas, colores, plumines.

Descripción de la actividad:

Inicio:

Haremos ejercicios de Mindfulness para relajar y mantener la atención del grupo durante la lectura del cuento.

Se les preguntará ¿cómo identificar cuando alguien se encuentra triste, y de qué forma lo identifican? Se escucharán sus respuestas.

Desarrollo:

Por medio de un Kamishibai se contará el cuento “¿Qué le pasa a Mugán?”.

Cierre:

Al terminar de contar el cuento se les pregunta ¿Tú qué crees que le pase a Mugán?, y se le pedirá dibujar lo que él cree que le pase a Mugán en una hoja blanca.



Sesión 3

Tiempo: 20 a 30 minutos

Organización del grupo: En las áreas verdes.

Tipo de actividad: Refuerzo

Objetivo: Discriminar las emociones

Recursos didácticos: Cuento, hojas blancas y colores

Descripción:

Inicio:

Se les pregunta a los niños si recuerdan el cuento de ¿Qué le pasa a Mugán? Y qué emoción sentía Mugán. Escuchando sus respuestas.

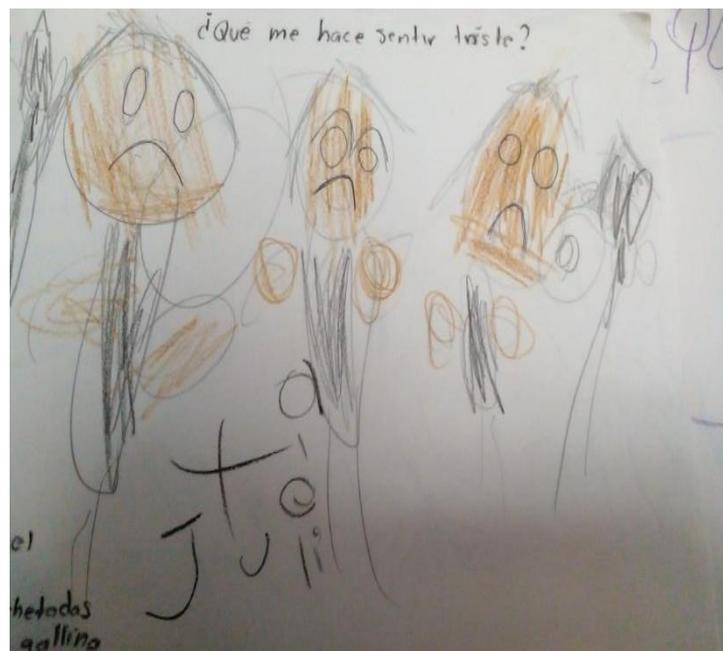
Desarrollo:

Continuando con la actividad, se les pregunta ¿Sí alguna vez ellos se han sentido igual que Mugán? ¿Qué han hecho para cambiar esa emoción?

Se escucharán sus respuestas.

Cierre:

Se les pide que dibujen en una hoja algún momento en se sintieron igual que Mugán.



Sesión 4.

Tiempo: 30 minutos.

Organización del grupo: Sentados en círculo.

Objetivo: Recordar las emociones.

Tipo de actividad: Refuerzo.

Recursos didácticos: Guiñol de gato, tarjetas de emociones.

Descripción de la actividad:

Inicio:

El guiñol Gus, les preguntará ¿Cómo se sienten?, si mencionan que bien, les dirá, ¿Bien qué?, bien tristes, bien felices, bien enojados, etc.

Escuchando sus respuestas.

Desarrollo:

Se les enseñan unas tarjetas de emociones volteadas con las caritas hacía mi pecho para preguntarles a través de la expresión gestual, ¿Qué emoción es la que tengo en la tarjeta?, así con cada una de las tarjetas, con la finalidad de que los niños identifiquen la emoción a través de los gestos, posteriormente se le va enseñando una a una las tarjetas para ver si es la emoción que mencionaron.

Cierre:

Se les dirá que cada uno de ellos se les dará una tarjeta, para que la vean y la volteen hacia su pecho, y por turnos irán expresando a través del lenguaje gestual la emoción que les tocó.

Se contará hasta tres para que los demás participantes mencionen la emoción que creen que tiene el compañero y pueda voltear su tarjeta para saber si acertaron.

Sesión 5.

Cuento “El enojo de Octavio”

Tiempo: 25 a 30 minutos.

Organización del grupo: Sentados en media luna.

Objetivo: Reconocer la emoción del enojo, escuchar el cuento.

Recursos didácticos: Cuento, monstruos de colores

Descripción:

Inicio:

Sentados en media luna, se les dirá que vamos a leer un cuento sobre la emoción del enojo. Les presentare también a los monstruos de colores (emociones) para que reconozcan de qué color era el del enojo.

Desarrollo:

Con el apoyo de un franelógrafo se contará el cuento de “El enojo de Octavio”.

Cierre:

En plenaria se les pregunta ¿Por qué se enojó Octavio? ¿Para qué le pidió el abuelo a Octavio que se fuera a su recámara? ¿A tí te ha pasado lo de Octavio? ¿Qué has hecho para sacar tu enojo? Se escucharán sus respuestas.

Sesión 6.

Tiempo: 15 a 20 minutos.

Organización del grupo: Sentados en equipos.

Objetivo: Discriminar las emociones.

Tipo de actividad: Refuerzo.

Recursos didácticos: Envases de plástico, sopa de varios colores, mesas, sillas.

Descripción:

Inicio:

Se les presenta a los niños cinco envases con sopa de colores correspondientes a los colores de las emociones, para que la vacíen de un envase a otro.

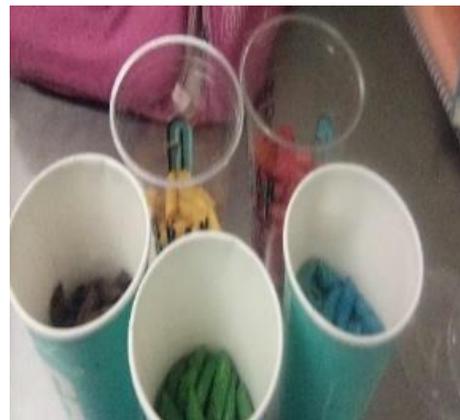
Desarrollo:

Les enseñó a los diferentes monstruos de las emociones para que pongan la sopa en el lugar que le corresponde de acuerdo con el color de la emoción.

Cierre:

Observamos si se pusieron las emociones ordenadas en su bote, y si están en otro lado que no le corresponde, llevarla a su bote.

Esto con la finalidad de que los niños discriminen las emociones de acuerdo con su color.



Sesión 7

Tiempo: 10 a 15 minutos.

Organización del grupo: Sentados en el piso.

Objetivos: Identificar las emociones.

Tipo de actividad: Refuerzo

Recursos didácticos: Lotería de emociones, fichas de colores.

Descripción:

Inicio:

Se pregunta ¿Sí han jugado lotería de emociones? ¿Cómo se juega?

Se escuchan sus respuestas.

Desarrollo:

Se les reparte un tablero de lotería, y se les enseñan las tarjetas para que busquen la imagen en su tablero, para después jugar con ella.

Cierre:

Se va nombrando una a una la tarjeta con la emoción y los niños van poniendo una ficha en su tablero hasta completarlo. Al terminar de jugar nos damos un aplauso.



Sesión 8

Cuento “Buenas noches”

Tiempo: 20 a 30 minutos.

Organización del grupo: Sentados en medio círculo.

Objetivos: Escuchar el cuento, identificar la emoción que se presenta.

Recursos didácticos: Cuento.

Descripción:

Inicio:

Sentados en semicírculo se les van enseñando las imágenes, sin contar el cuento y se les pregunta ¿De qué creen que trate el cuento?

Se escuchan sus respuestas.

Desarrollo:

Se les lee el cuento.

Cierre:

Se les vuelve a preguntar ¿Trató de lo que creían? ¿Ustedes han sentido lo mismo que los personajes? ¿Qué han hecho para no sentirse así?

Se escuchan sus respuestas.

Sesión 9

Tiempo: 15 a 20 minutos.

Organización del grupo: En las áreas verdes.

Objetivo: Buscar las emociones.

Recursos didácticos:

Caritas de emociones y monstruos de las emociones.

Tipo de actividad: Refuerzo.

Descripción:

Inicio:

Se les enseña los monstruos de las emociones y las caritas de emociones, se les pregunta ¿han jugado a las escondidas de las emociones?, ¿Cómo creen que se juegue?

Se escuchan sus respuestas.

Desarrollo:

Ya estando las caritas y los monstruos escondidos, se les pide que empiecen a buscarlos por todo el patio. Hasta encontrarlos.

Cierre:

En plenaria mostrarán las emociones que han encontrado, mencionando el nombre de está emoción. Nos daremos un aplauso para pasar a la otra actividad.

Sesión 10

Tiempo: 15 a 20 minutos.

Organización del grupo: En equipos.

Objetivos: expresar las emociones.

Recursos didácticos: Música de ritmos diferentes.

Descripción:

Inicio:

Se les dirá que, ¿han dibujado emociones a través de la música, ¿cómo creen que se puedan dibujar? Se escucharán sus respuestas.

Desarrollo:

Se enseñan varios cartones con figuras de ojos y bocas, expresando diferentes emociones, se les dará un cartón con la figura de una cabeza humana para que ahí le vayan poniendo los ojos y las bocas formando emociones.

Cierre:

Se les permitirá jugar con los materiales antes mencionados, y se les irá preguntando ¿qué emoción formó? ¿Por qué cree que tiene esa emoción?

Sesión 11

Cuento “Qué llega el lobo”

Tiempo: 25 a 30 minutos.

Organización del grupo: Sentados en semicírculo.

Objetivos: Escuchar el cuento.

Recursos didácticos: Cuento, hojas blancas, colores.

Descripción:

Inicio:

Se pregunta a los niños ¿los lobos dan miedo? ¿de qué crees que trate este cuento?

Desarrollo:

Se les lee el cuento.

Cierre:

Se les pregunta ¿Por qué corrían los animalitos? ¿Qué crees que haya sentido el lobo cuando entró a la casa? ¿Qué final esperabas? Se le pedirá que dibuje en una hoja lo que sentían los animalitos cuando iban corriendo a la casa.



Sesión 12.

Tiempo: 25 a 30 minutos.

Organización del grupo: En el salón de clases.

Objetivo: Trabajar en grupo, regular su cuerpo.

Recursos didácticos: No se necesitan.

Descripción:

Inicio:

Se les dirá a los niños que vamos a hacer varios ejercicios. Para activar el cuerpo.

Desarrollo:

Jugaremos a varias cosas en donde se ponga en juego la atención y regulación del cuerpo, son es a las estatuas de marfil, busco un lugarcito para mí, unas dos tres calabazas, etc.

Cierre:

Al terminar de jugar se les pregunta ¿Cómo se sintieron durante los juegos? Se escuchan sus respuestas.

4.4.1. Análisis del resultado del diario pedagógico

Durante el mes que duró el proyecto y a través del diario pedagógico pude observar que los niños requieren que la planeación de las actividades sea innovadora, que les motiven a desarrollar su creatividad y que sean llenas de emoción.

Los niños ingresan por la mañana y al terminar el desayuno empiezan las actividades pedagógicas que estén planeadas por las educadoras, estas se basan más en desarrollar el aprendizaje cognitivo, al terminar una actividad tienen que realizar otra y así sucesivamente ya que esto se lo piden a las educadoras para no tener tiempos muertos.

Las actividades del turno matutino se hace una pausa a las 12:00 para la ingesta de los alimentos, al terminar de estos vuelven al salón de clases para continuar con las actividades hasta que ingrese el turno vespertino a la 1:00 pm.

Después de la 1:00 los niños siguen realizando actividades planeadas por la educadora del turno vespertino. Entonces los niños ya se sienten cansados y quieren jugar, aunque durante el proyecto de intervención se llevaron a cabo ejercicios de mindfulness y eso sirvió para relajar a los niños, al igual que para que pusieran mayor atención, llegué a observar que lo hacían durante la lectura de cuento, su atención era en él, pero al momento de llevar a cabo el cierre de las actividades los niños se empezaban a dispersar por la sala, y tenía que adecuar la situación para terminar la planeación, cambiando el cierre por la realización de ejercicios acordes a la lectura, por ejemplo el día que se contó el cuento de “Choco encuentra una mamá” al terminar la lectura, corrimos como jirafas sorprendidas, caminamos como pingüinos miedosos, como morsas enojonas. Esto sirvió para volver a tener la atención de los niños para seguir con la siguiente actividad.

Las actividades no se desarrollaron en el tiempo previsto ya que en algunas ocasiones no venían las compañeras de maternal y no podía salir a llevar a cabo el proyecto, y lo dejaba para el otro día.

Cuando hubo niños inquietos que no se integraban a la lectura e interrumpían la actividad, tenía que ir a platicar con él ya que la educadora estaba entregando a un niño que habían venido por él, y el niño que en ese momento se encontraba inquieto empezaba a gritar o correr por el salón, esto hacía que se perdiera la atención de los demás niños.

Me faltó poner actividades que causaran asombro, que fueran más retadoras en donde todos los niños se involucraran.

Llevar a cabo este proyecto me sirvió para aprender a acompañar al niño desde mi calma para después sea él mismo que logre llegar a la calma, aprendiendo a regular sus emociones.

4.4.2. Análisis de la observación realizada.

Cuando se inició la observación para realizar el diagnóstico fue en el mes de octubre del 2022, algunos niños de preescolar de primer grado ingresaban al CAI con angustia, mostraban llanto, por lo cual provocaba estrés entre los padres de familia ya que referían llegar tarde a su trabajo.

Las actividades pedagógicas no se podían llevar a cabo ya que los niños eran muy demandantes y requerían atención constante del adulto, tenían periodos cortos de atención, separándose del grupo o realizando otras actividades, las cuales también eran abandonadas porque dejaban de ser de su interés.

Durante el cambio de actividad empezaban a llorar ya que no eran muy tolerantes, dando pataletas, manoteos, gritos o les pegaban a sus compañeros que se acercaban para ver qué les sucedía.

En ese tiempo los niños aún estaban en proceso de identificar las emociones básicas ya que eran confundidas y no sabían cómo expresar lo que sentían.

Desde su ingreso y en el transcurso de la mañana presentaban sueño y en algunas ocasiones se quedaban dormidos durante la comida, provocando con esto que volvieran a hacer berrinche a consecuencia de que se les despertaba para que siguieran comiendo.

Al regresar del comedor se tiraban al piso y no permitían el acercamiento del adulto ya que esto los irritaba más.

En varias ocasiones se salían del salón acompañados de otros compañeros retando al adulto a ir por ellos, riendo y comentando “Ahí viene por nosotros” para volver a echarse a correr para otro lugar.

Uno de los niños quería que todo material o instrumento de la comida fuera de color azul, de no ser así se ponía a llorar, gritar o a aventar las cosas que se le daban que no fueran de ese color.

El lenguaje de varios niños no era muy claro y se frustraban porque el adulto no entendía lo que quería decir, molestándose y manoteando al adulto que interpretaba a su manera lo dicho por el niño.

Tenían falta de límites por parte de los padres y de algunos adultos que les permitían realizar otras cosas diferentes a las actividades planeadas por la educadora, y si la educadora le llamaba la atención corrían con la persona que les permitía o les daba algún juguete para que dejara de llorar.

Después del diagnóstico me cambiaron de turno, por tal motivo no pude llevar a cabo el proyecto de intervención en los meses planeados, fue hasta el mes de enero que volví a llevar a cabo otro diagnóstico, dándome cuenta de que el problema seguía igual. Por tal motivo volví a pedir la autorización a los padres de familia y directivo para llevar a cabo el proyecto de investigación acción, el cual se me autorizó llevarlo a cabo durante el turno vespertino. Teniendo el horario de 1:00 a 1.30 que es cuando se me podía apoyar, ya que aún había personal para cubrir mi grupo de maternal que es en donde por el momento soy titular.

Al ingresar al grupo de preescolar primero para llevar a cabo el proyecto era apoyada por la educadora y asistente del turno vespertino, así es que nos pusimos de acuerdo para brindarles a los niños la educación emocional. Lo primero que se realizaba eran ejercicios de mindfulness para lograr tener la atención de los niños durante las actividades, esto ayudó mucho ya que los niños estaban más relajados y atentos durante los cuentos.

También se platicó con los padres de familia para que en casa pusieran límites y acompañaran a sus hijos durante la presencia de las emociones que les causaba malestar emocional, pero que era muy necesario que los padres los acompañaran desde su calma y no se contagiaran de la emoción de los niños.

Esto favoreció también ya que cada vez eran más los niños que cuando se molestaban mencionaban “Me voy a ir un rato a respirar” y se iban a sentar al tapete de la biblioteca hasta que se relajaban y así poder dialogar.

El niño que solo quería el color azul ya aceptaba otro color en los materiales que se le daba, pero por lo regular hacía trato con sus compañeros para que le cambiaran el material azul, dialogando con ellos hasta que aceptaran. Y si no aceptaban decía “Bueno ya luego me tocará el azul” quedándose con el otro color.

El lenguaje también es más amplio, quizá es porque los niños que no tenían tan claro su lenguaje se juntaban con niños que tienen un vocabulario amplio.

Los cuentos les han ayudado a saber regular su emoción ya que en ocasiones comentaban que su mamá o papá se pusieron de color rojo y ellos les decían “A ver respira” esto les causaba risa a los padres que volvían a la calma.

Los padres de familia llegan por sus hijos tranquilos y si ven que están en actividad los esperan para pasar por ellos, cuando hacen algún berrinche se agachan a la estatura del niño y dialogan con él.

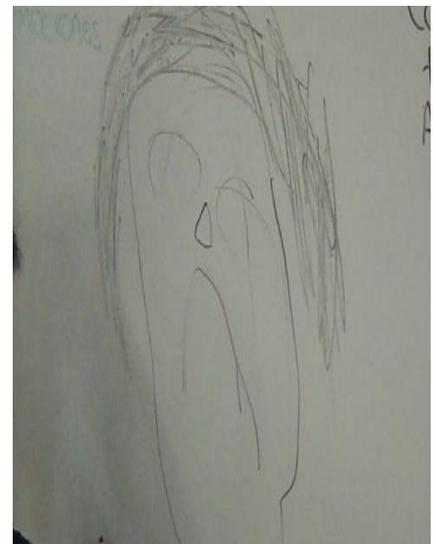
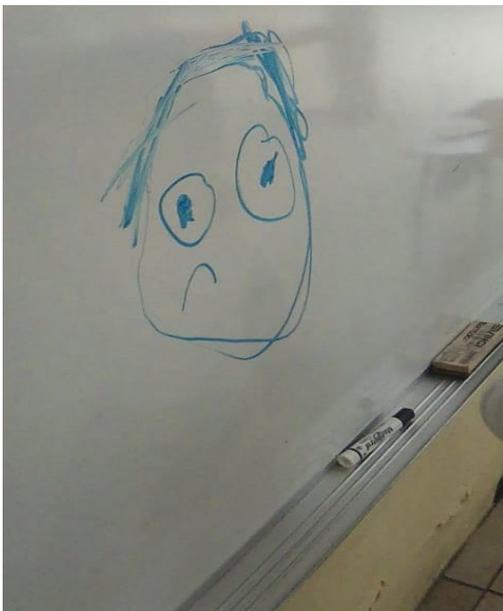
Aunque no todo es de color de rosa, ya que también existen padres de familia que hasta la fecha no se comprometen con la educación de sus hijos, dejando toda la responsabilidad al CAI y cuando su hijo o hija les pega o muerde a alguno de sus compañeros sigue echándoles la culpa a sus abuelos, hermanos, papá o mamá que los consiente de más y ella o él no pueden hacer nada porque se echan encima a la familia o prefieren darlos de baja del CAI.

4.4.3. Análisis de las fotografías y los dibujos realizados por los alumnos

Al observar las evidencias realizadas por los niños de preescolar primero me he dado cuenta de que la expresión facial de las emociones básicas es igual para todas las personas, ya que cuando realizan los dibujos de alguien que está triste siempre le ponen la boca hacia abajo en forma de semicírculo, esto representa que esta decaído y sin ganas de hacer nada más que llorar.

Cuando hacen los dibujos en donde el personaje o ellos mismos están felices, le realizan la boca hacia arriba y hasta bailando o brincando, eso expresa la emoción de la felicidad.

Al igual cuando realizan un dibujo en donde al personaje le causa sorpresa, lo hacen con la boca en forma de círculo, esta es una forma de expresar esta emoción.





Las fotografías incluidas como evidencias fueron para que se observara el trabajo de los niños, estas también causaban emociones, ya que cuando los niños escuchaban el botón de la cámara siempre al principio se emocionaban y decían “A ver cómo salí” pero al ver que solo salía una parte de su cuerpo se ponían tristes.

Los dibujos y fotografías que están en este apartado fueron hechas durante el pase de lista, en algunas ocasiones se les pidió a los niños que dibujaran cómo se sintieron o se sentían en el momento de la actividad.

4.4.4. Análisis de los cuestionarios realizados

Se dio un cuestionario a cada padre de familia del grupo de preescolar primero, los resultados fueron los siguientes:

De los quince padres de familia, solo contestaron el cuestionario doce, tres omitieron sus respuestas.

El cuestionario consta de siete preguntas las cuales fueron:

Cuestionario para madres, padres de familia del CAI 7, sobre la educación emocional en sus hijos.

Estimados madres y padres de familia.

Junto con saludarlos, deseo invitarlos a responder el presente cuestionario, sus respuestas serán confidenciales, tienen por objetivo recoger su importante opinión sobre la educación emocional de los niños y el recurso del cuento. Agradezco su tiempo y colaboración en mi superación laboral.

1. ¿Para usted que es la educación emocional?

Los doce padres de familia opinan que es la capacidad, habilidad, preparación, proceso, enseñanza, de identificar y reconocer las emociones que nos permitan adaptarnos a cualquier estímulo

2. ¿Lee usted cuentos a su hija o hijo para desarrollar la educación emocional?

En caso afirmativo, haga una lista breve de los cuentos que le ha leído.

Nueve padres de familia sí le han leído cuentos para desarrollar la educación emocional, y 1 le ha leído, pero han sido cuentos tradicionales, dos no les leen cuentos.

Los cuentos leídos han sido:

- El monstruo de colores.
- Fernando furioso.
- Monstruo triste, monstruo feliz.
- El pájaro del alma.

- Monstruo fastidioso.
- Mis amigas las emociones.
- Mariana furiosa.
-

3. ¿Le ha brindado usted herramientas a su hija o hijo para apoyarlo en su regulación emocional? Si su respuesta fue afirmativa, mencione algunas.

Diez padres de familia si le ha brindado herramientas, a través del diálogo, contención, respiraciones, validando sus emociones, le brinda su espacio para que se tranquilice y poder hablar con su hija, la ayuda a identificar la emoción que está presentando. Dos padres de familia no saben cómo brindarle herramientas.

4. ¿Considera usted que es importante desarrollar la educación emocional a su hija o hijo? ¿por qué?

Los doce padres de familia lo consideran importante para lograr el bienestar, fortalecerlo en su vida, conocerse a sí mismo y aumentar su autoestima, sepa canalizar sus emociones, evitar episodios de descontrol emocional.

5. ¿Qué emoción presenta su hija o hijo con mayor frecuencia durante el día?
¿Cómo le apoya a regularla?

Nueve padres mencionan que la emoción con mayor frecuencia es el enojo, la alegría y el llanto por la frustración, tres padres de familia mencionan que aparte de las antes mencionadas también presentan miedo a la oscuridad, o cuando se separan de él.

Los apoyan a tener regulación por medio del abrazo, diálogo, teniendo respiraciones, se pone a su altura para platicar.

6. ¿Cuánto tiempo de calidad le dedica usted a su hija o hijo, después de salir del CAI?

Los doce padres de familia refieren que mínimo una hora le brinda de calidad a sus hijos, y lo utilizan para platicar con él, jugar en la casa, o durante el trayecto a su hogar.

7. ¿Por lo regular a qué hora se duerme y se levanta su hija o hijo diario?

Ocho padres de familia refieren que su hijo duerme desde las 8. 30 o 9:00 pm y se despierta a las 5:00 o 5:30 de la madrugada, dos refieren que se duermen hasta que se padres se desocupan (11:00 o 12:00 pm) y se despiertan después de las 6:00 de la mañana, los últimos dos padres de familia refieren que no saben a qué hora se duermen sus hijos ya que cuando regresan del trabajo ya están durmiendo, y se levantan junto con ellos a las 5:00 am.

Me he dado cuenta a través del cuestionario realizado que a los niños les hace falta sueño, ya que no descansan el tiempo promedio que debe de descansar un niño de esta edad, por tal motivo presentan conductas disruptivas durante las actividades planeadas para ese día.

Todos los padres de familia consideran importante el desarrollo de la educación emocional a sus hijos, esto es fundamental a esta edad ya que es cuando se van dando las bases para lograr adquirir habilidades que les ayuden a saber afrontar los retos de la vida actual. La educación emocional es durante y para toda la vida ya que, al pasar los años, también llegan nuevos retos por afrontar.

Se les dio un cuestionario a todas las docentes de preescolar primero, segundo y tercero las cuales son nueve maestras para ambos turnos, seis de ellas devolvieron el cuestionario y tres omitieron sus respuestas.

El cuestionario que se les proporcionó a las nueve maestras de preescolar fue:

Cuestionario para docentes del CAI 7, sobre "Literatura infantil en sus aulas"

Estimada maestra:

Junto con saludarla, deseo invitarla a responder el presente cuestionario, sus respuestas serán confidenciales, tienen por objeto recoger su importante opinión sobre el uso de la literatura infantil en su aula para el desarrollo de la educación emocional en los niños de su grupo. Agradezco su tiempo y colaboración.

1. ¿Para usted qué es la educación emocional?

Es un proceso de aprendizajes que permite a los niños comprender, conocer y comenzar a manejar sus emociones. El cual está compuesto por habilidades socioemocionales, así como la regulación emocional y la gestión de conflictos.

2. ¿Conoce cuáles son los beneficios de la literatura infantil para el desarrollo de la educación emocional en los niños? sí su respuesta fue sí, mencione algunas.

Las 6 docentes refieren conocer los beneficios de la literatura infantil y los beneficios son:

Ayuda para que los niños reconozcan alguna dificultad, sugiriendo soluciones a los problemas, también es muy importante para el desarrollo de su lenguaje.

Permite el control de sus emociones, ya que durante ella los niños imaginan, crean y comparten.

3. ¿Utiliza los cuentos infantiles como recurso en su jornada diaria de trabajo con los niños? sí su respuesta fue afirmativa, ¿Cómo lo realiza?

Las 6 docentes durante su jornada diaria utilizan cuentos infantiles, y lo realizan para favorecer la lectura y con esto propiciar la expresión de ideas y emociones al plantearles preguntas a los personajes ya que cada lectura conlleva una intención a los proyectos o actividades pedagógicas, dando un plus para lograr el propósito planeado.

4. Mencione algunos títulos de cuentos que ha utilizado para desarrollar la educación emocional en los niños.

- El monstruo de colores.
- Te amo cuando estás enojado

- Fernando furioso.
- Cosita linda
- Malena Ballena.
- El divorcio de mamá y papá
- Marina la furiosa.
- Romeo y Julieta

5. ¿Cómo apoya a sus alumnos a desarrollar la educación emocional?

Brindándole afecto durante la jornada, tomando en cuenta sus logros e ideas, respetando sus ritmos y estilos de aprendizaje, dándole sostenimiento afectivo.

6. ¿Cuáles son las emociones que más presentan sus alumnos durante el día?

Todas las docentes refieren que las emociones que más se presentan son:

Alegría, enojo y frustración.

Como seres humanos, nuestra gama de emociones son muchas y en los niños pequeños aún más. Trato mucho de dar actividades innovadoras que brinden sorpresa, alegría, curiosidad, pero el que implique un reto puede traer incertidumbre y hasta frustración. (maestra de preescolar segundo).

Los docentes al igual que los padres les quieren brindar las herramientas necesarias a los niños para el desarrollo emocional, aunque en muchas ocasiones no se sabe cómo llevarlo a cabo, ya sea por el ritmo de vida, porque no se conoce bien las características del desarrollo de los niños, al igual que el desarrollo de su cerebro.

Las docentes de preescolar les leen cuentos infantiles a los niños, algunas le dan el enfoque para el desarrollo emocional, pero la mayoría aún le da más relevancia al enfoque cognitivo.

Durante la planeación de actividades las docentes integran el ámbito socioemocional, pero como repito les dan más relevancia a las actividades curriculares.

Nos damos cuenta de que las emociones que con mayor frecuencia se presentan tanto en casa como en la escuela es la alegría, el enojo y la frustración, estas emociones las debemos de validar, pero también se le debe de brindar al niño el acompañamiento emocional a través de que el adulto que este cerca de él este preparado emocionalmente para enseñarle a través de su tranquilidad la habilidad de saber regular la emoción que está presentando. Ya que si ambas partes están con su ira, tristeza, o frustración los niños no podrán adquirir las habilidades emocionales, sino al contrario estará más confundido en cómo regular y gestionar esa emoción.

Reflexiones

El primero que habló sobre la expresión de las emociones en los animales y en los hombres fue Charles Darwin en su libro el origen de las especies en él nos explica cómo por medio de nuestras expresiones faciales y gestuales comunicamos a los demás lo que nos pasa por dentro o por fuera, ya que al expresar nuestras emociones lo hacemos de forma innata; nadie nos enseña a sonreír, a llorar o a enojarse, estas vienen desde antes de nacer.

Desde antes de nacer empezamos a sentir, esto es por medio de las emociones que siente y presenta nuestra mamá, por eso también se le debe de dar la importancia que se merece a la expresión y regulación de las emociones de la madre durante su embarazo. Para que estas no lleguen a influir en su desarrollo emocional, social y cognitivo de su hijo en su vida futura. González (2017), argumenta que “En aquellos embarazos en los que las madres han tenido un mayor nivel de estrés o ansiedad los niños han tenido mayores problemas de hiperactividad y han sido más proclives a tener problemas de conducta, ansiedad y dificultades de aprendizaje. (s/p)

Antes no se permitía expresar las emociones, o peor aún, se reprimían para poder presentarse ante la sociedad y mostrar una figura fuerte, y más si eran del sexo masculino, y si era del sexo femenino no se permitía expresar algunas otras emociones las cuales según eran para el sexo opuesto. Pero esto ha provocado un aumento de enfermedades o de adicciones.

En la actualidad y al escuchar las noticias nos damos cuenta de la importancia de validar las emociones. Y se le dé la prioridad que se le debe otorgar a la educación emocional antes de a los contenidos académicos, desde la etapa más temprana se debe de acompañar y desarrollar la educación emocional a los niños, apoyándolos a que vayan identificando sus propias emociones y a saber regular de manera efectiva, no reprimiéndolas, ya que esto contribuye a un buen desarrollo de su cerebro.

Los niños deben de adquirir las habilidades cuanto antes, por eso es necesario que se les apoye a desarrollarlas desde la niñez, se sabe que algunos niños no consiguen adaptarse al entorno educativo, y más si no tiene otro entorno social que la escuela, con el paso del tiempo podrán caer fácilmente en las conductas agresivas generando violencia, o entrando a las drogas.

La educación emocional se debe de desarrollar a desde temprana edad, y continuar durante toda la vida, ya que a diario se viven diferentes emociones, así como nuevas vivencias, por tal motivo la educación emocional sirve como prevención para no implicarse en comportamientos de riesgo, en el consumo de drogas, así como no caer en depresión, ansiedad o intento de suicidio.

Existen evidencias de los efectos positivos de la educación emocional, empezando por un aumento en el sistema inmune, tolerancia a la frustración, resiliencia y manejo del estrés logrando un bienestar emocional.

Un recurso favorable para el desarrollo de las competencias emocionales es el cuento, ya que a través de él se le puede brindar las herramientas necesarias a los niños para que puedan afrontar y resolver los problemas a los que se enfrente.

Los cuentos sirven para aumentar la imaginación, propiciar la creatividad, ampliar el lenguaje, así como para que los niños se den cuenta que viven experiencias iguales que la de los personajes, y con esto aprendan a resolver la situación a través de ellos en forma de espejo sin hacerse daño.

Los cuentos son una excelente herramienta para propiciar la educación emocional en los niños, favoreciendo en el desarrollo integral de su cerebro.

Los niños en sus primeros años son como esponjas, capaces de absorber todos los estímulos de su entorno, por eso es importante que los padres como los primeros educadores que son, les brinden experiencias que los beneficien durante toda su vida, empezando con brindarles un apego seguro por el cual los niños se sientan escuchados y queridos sin que sus emociones sean desvaloradas ni reprimidas, así como que sea el adulto el que a través de su calma les enseñen a entender y regular sus emociones.

Todos tenemos emociones y es importante aprender a educarlas para que se aprenda a expresarlas en los entornos apropiados y con las personas indicadas, con esto quiero decir que no se debe de expresar alguna emoción en algún lugar que esta sirva como burla, o para iniciar una pelea, sino se deben de saber expresar de una manera asertiva y en un lugar adecuado. Por esto es importante el adquirir las competencias emocionales de las que nos habla Rafael Bisquerra (2007, 2009), y una forma divertida, creativa y didáctica es a través de los cuentos como lo ha referido Begoña Ibarrola (2016). También es importante conocer y entender el desarrollo del cerebro de los niños para darnos cuenta del porqué de sus rabietas, y comportamientos ante la presencia de alguna emoción, así como lo refiere Rafael Guerrero (2021).

Sin olvidar a Daniel Goleman (2018), y todos sus relatos ante la presencia de las emociones en todos sus relatos escritos en sus libros.

El haber leído, escuchado e investigado sobre la educación emocional me sorprendió saber que todas las actitudes o comportamientos que se tienen en la edad de la adolescencia y en la edad adulta, son por medio de las vivencias y aprendizajes que se tienen desde la niñez, incluso desde antes de nacer, a través de las emociones que presentan las madres durante su embarazo.

He aprendido lo importante que es educar a los niños de forma integral, desde los primeros años con el fin de desarrollar la educación emocional en primer lugar, antes de lo cognitivo.

El haber narrado cuentos a los niños de preescolar primero me sirvió para aprender cómo a través de ellos los niños van adquiriendo conexiones cerebrales que les servirán en un tiempo futuro. Y poco a poco van identificando y comprendiendo que hay varias emociones, las cuales las deben de expresar de una manera asertiva y que sea para su beneficio, al igual el saber regular esas emociones, que en un tiempo les causaba conflictos con sus compañeros o entre ellos mismos.

Los niños lograron aprender a identificar lo que siente su cuerpo cuando se presenta alguna de las emociones, así como reconocieron que también el adulto tiene las

mismas emociones, y a través de los personajes pudieron recomendar tanto a sus compañeros, maestras, padres o a ellos mismos técnicas para poder expresar las emociones que causan malestar emocional.

Me sorprendió ver como durante la primera vez que se narró un cuento los niños observaron con atención, y la segunda vez que se volvió a narrar el mismo cuento, ellos mismos iban expresando de forma facial la emoción que se nombraba. Cuando se les permitió ser ellos mismos los que narraban el cuento por tercera vez lo realizaban expresando los mismos gestos y movimientos que realice durante las narraciones anteriores.

El haber investigado sobre la importancia del sueño permitió compartir la información con los padres de familia, los cuales la mayoría de ellos empezaron a dormir a sus hijos más temprano y lo realizaban con la lectura de un cuento que se llevaban a casa los lunes y los viernes lo devolvían llevándose otro diferente el próximo lunes. Entre los padres intercambiaban entre ellos cuentos que tenían en casa y eran recomendados por los niños para sus compañeros.

Por medio de dormir más temprano los niños ingresaban al CAI con más ánimos y fueron más creativos durante las actividades.

Les contó menos trabajo interactuar con sus iguales, llegando a acuerdos para jugar durante los recreos y durante las actividades a la hora de compartir los juguetes o los materiales, a igual durante la organización de los equipos.

Quiero seguir informándome y aprendiendo más sobre el desarrollo de la educación emocional para seguir apoyando a los niños del CAI 7, desde la primera etapa, ya que por el momento me han dejado en lactantes y maternas, en estas etapas he observado avances cuando se lleva a cabo también narraciones o lecturas de cuentos. Por tal motivo he comprobado que el leerle o contarles cuentos infantiles acorde a la edad de los niños es una herramienta indispensable para el desarrollo integral en todas las etapas del desarrollo,

Referencias Bibliográficas:

Álvarez, M., Bisquerra, R., Fita, E., Pérez, N. (2000). Evaluación de programas de educación emocional. *Revista de Investigación Educativa*, 18 (2) pp. 587-599.

Bilbao, Álvaro (2015). *El cerebro del niño explicado a los padres*. Editorial plataforma: España.

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21 (1), pp. 7-43.

Bisquerra, R; Pérez, E. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI. Universidad Nacional de Educación a Distancia*, 10, pp. 61-82.

Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.

Bisquerra, R. (2011). *Educación emocional. Propuestas para educadores y familias*. Editorial DESCLÉE DE BROUWER: España.

Bracamonte, R. (2015). La observación participante como técnica de recolección de información de la investigación etnográfica. *Revista Arjé Vol.9* (17), pp. 132-139.

SEP (2019). *Hacia una escuela mexicana: Principios y orientaciones pedagógicas*. México: SEP.

Casas, J; Repullo, J; y Donado. (2003). *Cuadernillo Técnico de evaluación Educativa. Desarrollo de instrumentos de evaluación: cuestionarios*. INNE: México, pp.1-48.

Ceniceros S., Vázquez, M., Fernández, J. (2017). La inteligencia emocional y el aprendizaje significativo. *Revista electrónica sobre cuerpos académicos y grupos de investigación*. 4, (8). Recuperado de <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/147>

Cote, G. (2020). *Buenas noches. Mi primera biblioteca*. SEP: México.

Colomer, T. (2005). El desenlace de los cuentos como ejemplo de las funciones de la literatura infantil y juvenil. *Revista de educación núm. extraordinario*, pp. 203-216.

Cotrufo, T y Ureña, J. (2018). *El cerebro y las emociones: Sentir, pensar, decidir, Neurociencia y psicología*. Ediciones Salvat, SL: España.

Chías, M., Zurita, J. (2010). *EmociónArte con los niños*. Editorial Desclee De Brouwer: España.

Emberly, E., Miranda, Anne (2009). *Monstruo triste, monstruo feliz*. Editorial Océano: España.

Fernández, B. (2021). *Inteligencia emocional. Aprender a gestionar las emociones*. Colección de Neurociencia y psicología: Barcelona.

Fernández, B; y Cabello, R. (2021). La inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de educación emocional y Bienestar*. 1 (1), pp.31-46.

García, C. (2013). Las emociones en la infancia. *Revista digital de educación emocional. Edukame*. <https://www.studocu.com/es/document/universidad-de-zaragoza/maestro-y-relacion-educativa/cristian-garcia-guia-educativa-las-emociones-en-la-infancia/22635759>

Goleman, D. (2018). *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el cociente intelectual*. Penguin Random House: México.

Google. (s/f). [Direcciones de Google Maps]. Recuperado el 17 de septiembre de 2023, de <https://www.google.com/maps/@19.4537018,-99.1340399,3a,75y,188.79h,90t/data=!3m6!1e1!3m4!1sa1V5F7VSSv-LCRXRL8i5fA!2e0!7i16384!8i8192?entry=ttu>

González, C. (2017). *Cómo afectan las emociones negativas al bebé en el embarazo*. Guía infantil recuperado de:

<https://www.guiainfantil.com/articulos/embarazo/como-afectan-las-emociones-negativas-al-bebe-en-el-embarazo/>

González, M. (2010). La imagen como método en la construcción de significados sociales. *Revista de ciencias sociales y humanidades*, 69. Universidad Autónoma Metropolitana unidad Iztapalapa: México pp. 41-63.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=39348726003>

González, J. (2018) *El enojo de Octavio*. <https://www.actiludis.com/wp-content/uploads/2018/09/El-enojo-de-Octavio-1.pdf>

Guerrero, R. (2021). *El desarrollo cerebral de los más pequeños*. Editorial sentir
<https://www.youtube.com/watch?v=6DGjU8P9Jyc&t=437s>

Hernández Sampieri, R; Fernández, C; y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México, D.F. Editorial McGRAM-HILL

Hernández, E. (2022). Tipos de inteligencias múltiples según Howard Gardner. Psicología -Online. Recuperado de: <https://www.psicologia-online.com/tipos-de-inteligencias-multiples-segun-howard-gardner-3137.html#:~:text=El%20modelo%20de%20las%20inteligencias,naturalista%20o%20la%20I%20C%20B3gica%20matem%20A1tica>.

Herrera, A. (2015). La educación emocional desde la etapa preescolar. *Revista para el Aula. IDEA*. 16, pp. 33-35.

Ibarrola, B. (2006). *Qué le pasa a Mugán*. Editorial SM: España.

Ibarrola, B. (2013). *Aprendizaje emocionante*. Neurociencia para el aula: SM.

Ibarrola, B. (2016). *Cuentos para sentir: educar las emociones*. Ed. Sm.

Ibarrola, B. (2018). Conferencia “¿Cuándo empezamos a sentir?” Fundación Botín-Fundación. Atresmedia Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=ZYu6MaCWmhM>

- Jodaul, E. (2003). *¡Que llega el lobo!* Editorial Edelvives: España
- Kasza, K. (2018). *Choco encuentra una mamá*. Editorial Norma.
- López E. (2011). Bases didácticas de la educación emocional: un enfoque práctico. *Educación emocional: propuestas para educadores y familias*, España: Descleé.
- López, S (2010). *La educación emocional*: Editores mexicanos Unidos.
- López M. (2021). El bienestar emocional en las niñas y los niños. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1 (2), pp. 53-70.
- Llenas, A. (2012). *El monstruo de colores*. Editorial, Flamboyán: España.
- Molina, M; Muñoz, V; Rengifo, A; Alvarado, V; Coya, D. (2022). Importancia de desarrollar la inteligencia emocional en la educación preescolar. *Revista de filosofí(e) Semiotiche Vol., 9 N. 2*, pp. 83-91. Recuperado de <https://www.ilsileno.it/uploads/2023/01/8-ROLANDO-MOLINA-Formattato.pdf>
- Martínez, F. (2019). El nuevo oficio del investigador educativo. Una introducción metodológica. Universidad Autónoma de Aguascalientes: México pp. 9-382
- Monsalve, F: y Pérez, R. (2012). El diario pedagógico como herramienta para la investigación. *Itinerario educativo* 66, pp. 117- 128.
- Morón, M. (2010). Los beneficios de la literatura infantil. Revista digital para profesionales de la enseñanza, de Andalucía. pp. 1-6 Recuperado de: <https://feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7247.pdf>
- Piaget, J. (1991). *Seis estudios de psicología*. Barcelona: Editorial Labor, S.A
- SEP. (2017), *Aprendizajes clave*. Secretaría de Educación pública: SEP, México.
- Congreso de la Unión. (2020). *Programa Sectorial de Educación (2020-2024)*. Diario Oficial de la Federación: SEP: México.

Siegel, D; y Payne, T. (2018). *El cerebro afirmativo del niño*. Penguin Random House: España.

Urquijo, Romero. (2005). *Participación de los padres de familia hogar y escuela*. Programa Educativo: Licenciatura en Educación: UPN unidad 081. Pp. 1-80.

Anexos

Los cuentos leídos al grupo de preescolar primero fueron los siguientes.

Es escrito por Keiko Kasza (2007) editorial Norma Bogotá

En este cuento se narra la historia de un pájaro que tenía ganas de conseguir una mamá, primero ve a



una jirafa amarilla como él y le pregunta, ¿Usted es amarilla como yo, es usted mi mamá?, por lo que la jirafa le contesta que no tenía alas como él, entonces ve a unos pingüinos y le pregunto lo mismo que a la jirafa, por lo que la señora pingüino le contesta que sus mejillas no son grande y redonda de como las de él. Después se encontró con la señora morsa y le hizo la misma pregunta, por lo que la señora morsa contesta muy enojada “Mis pies no tienen rayas como los tuyos así es que no me molestes, choco buscó por todas partes sin encontrar a alguien que se pareciera a él, hasta que vio a la señora oso y vio que tampoco se parecía a él y se puso a llorar, la señora oso se acercó a choco para ver que le pasaba, a lo que choco le contestó que andaba en busca de una mamá, choco le dio algunas características de cómo sería su mamá, y la señora osa lo adopta llevándolo a su casa en donde tiene también otros hijos que no son iguales entre ellos.

El segundo cuento es:

¿Qué le pasa a Mugán?

Escrito por Begoña Ibarrola (2006) ediciones SM España.



El cuento nos narra de un changuito que vivía en la selva de Taimán,

la cual el jefe se llamaba Torunga, Mugán estaba raro y Torunga reunió a todos los miembros de la familia para preguntarle si sabían que le pasaba a Mugán, por lo que uno a uno mencionaba un motivo por el cual podría estar así, pero cuando le preguntaban a Mugán si era eso que decían los demás lo que lo tenía así contestaba moviendo la cabeza que no, entonces Torunga se lleva a Mugán a caminar por la selva y cuando regresaron todos notaron el cambio en Mugan ya que venía sonriente.

La autora deja la pregunta en el aire ¿Y tú por qué crees que estaba triste Mugán?

El siguiente cuento es “El enojo de Octavio” escrito por el maestro Jesús González Molina (2018)

Octavio es un niño que pasa la noche con sus abuelos porque sus papás salieron, y empieza a construir un castillo con bloques, cuando su abuelo lo llama para cenar, pero como Octavio estaba muy entretenido al poner el ultimo bloque tira la torre y se molesta con su abuelo y le dice que lo deje en paz que por su culpa su torre se cayó. El abuelo lo mandó a respirar con su enojo, pero Octavio no entiende a que se refiere su abuelo y se sube a su recámara.

Ya estando en su recámara observa cómo aparece un monstruo muy grande, le pregunta que ¿Quién es? Y el monstruo le contesta que es su enojo y lo ayuda a

respirar para que así desaparezca su enojo, Octavio le hace caso y respira hasta que el monstruo desaparece en ese momento llega su abuelo y lo ve tranquilo, invitándolo a bajar a cenar.

El siguiente cuento se llama “Buenas noches”

Escrito por Geneviève Cote (2020) mi primera biblioteca SEP



El cuento narra la aventura de dos amigos que van a acampar, los amigos son diferentes ya que se dan cuenta a que le tienen miedo durante la noche y unen su valentía para poder acampar y tener una buena noche.

El último cuento se llama: “¡Que llega el lobo ¡”

Escrito por Émile Jadoul (2003) editorial EDELVIVES



El cuento nos narra de unos animalitos que llegan uno a uno a la casa de ciervo, apurados y diciendo ¡ábreme! que llega el lobo, en este momento se presenta la emoción del miedo por las características del lobo ante otros relatos, al entrar a la casa de ciervo se dan la mano y ven por la ventana, hasta que llega el lobo a la casa de ciervo y todos gritan -¡¡¡Feliz cumpleaños amigo lobo!!!-. Aquí cambia el concepto de que el lobo transmite miedo, dándose cuenta de que no siempre debe de ser así, ya también él puede llegar a ser un excelente amigo.

