



VERACRUZ
GOBIERNO
DEL ESTADO



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL ESTADO DE VERACRUZ

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD REGIONAL 305 COATZACOALCOS

LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA

**LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA UN MEJOR APRENDIZAJE EN
ALUMNOS DE SEGUNDO GRADO DE PREESCOLAR**

MONOGRAFÍA

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

PRESENTA:

YARELI NOHEMI HÉRNANDEZ MOLINA

ASESOR:

DRA. CLEOTILDE AMADOR RUÍZ

COATZACOALCOS, VERACRUZ, MARZO 2024



VERACRUZ
GOBIERNO
DEL ESTADO



SEV
Secretaría
de Educación

SEMSyS

Subsecretaría de Educación
Media Superior y Superior



DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN

Coatzacoalcos, Ver., 20 de Marzo 2024.

C. YARELI NOHEMI HERNANDEZ MOLINA

PRESENTE:

En mi calidad de presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado por la Comisión Revisora a su trabajo intitulado: **LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA UN MEJOR APRENDIZAJE EN ALUMNOS DE SEGUNDO GRADO DE PREESCOLAR**. Opción: **MONOGRAFÍA**, para obtener el Título de **LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**, a propuesta de su asesor **DRA. CLEOTILDE AMADOR RUÍZ**, manifiesto a Usted que reúne los requisitos establecidos en materia de titulación, que exige esta Universidad.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

LIC. SAMUEL PÉREZ GARCÍA.
PRESIDENTE DE LA H. COMISIÓN DE TITULACIÓN
UNIDAD REGIONAL 305 UPN.



S.E.V.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL
UNIDAD REGIONAL
305
COATZACOALCOS, VER.

2024: 200 AÑOS DE VERACRUZ DE IGNACIO DE LA LLAVE COMO PARTE DE LA FEDERACIÓN 1824-2024

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD REGIONAL 305 COATZACOALCOS, VER.
Clave: 30DUP0006Z
Prolongación Mártires de Chicago s/n. Col. El Tesoro
C.P: 96536 Coatzacoalcos, Ver. Tel: 921 21 88072



200 AÑOS
VERACRUZ
DE IGNACIO DE LA LLAVE
COMO PARTE DE LA FEDERACIÓN

El trabajo que presento se llama LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA UN MEJOR APRENDIZAJE EN ALUMNOS DE SEGUNDO GRADO DE PREESCOLAR. Fue elaborada como monografía en la Ciudad y Puerto de Coatzacoalcos, Veracruz; México 2023-2024. Dicho trabajo es el resultado de una investigación documental sobre la educación emocional, las emociones y su influencia en el aprendizaje de los educandos, análisis de los Aprendizajes Claves 2017 y los Planes y Programas 2022 respecto al papel de la educación emocional. En ella reflejo cómo las emociones influyen en el aprendizaje de los niños desde una edad temprana, en la que si se lleva a cabo la educación emocional se va a promover un mejor aprendizaje de los estudiantes, así como, los recursos y actividades que pueden los docentes implementar dentro de las aulas para favorecer dicha educación

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
--------------------	---

CAPÍTULO I

JUSTIFICACIÓN DEL TEMA.....	4
-----------------------------	---

1.1 Antecedentes.....	4
-----------------------	---

1.2 Explicación y Delimitación del Tema	8
---	---

1.3 Justificación	12
-------------------------	----

1.4 Objetivos.....	14
--------------------	----

1.4.1 Objetivo general.....	14
-----------------------------	----

1.4.2 Objetivos específicos	14
-----------------------------------	----

CAPÍTULO II

FUNDAMENTOS TEÓRICO-METODOLÓGICOS.....	15
--	----

2.1 Enfoque o Perspectiva de Análisis a Partir de la Cual se Estudia el Problema	15
---	----

2.2 Metodología de Investigación	16
--	----

CAPÍTULO III

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y SUS EFECTOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS EN PRESCOLAR.....	20
--	----

3.1 La Educación Emocional.....	20
---------------------------------	----

3.2 ¿Qué son las Emociones?	23
-----------------------------------	----

3.3 La Educación Emocional y sus Efectos en el Niño Preescolar	27
--	----

CAPÍTULO IV

LA INFLUENCIA DE LAS EMOCIONES EN EL APRENDIZAJE DEL NIÑO PREESCOLAR	29
---	-----------

4.1 Influencia de las Emociones para un Mejor Aprendizaje en los Alumnos de Nivel Preescolar.....	29
4.2 Etapa del Desarrollo Emocional en Preescolar (3-6 años)	32
4.3 Efectos de las Emociones en el Niño Preescolar.....	34
4.4 La Educación Emocional en la Familia del Niño Preescolar	36
4.5 El Papel del Docente en la Educación Emocional.....	37

CAPÍTULO V

ANÁLISIS DEL PROBLEMA DESDE LOS PLANES DE ESTUDIO	40
--	-----------

5.1 El Papel de la Educación Emocional en los Aprendizajes Claves 2017 ...	40
5.2 El Papel de la Educación Emocional en los Planes y Programas 2022....	44

CAPÍTULO VI

RECURSOS Y ACTIVIDADES PARA MEJORAR EL DESARROLLO EMOCIONAL EN LOS NIÑOS DE PREESCOLAR.....	49
--	-----------

6.1 Recursos Didácticos para Mejorar el Aprendizaje en los Niños de Nivel Preescolar	49
6.2 Propuestas de Actividades para la Educación Emocional en Preescolar	58

CONCLUSIÓN	65
-------------------------	-----------

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
-----------------------------------	--

INTRODUCCIÓN

Las emociones son parte inherente del ser humano, están presentes a lo largo de toda la vida de las personas; pueden tener un efecto negativo o positivo en lo cognitivo e influir en el aprendizaje de los niños. Por tal razón, surge la necesidad de la educación de afecto o una educación emocional en las aulas desde el preescolar, donde los docentes brinden las herramientas necesarias a los alumnos para que aprendan a regular sus emociones y tengan la capacidad para enfrentar y resolver los diversos problemas que se le presentan en su vida diaria.

Las personas que solo actúan por sus impulsos continuamente tienen conflictos personales con sus semejantes, viven en permanente tensión y por lo mismo pueden desarrollar enfermedades psicosomáticas como estrés, depresión o ansiedad. De tal modo, que la educación emocional los puede ayudar a autorregularse y en consecuencia pueden mejorar la comunicación y la interacción social con los demás.

La importancia de abordar el tema de “La educación emocional para un mejor aprendizaje en alumnos de segundo grado de preescolar”, consiste en que mediante su reflexión y puesta en marcha se contribuya a mejorar el proceso de aprendizaje desarrollando habilidades para el manejo y control de las emociones mediante el uso de diversos recursos didácticos que puede usar el docente. Este tipo de educación favorece el desarrollo de los niños en lo cognitivo, mental, social-afectivo, en sus relaciones con los demás. Así mismo, su valor dentro del proceso de aprendizaje, los recursos y actividades que el docente puede implementar dentro de las aulas, el papel del maestro y su relevancia dentro de los Aprendizajes Claves y la Nueva Escuela Mexicana.

Además de aportar referencias teóricas sobre la educación emocional y sus efectos en el aprendizaje de los niños, cómo estas afectan no solo el proceso de aprendizaje de los educandos sino también en otras áreas, le sugiere al maestro diversas

estrategias para enriquecer su labor docente y promover la educación emocional desde el nivel preescolar.

La presente monografía se realizó desde un enfoque pedagógico con una visión humanista la cual contribuye a mejorar el aprendizaje de los educandos mediante una educación emocional, en la que se pretende sugerir el fortalecimiento de dicha educación dentro de las aulas y con ello lograr una de las metas en el ámbito educativo que es brindar una educación de calidad en la que se eduque el afecto.

El objetivo general de este trabajo es reflexionar cómo la educación emocional contribuye para mejorar el aprendizaje de los alumnos en preescolar, a partir de la implementación de diversos recursos didácticos en segundo grado.

El alcance de esta investigación es que brinda información sobre la educación emocional desde una etapa preescolar acompañada de estrategias que ayudan a dicha educación y favorecen el aprendizaje de los educandos. Su limitación es que no es un documento que muestre informes sobre los resultados de la aplicación de los diversos recursos didácticos debido a que solo se presenta información sistematizada y organizada. Sin embargo, se considera una investigación documental y de soporte teórico para una futura investigación.

La estructura de esta monografía está conformada por una introducción del tema ya mencionado y por seis capítulos.

En el primer capítulo se dan a conocer los antecedentes históricos de la educación emocional, se explica la delimitación de la problemática, la justificación del tema a desarrollar, así como el objetivo general y los específicos.

En el segundo capítulo se mencionan los fundamentos teóricos, se explica el enfoque y perspectiva de análisis del cual se estudia la problemática, así como las técnicas de recolección de la información para llevar a cabo la investigación.

En el tercer capítulo se habla sobre “La educación emocional y sus efectos en el aprendizaje de los niños en preescolar”, en el que se mencionan los conceptos de la educación emocional, qué son las emociones, su clasificación y efectos.

En el cuarto capítulo se habla de “La influencia de las emociones en el aprendizaje del niño preescolar”, la etapa del desarrollo emocional en el preescolar de tres a seis años, los efectos que éstas tienen en ellos no solo en su aprendizaje sino en otros ámbitos, así como el papel de la familia y del docente en la educación emocional.

En el quinto capítulo se habla del “Análisis del problema desde los planes de estudio” en el cual se investiga el papel de la educación emocional en el plan Aprendizajes Claves 2017 y los Planes y programas 2022 o la Nueva Escuela Mexicana.

En sexto capítulo se habla de “Recursos y actividades para mejorar el desarrollo emocional en los niños de preescolar” con recursos didácticos según Bisquerra y López los cuales favorecen la educación emocional dentro de las aulas en el nivel preescolar. Finalmente, se presentan las conclusiones a las que se llegó durante esta investigación.

CAPÍTULO I

JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

1.1 Antecedentes

La interrelación de la educación emocional con el aprendizaje se ha estudiado desde diversas perspectivas; una de ellas es la psicología, la cual se encarga del estudio de las actitudes y aptitudes de los estudiantes, en la que se incluyen dimensiones colectivas. El trabajo de las emociones a través de la educación socioemocional incluye los aprendizajes sociales y emocionales que ayudan al bienestar de los educandos.

En los años sesenta se consideraba que los niños aprendían mucho mejor si estaban psicológicamente motivados y tenían una experiencia inmediata de lo que se les estaba enseñando. (Goleman, 2018)

En este sentido, el enfoque constructivista posibilita una mayor motivación para aprender, pues promueve al alumno como un sujeto activo y responsable de su aprendizaje que va construyendo su conocimiento desde su propia experiencia, a través de las herramientas proporcionadas por los docentes. Asimismo, esta perspectiva genera condiciones para que los alumnos se enfrenten y resuelvan problemas en los que se ponen en juego el manejo de sus emociones.

Serrano y Pons (2011) dicen que: “Cuando hablamos de actividad constructiva del alumno estamos implicando al alumno en su totalidad, es decir, consideramos a un aprendiz que pone en marcha tanto procesos cognitivos como afectivos y emocionales” (p. 22); es decir, que dentro de la labor constructiva del educando se debe considerar lo emocional ya que esta es parte de su integridad donde se ve implicado su aprendizaje y por ende debe desarrollar habilidades emocionales esenciales para la vida.

Como seres humanos nos es importante tener conocimientos de nuestras emociones como las de los demás para poder tener un mejor desarrollo de éstas.

La educación emocional tiene sus orígenes en los conceptos de inteligencia emocional, en la necesidad que ha ido desarrollado la humanidad de medir, desarrollar y optimizar la gestión emocional. Está orientada al desarrollo u optimización de las competencias emocionales tanto intra como interpersonales. (Machado, 2022, pág. 3)

Por ello, en la educación emocional se busca que se desarrollen competencias emocionales donde el alumno conozca sus emociones, comprenda su manera de sentirlas y actuar con los demás, al igual que reconozca las emociones que los demás presentan.

El termino educación emocional según Sánchez, Montero y Fuentes (2019) aparece por primera vez en la literatura psicopedagógica en 1966 en la revista Journal of Emotional Education, la cual fue publicada hasta 1973 por el Instituto de Psicología Aplicada de Nueva York. Para este momento la educación emocional era concebida como la aplicación educativa de los principios de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC), un tipo de psicoterapia de orientación cognitivo-conductual desarrollada por el psicólogo estadounidense Albert Ellis a mediados del siglo XIX. (Machado, 2022, p.3)

Es decir que, en la educación emocional, la psicología y la pedagogía se entrelazan para trabajar la parte emocional en los educandos en la que no solo se veía lo cognitivo sino también lo conductual; por ende, se le debe tomar una mayor importancia dentro del currículum académico.

El modelo de Bar-On, citado por Machado (2022) “habla sobre la inteligencia emocional y su desarrollo, es adaptable a programas de educación emocional, ya que trata de aspectos intra como interpersonal en la búsqueda del bienestar general” (p.4); es decir, que inteligencia y educación emocional se pueden acoplar ya que en ambas buscan el bienestar de los sujetos manejando los aspectos personales como la relación entre los demás individuos.

Dentro de la educación emocional se requiere que los alumnos desarrollen habilidades que son necesarias como menciona Goleman, citado por Machado, (2022) sobre la alfabetización emocional como una visión de la tarea que debe cumplir la escuela, convirtiéndose en un agente más concreto de la sociedad para asegurarse que los estudiantes desarrollen habilidades emocionales esenciales para la vida. (p.6)

Uno de los retos a los que se enfrenta la escuela moderna es el que se favorezca el desarrollo integral del niño dentro del aula, lo cual incluye la parte emocional, con lo cual se pretende el desarrollo del niño tanto a nivel físico, cognitivo y emocional.

Las teorías de la inteligencia emocional son un referente de la educación emocional, por ello, es necesaria su aplicación en el ámbito educativo.

Para Pérez y Pena (2011) la educación emocional “como el proceso educativo y preventivo articulado sobre programas cuyo cometido es desarrollar la inteligencia emocional y/o las competencias emocionales o socioemocionales” (p.1); por lo tanto, se pretende que los alumnos desarrollen habilidades emocionales con el objetivo de prevenir consecuencias dentro del ámbito educativo favoreciendo su aprendizaje.

La educación emocional deber ser un proceso continuo y permanente presente desde el nacimiento hasta lo largo de la vida adulta incluyéndole durante la educación infantil, es una innovación educativa que debe ser cubierta y contribuir a un mejor bienestar personal y social, la cual ha sido descuidada al tomarle más importancia a otros contenidos escolares o dejándoselo de tarea a la psicología.

Dentro de la educación emocional se deben realizar actividades que orienten al alumno a conocer y reconocer sus emociones, así como brindar herramientas, técnicas y estrategias que puedan aplicar los docentes frente a grupo.

Bisquerra (2005) menciona que la educación emocional tiene como objetivo el desarrollo de las competencias emocionales. Incluye los aspectos psicopedagógicos de fundamentación, análisis de necesidades, formulación de objetivos, diseño de

programas, aplicación de actividades, técnicas y estrategias metodológicas, evaluación de programas, etc. (Machado, 2022, pág. 6)

Así mismo, las instituciones educativas deben contar con maestros que tengan conocimientos sobre la educación emocional para que puedan brindar apoyo a sus alumnos ante las diversas circunstancias de la vida en la que se involucran sus emociones.

El propósito de la educación emocional según Bisquerra (2000) es el desarrollo de habilidades emocionales, lo que implica diseñar programas fundamentados en teorías para llevarlos a la práctica lo que requiere que las instituciones educativas dispongan de docentes debidamente preparados y materiales curriculares orientados hacia la educación emocional. (Machado, 2022, pág. 7)

Las emociones influyen en nuestra vida de dos maneras, la primera en nuestro estado anímico, es decir, en la predisposición que se tiene para aprender un tema lo cual involucra el proceso de aprendizaje de los niños y la segunda en la salud.

Recordemos que Bisquerra (2011) menciona que el bienestar emocional tiene dos dimensiones las cuales son la personal y la social, la sociedad influye en las personas positiva o negativamente, por ello las emociones positivas juegan un papel importante al momento de ayudar a los demás, cuando se está en un estado de ánimo positivo se está predispuesto a ayudar por ende deben aprenderse y poner en práctica las emociones positivas.

Se requiere que las instituciones se comprometan con el desarrollo de la educación emocional dentro de sus aulas acordes a su contexto a la optimización de competencias emocionales y sociales.

El Modelo de Fernández- Berrocal y Extremera, citado por Machado (2022) señalan la importancia que en las instituciones educativas se desarrollen contenidos destinados a la optimización de competencias emocionales y sociales en los estudiantes (p. 9); por ende, es necesario que dentro de las escuelas los educandos puedan contar con

conocimientos de las competencias emocionales y sociales que contribuyan en su desarrollo.

1.2 Explicación y Delimitación del Tema

Durante mi servicio social en el preescolar Margarita Morán Veliz en el año 2021 en la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz, me di cuenta de que las emociones se ven involucradas en el proceso de aprendizaje en los alumnos, debido a su desconocimiento y descontrol de ellas los alumnos no estuvieron atentos al tema que se les presentó en septiembre del mismo año.

Cuando un niño llegaba con miedo y/o llorando se mantenía la mayoría del tiempo así, no había algo con el cual se contentaría y contagiaba a sus demás compañeros los cuales también se ponían a llorar, a otros al escuchar el llanto de sus compañeros se desesperaban y se levantaban a cada rato de su lugar haciendo que no prestasen atención a la clase ni los demás podían prestar la debida atención para poder aprender. (Hernández, 2021, s/p)

El no controlar sus impulsos pueden llevar a los educandos a no saber cómo reaccionar ante las diversas situaciones que se les presentan, provocando con ello que sus demás compañeros se distraigan y contagien de las emociones que ellos están sintiendo en ese momento.

La educación preescolar es una etapa en la que las emociones de los propios alumnos influyen en su educación inicial, por ello, es importante que como docentes contemos con las herramientas necesarias para poder trabajar con ellos, ya que el peso de esta labor no solo debe caer en lo psicológico, sino que el docente coadyuva al desarrollo emocional, se trata de una labor en conjunto de diferentes agentes como su familia, el colectivo escolar, maestros y su contexto social; porque el alumno se presenta con sus emociones dentro el aula y no las hace a un lado al entrar al salón y se olvida de ellas.

Si los alumnos tienen una educación emocional adecuada, desarrollarán sus emociones de una manera eficaz, lo cual les beneficiará en su aprendizaje, al tener ese interés por aprender y prestar atención al tema que se les da en ese momento.

Para tener una visión más completa de la calidad educativa, es necesario tener en cuenta el contexto emocional de los niños, en el cual ellos se desarrollan y en el que uno de los retos de la escuela actual es favorecer el desarrollo integral del niño, esto implica que su progreso se va a llevar a cabo de manera global en la que crece de manera física, cognitiva, social y emocional.

Bisquerra, citado por Caballero (2007) plantea que:

Por eso hay una conciencia social, cada vez más en aumento, de que es importante que logremos las competencias emocionales que los niños requieren. Y para ello, qué mejor que tener una buena educación emocional, una educación para la vida (personal, social, familiar, profesional, etc.) que nos proporcione mayor bienestar subjetivo, salud física y mental, mayores dosis de felicidad, y con ello, mayor bienestar social y calidad de vida. (s/p)

Así como el reconocer que los alumnos de nivel preescolar son sujetos capaces de pensar, reflexionar, comprender el mundo, comunicar sus ideas y construir aprendizajes a partir de sus experiencias.

La educación emocional es una parte esencial de la educación de cualquier persona y en especial, de los niños. Para conseguir ser emocionalmente competentes se requiere práctica continua, por lo que este tipo de aprendizaje debe iniciarse en los primeros años de vida y estar presente durante toda ella.

La educación emocional debe ser un proceso continuo y permanente, presente en el desarrollo de todo el currículum académico y en la formación a lo largo de la vida, por ello sus implicaciones educativas pueden ubicarse tanto en el plano de la educación formal como informal. (Vivas, 2003 p. 9)

Existen diversos elementos como el entorno del hogar, el nivel académico de los padres y su situación económica; problemas de comunicación entre los padres e hijos, la infraestructura de la escuela, los cuales pueden ser factores determinantes para que el aprendizaje de los alumnos sea menor y que sus emociones se vean involucradas en dicho proceso educativo, afectando no solo el aspecto social sino también en lo cognitivo.

Elegí este tema porque considero importante conocer las emociones en nivel de preescolar, ya que muchos de los niños no saben cómo reaccionar ante ciertas circunstancias expresando enojo, ira, tristeza e incluso felicidad; es por ello que, hay que identificar las causas y efectos de los estados emocionales, debido a que estos son fundamentales y van formando parte de la personalidad de los niños, el que ellos tengan un autocontrol sobre ellas, que desarrollen una empatía con los demás, fortaleciendo su desarrollo integral como alumno, lo cual se puede lograr si se lleva a cabo la educación emocional, si como docentes aprendemos a cómo manejarlas y se le da la importancia que se merece.

Por ello, las emociones son parte de la interacción decisiva de los seres humanos con el medio ambiente y su entorno, las cuales guían, dirigen y algunas veces desorganizan la acción; por lo cual estas influyen en las relaciones personales.

Es importante que como docentes tengamos las herramientas necesarias para lograr el desarrollo correcto de dichas emociones dentro del aula, que aprendamos a identificarlas, ya que, muchas veces los niños pueden llegar enojados de sus casas al aula, debido a problemas familiares provocando que el niño presente problemas de conducta contra sus compañeros como el ser agresivo; de igual forma puede llegar triste, no querer hacer absolutamente nada; por ello es necesario conocer a nuestros alumnos para así poder contribuir en su desarrollo emocional y mejorar su aprendizaje.

Dentro de la educación en preescolar es fundamental que los niños aprendan a regular sus emociones para poder mantener una socialización dentro y fuera de la escuela, así como el respetar las reglas, el actuar con iniciativa y autonomía, pero sobre todo

que ellos puedan resolver conflictos a través del dialogo, siendo esta etapa uno de los periodos más importantes para ellos ya que pueden reconocer, demostrar e identificar cada una de sus emociones.

Es imprescindible conocer sobre las emociones, saber quiénes hablan de ellas y así poder tener un sustento teórico, una base que nos ayude como maestros a fortalecer en el alumno el conocimiento y regulación de sus emociones para potenciar su desarrollo emocional para que tengan un mejor aprendizaje.

Por ende, su conocimiento es de suma importancia dentro de la pedagogía; ya que toda la base de la educación empieza desde preescolar, ahí es cuando el niño se va formando y empieza a experimentar más frecuentemente todas y cada una de estas emociones.

Los docentes deben tener cierto conocimiento acerca de lo que le sucede al alumno, comprenderlo, saber cómo poder ayudarlo y enseñarle a afrontar dichas situaciones; contar con herramientas que podamos aplicar dentro de las aulas con los alumnos.

A partir del análisis realizado surgen las siguientes interrogantes:

1. ¿Qué es la educación emocional?
2. ¿Cómo afectan las emociones a los niños de nivel preescolar?
3. ¿Cómo se originan las emociones en el niño de preescolar?
4. ¿Qué consecuencias negativas o positivas tienen para el niño el desarrollo de las emociones?
5. ¿Qué dice el plan 2017 para trabajar la educación emocional?
6. ¿Qué influencias tiene el contexto social en el desarrollo de las emociones?
7. ¿Cuál es el papel del docente en la educación emocional?

8. ¿Qué herramientas favorecen el desarrollo de la educación emocional?

Estas interrogantes serán respondidas a lo largo de este trabajo de monografía. Así mismo, se pretende que el lector conozca la información sobre cómo las emociones afectan el aprendizaje en los alumnos de nivel preescolar y que el docente cuente con herramientas que le apoyen en su labor.

1.3 Justificación

Esta investigación es importante dentro de la Pedagogía debido a que como docentes debemos conocer y comprender a nuestros alumnos, tener las herramientas necesarias para poder trabajar con ellos y así mejorar el aprendizaje en los niños de nivel preescolar; con esta investigación se pretende lograr promover la educación emocional dentro de las aulas para un mejor aprendizaje en los alumnos de jardín de infancia.

La primera matriz de formación humana es el afecto materno, cuyo suplemento y relevo posterior en la sociedad moderna es la comprensión afectuosa del maestro. La afectividad consciente, la motivación, el interés, la buena disposición, los estímulos positivos, la empatía son variaciones pedagógicas del principio que articula la cabeza con el corazón, la razón con el sentimiento, lo cognitivo con lo afectivo. (Vivas, 2003, p. 5)

Las emociones afectan el aprendizaje porque influyen en la comunicación, la atención y la memoria, siendo estas necesarias para su desarrollo personal, social y cognitivo, para lo cual se requiere que el alumno tenga un autoconocimiento y autorregulación para manejarlas. En los tiempos actuales dentro del plan de los aprendizajes claves se demanda que se enfoque la educación hacia una visión más humanista que incluya tanto aspectos cognitivos como emocionales y éticos.

Desde el reconocimiento de los factores afectivos y motivacionales en el proceso de aprendizaje: las investigaciones han demostrado el papel que juegan las actitudes positivas, de aceptación y autoeficacia, que favorecen el control emocional y la

realización de las tareas académicas con mayores expectativas de logro. (Vivas, 2003, p. 6)

Es importante que los niños se desenvuelvan dentro de un ambiente armónico donde puedan desarrollar y expresar sus emociones sin que éstas les afecten en su desarrollo social y/o académico, por ende, es necesaria la educación emocional para promover un mejor aprendizaje logrando competencias emocionales que los niños necesitan.

Bisquerra, citado por Caballero (2007) explica que:

Por eso hay una conciencia social, cada vez más en aumento, de que es importante que logremos las competencias emocionales que los niños requieren. Y para ello, qué mejor que tener una buena educación emocional, una educación para la vida (personal, social, familiar, profesional, etc.) que nos proporcione mayor bienestar subjetivo, salud física y mental, mayores dosis de felicidad, y con ello, mayor bienestar social y calidad de vida. (s/p)

El motivo por el cual me interesé en abordar el tema de la educación emocional para un mejor aprendizaje en alumnos de segundo grado de preescolar fue a partir de la observación en mi servicio social, en donde la falta de una educación emocional se hacía presente ocasionando que los niños no estuvieran atentos al tema presentado provocándoles dificultades para aprender bien, si un niño se siente seguro en la escuela puede aprender mejor y tiene una mayor disponibilidad para aprender.

Esta problemática observada me despertó el interés por realizar una investigación documental para conocer con profundidad la temática para estar en condiciones de delinear en el futuro posibles estrategias de solución.

La finalidad de esta monografía es analizar y reflexionar cómo las emociones influyen en el aprendizaje de los niños, plantear actividades y/o estrategias que el docente pueda aplicar dentro del aula para promover la educación emocional para un mejor aprendizaje.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Reflexionar cómo la educación emocional contribuye para mejorar el aprendizaje de los alumnos en preescolar

1.4.2 Objetivos específicos

- Describir la educación emocional para un mejor aprendizaje
- Identificar qué emociones presentan los niños dentro del aula y que afectan su aprendizaje
- Explicar cómo las emociones afectan en el desarrollo de los niños a nivel preescolar.
- Comparar el papel de la educación emocional en las propuestas curriculares 2017 y 2022
- Exponer estrategias para favorecer la educación emocional

CAPÍTULO II

FUNDAMENTOS TEÓRICO-METODOLÓGICOS

2.1 Enfoque o Perspectiva de Análisis a Partir de la Cual se Estudia el Problema

El presente trabajo de investigación es una monografía documental sobre “La educación emocional para un mejor aprendizaje en alumnos de segundo de preescolar” desde un enfoque pedagógico basado en una perspectiva humanista, donde el alumno no solo requiere de procesos cognitivos sino también emocionales.

La perspectiva del Plan de Aprendizajes Claves y la Nueva Escuela Mexicana se complementan buscando que los niños puedan no solo desarrollar habilidades y conocimientos, sino también lo afectivo y emocional para su interacción con las demás personas ya que se conectan con su desarrollo físico, afectivo, mental y lingüístico desde un enfoque humanista.

Los tiempos actuales demandan enfocar la educación desde una visión humanista, que se coloque en el centro del esfuerzo formativo, tanto a las personas como a las relaciones humanas y al medio en el que habitamos. Ello implica considerar una serie de valores para orientar los contenidos y procedimientos formativos y curriculares de cada contexto y sistema educativo. (SEP, 2017 p.303)

Por lo tanto, se analizará cómo la falta de una educación emocional afecta el aprendizaje de los alumnos y la necesidad de ella en el proceso de enseñanza-aprendizaje desde una edad temprana. Me parece pertinente y necesario desarrollar esta investigación sobre la educación emocional para que pueda contar con información clara y precisa.

La Nueva Escuela Mexicana (SEP, 2022) nos habla de lo humano y lo comunitario donde se alude a las emociones de los estudiantes, las cuales se construyen en las interacciones con otras personas dentro de su entorno social dándose una construcción personal y social en la que desde sus primeros años gocen de un mayor

bienestar, es decir se busca que desde la educación preescolar los alumnos tengan conocimientos significativos, que vayan construyendo su identidad en la que hay una conexión con lo afectivo, personal y lo social.

Bisquerra, como se citó en Caballero (2007) menciona que hay una conciencia social, en la cual es importante que los niños logren competencias emocionales requeridas. Para ello es necesario tener una buena educación emocional, una educación para la vida personal, social, familiar, profesional etc; la cual proporcione un mayor bienestar subjetivo que consiste en gran medida en experimentar emociones positivas, se sienta a gusto con la vida que lleva, disfrutar de salud física y mental, comodidad social y calidad de vida.

2.2 Metodología de Investigación

Este trabajo es una monografía documental que se lleva a cabo mediante una investigación la cual se concluye con resultados obtenidos del análisis de diversos documentos.

La monografía, se define como un documento resultado de una investigación documental terminada donde se analizan, sintetiza e integran los resultados de investigaciones publicadas o no reportadas, sobre una temática específica en el campo científico, tecnológico, humanístico o de diferentes fenómenos de orden históricos, psicológicos, sociológicos, entre otros. (Corona, 2015, p. 2)

La presente investigación se llevó a cabo con la búsqueda, análisis e interpretación de los datos recabados de diferentes fuentes de internet, documentos, libros, de los cuales se verificó su autenticidad corroborando su ISBN e ISSN.

Tamayo y Tamayo, citado por Martin y Lafuente (2017) mencionan que la investigación documental es: “la que se realiza con base a la revisión de documentos, manuales, revistas, periódicos, actas científicas, conclusiones de simposios y seminarios y/o cualquier tipo de publicación considerado como fuente de información”. (p.11); por lo

tanto, se hizo un análisis de la información recabada de diversos documentos como revistas, libros, sitios web entre otros de diversos autores que hablan sobre el tema.

Las técnicas para la recolección de información fueron por medio de la elaboración de citas textuales, de parafraseo, subrayado.

- **Cita textual**

Con las citas se hace un mayor énfasis sobre la información recabada la cual se complementa con las ideas de otros autores que han investigado sobre este tema. Sánchez (2020) menciona que: “son consideradas citas textuales, dónde reproduces exactamente las palabras del autor”. (s/p)

- **Parafraseo**

En este caso se hace con el fin de explicar la información recabada usando mis palabras para facilitar la comprensión del texto. Sánchez (2020) dice que: “Son consideradas citas parafraseadas cuando cuentas, en tus propias palabras, las ideas de otro autor”. (s/p)

- **Subrayado**

Con esta técnica, se fueron resaltando determinadas frases durante la lectura de los diferentes textos encontrados para profundizar en ellos, las cuales son clave dentro de esta investigación. Según Tierno, como se citó en Enríquez et al., (2003), el subrayado es toda marca que se realiza en un texto durante su estudio, para resaltar ideas u otros aspectos. El fin del subrayado es destacar las ideas básicas para no memorizar un texto más amplio.

- **Notas al margen**

Se realizaron para repensar en la redacción de esta investigación, analizando la información y poder expresarla de una manera más clara.

Se entiende por notas al margen a la palabra o expresión que se escribe al lado izquierdo del tema de estudio y que sintetiza las ideas principales del texto. En ellas, se expresa, con apenas un par de palabras, la idea fundamental del mismo. Además, las notas marginales permiten elaborar un índice personal de los pasajes más relevantes de un texto. (Enríquez et al., 2015, p.8)

- **Fichero**

Al encontrar la información sobre el tema me fue necesario tener los datos de los autores que investigué para poder redactar la bibliografía

Esta técnica consiste en la elaboración de tarjetas de cartulina blanca o papel bond, según el uso que se les quiera dar. Esta técnica permite realizar el estudio en forma ordenada y tener a la mano los datos que se van obteniendo. (Enríquez et al., 2015, p.8)

- **Aplicación de WhatsApp**

Al tener las ligas de los archivos, creé un grupo de WhatsApp por cada capítulo de esta monografía donde solo estaba yo, ahí guardé los archivos para así poderlos revisar y elaborar mis anotaciones de la investigación que realicé, incluyendo fotos, referencias bibliográficas, avances de la investigación y correcciones de esta.

Cervantes y Alvites (2021) afirman que: En cuanto a las funcionalidades académicas que posee el WhatsApp se destacan el poder implementar chats grupal e individual, mensajería instantánea, mensajes de voz, llamadas y videollamadas, y compartir documentos, fotos, imágenes, videos, audios, vincular páginas. (p.7); es decir que esta aplicación tiene un uso dentro del campo educativo el cual nos permite guardar los documentos, enlaces, fotografías, etc.; de la información que se investigó para la redacción de esta monografía.

El procedimiento que llevé a cabo para la elaboración de esta monografía fue la siguiente:

- Primero seleccioné e investigué información sobre el tema de la educación emocional y su implicación en el proceso de enseñanza-aprendizaje en los alumnos de educación preescolar y los efectos al no tener una educación emocional.
- Después formulé preguntas referentes al tema, investigué a diferentes teóricos que hablan sobre la evolución conceptual del tema y los lineamientos del plan de estudios de la SEP.
- Elaboré un esquema con ideas fundamentales para mi investigación por medio de un diagrama ordenado por capítulos y temas a desarrollar. Ahumada, como se citó en Sánchez (2003) menciona que: “el esquema es la expresión gráfica del subrayado. Como tal, contiene de forma sintetizada las ideas principales, las ideas secundarias y los detalles del texto”.
- Por medio de la elaboración de fichas bibliográficas, resúmenes, WhatsApp, subrayado, notas al margen, entre otros se llevó a cabo la búsqueda y análisis de la información.
- Realicé un análisis de la información de dicho tema sobre la educación emocional e importancia de estos para un mejor aprendizaje en los alumnos, con ella empecé a elaborar los capítulos de esta investigación, al término de ellos elaboré las conclusiones.

CAPÍTULO III

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y SUS EFECTOS EN EL APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS EN PRESCOLAR

La educación emocional es necesaria e importante dentro de la educación por ende debería ser valiosa como otra materia fundamental a lo largo de todo el curriculum. Como todo ser humano tenemos emociones desde una edad temprana las cuales debemos saber manejarlas para que estas no nos traigan consecuencias en lo personal, en lo social y en lo cognitivo.

Para ello, es necesario que tanto docentes como alumnos tengan un conocimiento sobre las emociones y sus efectos en el aprendizaje de los alumnos, saber qué son las emociones y cómo estas se clasifican; aprender a regularlas va a beneficiar a los educandos en su proceso de aprendizaje, es decir se necesita una educación del afecto.

Es por eso, que en este capítulo se explica qué es la educación emocional, qué son las emociones, tipos de emociones y cómo estas influyen en el aprendizaje de los niños de preescolar.

3.1 La Educación Emocional

La educación emocional, pone énfasis en el reconocimiento de las propias emociones y la autorregulación de estas, con el fin de favorecer el aprendizaje, en la medida en la que se beneficie la educación emocional se va a promover una mejor enseñanza en los alumnos, recordemos que si un niño llega interesado por estudiar un contenido al niño le va a ser más fácil poderlo comprender.

En los Aprendizajes Claves de la SEP (2017) se explica: “múltiples investigaciones demuestran que la Educación Socioemocional contribuye a que los estudiantes alcancen sus metas; establezcan relaciones sanas entre ellos, con su familia y comunidad; y mejoren su rendimiento académico” (p.304); es decir, que si se lleva a

cabo una educación emocional se va a promover un mejor aprendizaje en los educandos.

Por su parte, Bisquerra, citado por Vivas (2003) señala los principios de la educación emocional, la cual debe entenderse como un proceso de desarrollo humano que abarca tanto lo personal como lo social e implica cambios en las estructuras cognitiva, actitudinal y procedimental; debe ser un proceso continuo y constante a lo largo del currículum escolar para que se constituya en una formación permanente de los educandos.

Es fundamental promover en las escuelas la educación emocional, con el fin de que los estudiantes puedan afrontar de una mejor manera las diversas situaciones que se plantean en la vida cotidiana, con ello se mejora su bienestar personal y social; al respecto, Fernández-Berrocal y Ruiz, citados por García (2012) explican que:

Esta relación, razón-emoción posibilita generar la capacidad adaptativa de la persona, cuya manifestación concreta se aprecia en el poder dar respuestas y soluciones, de manera eficaz, a los problemas que se presentan ligados a las relaciones interpersonales y las conductas disruptivas, propiciando en cambio el bienestar psicológico y el rendimiento académico. (p.8)

Se debe recordar que los niños cuando ingresan al preescolar vienen con aprendizajes que han sido influenciados por: a) Características particulares de su familia, b) Lugar que ocupa por el orden de nacimiento y c) Experiencias de socialización con las personas de su contexto sociocultural.

García (2011) menciona que: “Al punto que las emociones son determinantes para facilitar u obstaculizar dichos aprendizajes, los cuales a su vez están determinados por los intereses o necesidades del sujeto, en razón de su interacción con el entorno”. (p.13)

Es necesario que dentro del ámbito educativo se lleve a cabo una educación emocional para mejorar el aprendizaje en los alumnos donde los docentes impartan información sobre éstas. Bisquerra citado por Vivas (2003) señala que:

La educación emocional supone pasar de la educación afectiva a la educación del afecto. Hasta ahora la dimensión afectiva en educación o educación afectiva se ha entendido como educar poniendo afecto en el proceso educativo. Ahora se trata de educar el afecto, es decir, de impartir conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones. (p.4)

Es decir, tanto docentes como educandos deben trabajar con las conceptualizaciones y estrategias prácticas sobre el manejo de las emociones, además de los contenidos de las otras asignaturas del curriculum educativo.

Por otra parte, Repetto, citado por Ortega (2017) destaca que: “La relevancia de favorecer el desarrollo del aprendizaje socioemocional es que, además del valor intrínseco que posee para el desarrollo integral del individuo, los estudios muestran que tiene un efecto directo en el éxito académico” (p.10); por ende, las emociones tienen efectos en el desarrollo del aprendizaje de los alumnos.

Por ello, la escuela contribuye en la formación de la personalidad del educando debido a que los alumnos pasan un tiempo considerable en las aulas, generándose en ellas las herramientas que les ayudan a desenvolverse dentro y fuera de las escuelas no solo en el ámbito académico sino también en lo emocional.

La educación emocional es esencial desde el nivel preescolar siendo esta la base de toda educación y es donde los niños empiezan a conocer sus emociones, a interaccionar con sus demás compañeros, van formando sus aprendizajes para un futuro, es decir que desde pequeños se va moldeando su identidad con aspectos cognitivos, emocionales y sociales buscando su bienestar como se expresa en los aprendizajes claves para la educación integral:

El bienestar del estudiante, clave para el logro de aprendizajes relevantes y sustentables, requiere de la sinergia entre los aspectos cognitivos, emocionales y sociales, fortaleciendo la idea de que la persona y la personalidad no son divisibles en partes abstraídas del conjunto. (SEP, 2017 p. 96)

Cuando un alumno siente el interés por aprender participa más, su cerebro procesa más información, por ello la importancia de dicha educación, en la que se escuche a los estudiantes para que ellos se sientan felices y cómodos de poderse expresar y que con ello se beneficie su aprendizaje, recordemos que todo docente tiene un gran poder en alumno, por ende, el maestro debe contar con dicho conocimiento de ellas para lograr el bienestar del educando,

El desarrollo y comprensión de las emociones en los niños es un proceso continuo y gradual de aprendizaje en el que va de las emociones simples a las complejas. Los niños van cambiando sus estrategias para poder hacer frente a las distintas experiencias a través del control de las emociones, pues el niño se enfrenta mejor a sus emociones a medida que va comprendiendo sus causas. (Dueñas, 2002 p.11)

Dentro de las escuelas se les debe proporcionar a los niños una educación emocional continua y permanente donde se les dote de herramientas necesarias para poder enfrentarse a las diversas situaciones en las que se ven involucrado su aprendizaje y las emociones tanto simples como complejas, el educando va logrando el control de ellas por medio de las experiencias que va teniendo a lo largo de su vida diaria.

3.2 ¿Qué son las Emociones?

Las emociones son parte de todo ser humano desde que nacemos las cuales nos acompañan durante nuestra vida, como menciona Bisquerra citado por López (2005) son: “Un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (p.5); es decir, las emociones se producen ante las diversas situaciones a las que nos enfrentamos,

cuando percibimos un objeto, una persona, un lugar o el suceso de un recuerdo importante.

Para Salguero y Panduro (2001) “las emociones se describen como situaciones agradables o desagradables, como excitación o relajación. Siendo un poco más particulares se han descrito como alegría o tristeza, aprobación o disgusto, cólera o miedo, sorpresa o anticipación” (p.3); por ende, las emociones nos son o no agradables las cuales corresponden a una situación por la que pasamos.

Las emociones son respuestas que se generan en nuestros cuerpos las cuales pueden ser un sentimiento, como menciona Goleman (1996): “el término emoción se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan”. (p.242)

Las emociones nos dan un resultado ya sea positivo, negativo o neutro acorde a la situación vivida, al igual que van acompañadas de sentimientos como nos menciona Retana (2012) que las emociones son eventos de carácter biológico y cognitivo. Las cuales se pueden clasificar en emociones positivas cuando se acompañan de sentimientos placenteros, negativas cuando son desagradables y neutras en las que no van acompañadas por ningún sentimiento. Las positivas son beneficiosas y éstas son: felicidad, amor; las negativas perciben una situación de amenaza las cuales son el miedo, la ira, la tristeza, entre otras, por eso cada emoción trae consigo un efecto en nuestro cuerpo y en nuestra mente.

Bisquerra (2011) menciona que las emociones positivas se experimentan cuando se logran los objetivos propuestos, por ende, cuando hemos logrado nuestros propósitos sentimos emociones positivas; es decir, en la medida que los seres humanos alcanzamos nuestras metas se generan emociones positivas como la alegría que producen bienestar.

Este autor también señala que las emociones positivas constituyen un proceso de aprendizaje que tiene repercusiones para el crecimiento y la maduración personal, así

mismo amplían el campo visual y el foco de atención, generan un pensamiento más flexible y creativo. También aumentan los recursos intelectuales, promueven el pensamiento creativo, facilitan la solución de problemas, la toma de decisiones, aumentan el rendimiento cognitivo; es decir, que las emociones positivas tienen efectos sobre la cognición por ello, la importancia de la educación emocional dentro de todo el currículum y de ponerla en práctica desde el nivel preescolar.

Las emociones negativas son inevitables, por ello, es importante que los alumnos aprendan a regularlas para evitar efectos negativos buscando fortalecer o aprender las emociones positivas que van a beneficiarle en diferentes aspectos no solo el cognitivo, sino también en cuanto a su salud, en los elementos bioquímicos de su cerebro, que incluyen la secreción de hormonas y neurotransmisores que activan la secreción de sustancias bioquímicas en el cerebro que son las que producen la sensación de bienestar y además son saludables al organismo.

Por ello, es necesario y de importancia comprender las emociones para poder ayudar a los niños en su desarrollo en el preescolar, empezando por las emociones más complejas como son el enojo, amor y odio.

Bisquerra (2011) menciona que las emociones positivas tienen efectos duraderos en los alumnos, pone en acción recursos personales que se acumulan y en futuro los pueden usar para controlar situaciones de amenaza, producen sensaciones agradables y satisfactorias, por ende, tienen efectos positivos en diversos aspectos de la vida incluyendo lo educativo y social, amplían el pensamiento y la acción.

También aumentan los recursos intelectuales, promueve el pensamiento creativo, facilita la solución de problemas, la toma de decisiones, aumentan el rendimiento cognitivo, eso quiere decir que las emociones positivas tienen efectos sobre la cognición.

Las emociones básicas que primero debe aprender a reconocer y regular el niño de preescolar son: el miedo, la tristeza, la felicidad y el enojo, que son parte normal e inevitable de todas las personas y las cuales a continuación se explicarán.

Tabla 1: Emociones básicas en preescolar de acuerdo con Bisquerra (2001)

Miedo	Se activa cuando una persona siente una amenaza hacia ellos, trayendo con ella consecuencias positivas como negativas.
Tristeza	Dicha emoción se da por cualquier tipo de pérdida, ya sea de personas, animales, cosas, ilusiones, esperanzas u objetivos provocando el llanto, dolor, angustia y desesperación.
Felicidad	Es la capacidad de disfrute de las cosas, de bienestar, estar contento y alegre.
Enojo	Puede manifestarse por diversos motivos en el niño como el que le agarren sus cosas sin permiso, rechazo, agresión, etcétera; provocando conductas tales como sensaciones de irritación, furia o rabia.
Amor	Es el afecto que se siente hacia los demás, amigos, familiares, animales cosas materiales o ideas.

Dichas emociones están presentes a lo largo de toda nuestra vida y cada una de ellas tiene un efecto positivo o negativo dentro del proceso de aprendizaje de los alumnos de las cuales es necesario que se tenga un concepto de ellas.

3.3 La Educación Emocional y sus Efectos en el Niño Preescolar

La educación emocional debe ser considerada como una parte importante y necesaria dentro de la educación y a lo largo del proceso educativo ya que esto les va a servir a los niños a lo largo de su vida, en el fomento de una personalidad integral y desarrollo humano.

Así mismo, debe ser continua y permanente a lo largo del curriculum académico, abarcarse desde la educación preescolar hasta la superior, para que los alumnos adquieran un conocimiento de sus emociones, las identifiquen, las regulen, eviten efectos negativos y generen emociones positivas las cuales les permitan relacionarse con los demás de manera positiva.

Para el desarrollo de la personalidad integral de los sujetos es necesaria una educación emocional en la que se eduque a los sentimientos, fomente y recupere la capacidad de identificarlos, además de expresarlos de manera auténtica, la educación emocional debe ser flexible, estar sujeta a revisión y evaluación permanente.

La etapa escolar es donde se produce un mayor progreso de la regulación de las emociones, las cuales influyen en la configuración de la personalidad de los niños que contribuyen a la función comunicativa y favorece la interacción social.

Si los niños conocen qué son las emociones aprenderán a dominarlas de manera constructiva, por ello es necesario que el docente cuente con herramientas o estrategias para trabajar las emociones, por ende, debe presentarse a lo largo del curriculum académico. Por ello, se entiende a la educación emocional como un elemento imprescindible para una personalidad integral.

Como menciona Dueñas (2002) la importancia del control y la regulación de las emociones surge de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales ya que de lo contrario tendría consecuencias negativas tanto a nivel personal como en lo social (p. 11), por ende, las personas requieren tener

sentimientos de bienestar y estabilidad emocional ya que hay emociones como la ira, el miedo, el estrés, etcétera, que tienen efectos directos en su salud causando diversas enfermedades en ellos.

Si para nosotros como adultos nos es difícil manejar nuestras emociones, lo es mucho más para los niños, pues muchas veces no saben definir lo que sienten o lo que está pasando consigo mismos; apenas están en una etapa de autodescubrimiento. Por tal razón, es importante que los niños aprendan a reconocer sus emociones, a aceptarlas como parte normal de su vida cotidiana.

Steiner y Perry citado por Vivas (2003) menciona que la educación emocional debe dirigirse al desarrollo de tres capacidades básicas: la capacidad para comprender las emociones, la capacidad para expresarlas de una manera productiva y la capacidad para escuchar a los demás respecto de sus emociones (p.4)”; es decir que se necesita tener la habilidad de comprender las emociones para así poder entender las de los demás, saber cómo expresarlas y escuchar.

En conclusión, la educación emocional debe ser continua y permanente a lo largo del curriculum académico, es esencial desde el nivel preescolar ya que ésta es la base de toda educación; asimismo, se requiere generar procesos educativos para que aprendan a reconocer sus emociones y la autorregulación de éstas dentro de las escuelas para favorecer el aprendizaje de los niños, contribuyendo al logro de metas.

Las emociones juegan un papel importante dentro de la educación teniendo un efecto positivo o negativo en el aprendizaje de los educandos, por ello, es necesario que los alumnos conozcan sus emociones y aprendan a dominarlas mediante el uso de diversas herramientas o estrategias, favoreciendo una relación sana con su entorno, buscando su bienestar personal, social y cognitivo, con el fin de que puedan afrontar de una mejor manera los retos que se le presentan en la vida.

CAPÍTULO IV

LA INFLUENCIA DE LAS EMOCIONES EN EL APRENDIZAJE DEL NIÑO PREESCOLAR

El mundo en el que vivimos hoy en día requiere de una educación emocional que se lleve a cabo dentro de las instituciones educativas desde una etapa preescolar, donde se les enseñe a los educandos a tener un autocontrol y regulación de las emociones para favorecer su aprendizaje.

Las emociones tienen un efecto en cada una de las personas, son indisociables de todo sujeto, nacemos con ellas y es necesario que como docentes contemos con las herramientas necesarias para llevar a cabo la educación emocional, así como también lo es para los alumnos, su conocimiento es importante como cualquier otra materia dentro del currículum académico.

El presente capítulo tiene la finalidad de explicar cómo las emociones afectan el aprendizaje de los niños en preescolar, la etapa del desarrollo emocional en preescolar, los efectos que éstas tienen en ellos, la educación emocional en la familia y el papel del docente.

4.1 Influencia de las Emociones para un Mejor Aprendizaje en los Alumnos de Nivel Preescolar

Las emociones son parte inherente de todo ser humano, nacemos con ellas y estarán presentes a lo largo de nuestra vida, por ende, están presentes dentro de las escuelas, por lo cual es necesario que los docentes impartan una educación emocional para favorecer el aprendizaje de los alumnos.

La educación emocional tiene una relevancia dentro del ámbito educativo en el desarrollo pleno e integral del ser humano, por lo que debe llevarse a cabo dicha educación dentro de las escuelas como mencionan García-Marín, P., Casabella, M., citado por Peña (2021) “Como apuntan los especialistas, la educación emocional es

muy importante para el desarrollo de los niños y debe brindarse en las escuelas desde el nivel preescolar de manera sistemática”. (p.8)

Por ello la importancia de llevar a cabo una educación emocional dentro de las aulas desde una edad preescolar, en la que los alumnos aprendan a manejar sus emociones para ser más competentes de manera interpersonal como intrapersonal y que puedan enfrentarse a los retos que se le presentan en la vida diaria.

Bisquerra, citado por Peña (2021) menciona que:

Desarrollar competencias tanto académicas como socioemocionales en nuestros niños y niñas es un hecho innegable, lo importante aquí es cómo trabajar en las escuelas y lograr la sinergia entre dichas competencias, sin dejar de lado los ritmos y procesos de aprendizaje propio de los niños para no caer en la yuxtaposición de competencias, donde muchas veces prima los conocimientos académicos, por encima de los socioemocionales. (p.2)

Es por ello la importancia de que en las escuelas no solo se vean contenidos académicos, sino también que se dé una educación emocional que parta desde etapas tempranas de la vida, la cual le a servir para toda la vida favoreciendo al educando no solo en lo social sino también en su aprendizaje.

Grimaldo, M. y Merino-Soto, citado por Peña (2021) mencionan que: “los estudiantes a nivel preescolar evidencian una mejor interrelación a nivel personal y social al manejar sus emociones de manera asertiva después de participar en programas de educación emocional” (p.11), es decir, que si se lleva a cabo dicha educación desde el nivel preescolar los educandos van a contar con los instrumentos necesarios para el manejo de sus emociones de manera asertiva. Por consiguiente, las emociones tienen un papel importante dentro del aprendizaje de los niños, si se da dicha educación se van a beneficiar en lo emocional, social, afectivo y cognitivo del educando.

Recordemos que el niño llega a la escuela influenciado por su contexto, ya que hay variables internas y externas con las que interactúa e influyen en él; si el alumno se siente motivado por aprender y cumplir sus metas se verán animados por lograrlas; por lo tanto, es sumamente importante favorecer sistemáticamente la educación emocional dentro de las aulas para que el educando comprenda sus emociones, las exprese de manera productiva y además que entienda las de los demás.

Se pretende que los alumnos adquieran confianza en sí mismos, que se den cuenta que son capaces de aprender, de enfrentar y resolver situaciones con una mayor autonomía, comprendan su mundo emocional y poder autorregularlo, desarrollen habilidades emocionales que beneficien su aprendizaje.

López (2005) menciona que:

Las emociones intervienen en todos los procesos evolutivos: en el desarrollo de la comunicación, en el conocimiento social, en el procesamiento de la información, en el apego, en el desarrollo moral, etc. Además de ser la principal fuente de las decisiones que tomamos diariamente. (p. 3)

Las emociones tienen influencia en todo el proceso educativo en diversos ámbitos las cuales también tienen que ver con la toma de nuestras decisiones a diario y para ello es necesario que los alumnos cuenten con las herramientas necesarias para poder manejarlas.

Por otra parte, Sroufe, citado por Ribes et al., (2005) menciona que: “Diferentes investigaciones respecto al papel cognitivo de las emociones demuestran que el desarrollo emocional y el cognitivo progresan paralelamente (p. 2)”; es decir, que el intelecto se desarrolla al mismo tiempo que lo emocional, por ello la importancia de dicha educación emocional dentro de todo el curriculum académico.

4.2 Etapa del Desarrollo Emocional en Preescolar (3-6 años)

En la etapa preescolar es donde se dan grandes avances en el aprendizaje de los educandos en diversas áreas, en especial en los aspectos socioemocionales, ya que los niños son más verbales y reflexivos, por ello la importancia de la educación emocional desde una edad temprana.

Cepa et al., citados por Peña (2021) menciona que:

Esto es así, pues diversos estudios dan cuenta que es muy beneficioso desarrollar aspectos relacionados con la educación de las emociones desde los primeros años de vida, ya que les permitirá identificar emociones, describirlas y educarlas lo cual será de gran beneficio en su vida futura. (p. 11)

Es fundamental, que se aprenda a controlar las emociones desde una edad temprana entre los tres y los seis años de edad mediante una regulación emocional, en la que los niños adquieran la capacidad de tener un control de sus emociones, de identificar sus emociones y la de los demás, a través de la educación emocional.

A esta edad también se observa una creciente capacidad de empatía con otros y sus relaciones con pares son más duradera. Aunque son capaces de identificar emociones propias y de los demás, tienen problemas para controlar emociones intensas, como el miedo, la ira y la frustración. (Villanueva et al., 2011, p.7)

Con la educación emocional se busca un mejor aprendizaje en los educandos dentro de las aulas, que se lleve a cabo como otra materia de importancia dentro del currículo académico, favoreciendo su desarrollo personal y social.

López (2007) presenta un programa de educación emocional para niños de 3 a 6 años, destacando aspectos esenciales de las emociones en su desarrollo, los cuales son: beneficiar la capacidad de comprender y regular las propias emociones, fomentar actitudes de respeto, tolerancia y prosocialidad, favorecer la calidad y cantidad de interacciones del grupo, desarrollar una mayor competencia emocional en las

relaciones sociales, la tolerancia a la frustración y el control de la impulsividad, potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo, favorecer una mayor competencia emocional en el ámbito social; es decir, que con este programa los educandos desarrollen ciertas habilidades que le serán necesarias para la regulación de las emociones en lo personal y lo social.

La etapa de preescolar o la etapa inicial, es el parteaguas entre una educación de calidad y una simple educación, ya que, si no le da la importancia necesaria para enseñarle a los niños las herramientas indispensables para enfrentarse a las diversas situaciones que se les presentan en la vida no sabrán cómo actuar, cómo comunicarse o cómo salir a adelante en la vida, es la etapa en que más dudas tienen y presentan conflictos en los que sus emociones se ven implicadas en su aprendizaje.

Se busca que los niños expresen sus emociones de manera correcta al igual que sus sentimientos sin sentirse mal por ello, sino que les ayude a forjarse como seres humanos, con valores y una buena educación. Que aprendan a regularlas, a trabajar de manera colaborativa y a resolver los problemas que se le presenten por medio del diálogo.

La SEP (2017) menciona que se busca que los alumnos “Aprendan a regular sus emociones, a trabajar en colaboración, resolver conflictos mediante el diálogo y a respetar las reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando con iniciativa, autonomía y disposición para aprender” (p. 157); es decir que se favorece la resolución de problemas, que no solo se ve dentro de la escuela sino también fuera de ella, que el estar motivados va a generar una disposición por aprender y a trabajar con los demás.

La educación emocional debe llevarse acabo haciendo uso de diversos recursos didácticos a lo largo del curriculum educativo los cuales benefician al niño a lo largo de su vida favoreciendo su desarrollo personal y social.

La educación emocional adopta un enfoque del ciclo vital, que se lleva a la práctica a través de programas secuenciados que se inician en la educación infantil, siguen a través de primaria y secundaria, y se prolongan en la vida adulta. (Bisquerra, 2005, p.4)

Es necesario que la educación emocional se lleve a cabo desde una etapa temprana por medio de programas, que se tomen en cuenta dentro de las actividades a realizar dentro de las aulas y que se prolonguen a lo largo de la vida.

Delors (1996) citado por Ribes et al., mencionan que:

Desde los primeros años, podemos educar las emociones. De los cuatro pilares de la educación (conocer, saber hacer, convivir y ser), señalados en el informe Delors (1996), como mínimo los dos últimos contribuyen a fundamentar la necesidad de la educación emocional en el marco de una educación integral desde la escuela. (p. 2)

Educar las emociones desde etapa preescolar es fundamental para que los alumnos tengan la capacidad de tener un autocontrol en sus emociones, lo cual les permitirá ser más competentes en todas las áreas de su vida, beneficiando su proceso de aprendizaje incluyendo los cuatro pilares de la educación.

4.3 Efectos de las Emociones en el Niño Preescolar

Recordemos que toda emoción ya sea positiva como negativa tienen un efecto en cada uno de nosotros produciendo diversas sensaciones agradables o desagradables, favoreciendo o causando efectos no solo en el aprendizaje sino también en otros aspectos como en la salud, bioquímicos y sociales.

Las emociones positivas producen una sensación agradable y satisfactoria en sí misma, además de tener efectos en la salud, en las relaciones sociales, rendimiento laboral, integración social, tendencia al altruismo, etcétera, constituyen un proceso de aprendizaje con repercusiones para el crecimiento y la maduración social. (Bisquerra, 2011, p.6)

Tabla 2: Efectos de las emociones según Bisquerra (2011)

Bioquímicos	Las emociones producen diversas respuestas neurofisiológicas incluyendo la secreción de hormonas y neurotransmisores, las emociones positivas activan la secreción de sustancias bioquímicas en el cerebro las cuales son las que producen la sensación de bienestar y además son saludables para el organismo.
Sociales	Las emociones positivas ayudan a mejorar las relaciones interpersonales y sociales de las personas, favorecen la cooperación con los demás, la generosidad con uno mismo y con los demás, tienen una apertura a la confianza, contribuyen a las buenas relaciones sociales y como consecuencia aumenta el bienestar.
Salud	Las personas que experimentan emociones positivas con más frecuencia tienden a vivir más, produce una menor sensibilidad al dolor, previenen la depresión, contribuye la prevención de determinadas enfermedades. Las negativas llegan a ser perjudiciales a la salud causando problemas cardiovasculares y tensión arterial.

Como vemos en la tabla Bisquerra nos menciona que las emociones tienen diversos efectos en el niño, no solo en el aprendizaje, sino que repercuten en diferentes aspectos como en la salud.

Pekrun citado por Anzelin et al., (2020) menciona que:

Ya Pekrun había indicado que las emociones ejercen una profunda influencia en el aprendizaje: emociones por actividades de logro, en la resolución de problemas de orden cognitivo, por los temas o área de conocimiento y por las relaciones sociales que se establecen en los entornos educativos. (p. 6)

Hay una gran influencia de las emociones en los educandos en lo cognitivo, por ello si se da una educación emocional se va a favorecer un mejor aprendizaje ya que se involucran en todo lo que ellos realizan incluyendo las relaciones sociales.

Fragoso-Luzuriaga, citado por Peña (2021) menciona que: “ahora se sabe que las competencias socioemocionales son un vehículo que permiten al ser humano pensar mejor y lograr un óptimo procesamiento de la información en la interacción consigo y para con los demás” (p.12); es decir, que si se cuenta con las herramientas necesarias para llevar a cabo lo socioemocional dentro de las aulas se va a lograr un mejor procesamiento de la información con ello un mejor aprendizaje a través de la educación emocional.

4.4 La Educación Emocional en la Familia del Niño Preescolar

Incluir a la familia es clave para la educación emocional de los hijos e hijas ya que los niños entran a las aulas influenciados por todo lo que viven en sus hogares, es en casa donde empezamos a aprender los sentimientos o emociones, a saber, cómo reaccionar ante tales situaciones que se nos presentan, es decir, que la familia es como una escuela la cual nos da un modelo de cómo actuar ante las emociones y es fundamental para el desarrollo emocional.

Otro espacio educativo muy importante para el desarrollo emocional es La familia, que tiene una gran influencia en la formación y desarrollo de la personalidad y de las actitudes. Los padres, el contexto familiar en su caso, constituyen la base de seguridad desde la que las personas se abren al mundo físico y social, y a la que vuelven constantemente para recibir ayuda, apoyo, consuelo y seguridad. Los padres son los primeros y principales agentes de la educación de su hijo y juegan un rol primordial durante su temprana edad. (Dueñas, 2002, p. 18)

Por ello, la familia debe cooperar con la institución educativa en la que asiste su hijo o hija desde el nivel preescolar para el desarrollo de las actividades escolares, para lo cual es necesario que se dé una interacción entre la familia y la escuela, ya que ambas deben trabajar en conjunto con el fin de favorecer a los educandos en su proceso de aprendizaje con los programas de educación emocional.

El profesor que lleve a cabo los programas de educación emocional requiere continua preparación en todo sentido y con mayor razón en aspectos de las emociones buscando aliados estratégicos siendo la familia uno de los ejes primordiales para tal fin. (Peña 2021, p. 14)

Los adultos son el motor de desarrollo para los niños, ya que los toman como ejemplos a seguir y los imitan, por ende, la familia debe favorecer el bienestar personal y sus relaciones con los demás integrantes de su familia buscando reducir efectos negativos de algunas emociones y favoreciendo el aprendizaje de los educandos.

4.5 El Papel del Docente en la Educación Emocional

Dentro de la educación emocional el docente es una pieza clave ya que es a través de él que el alumno va a aprender habilidades cognitivas y capacidades emocionales que le ayuden a desarrollar un aprendizaje autónomo y permanente que contribuya a la resolución de problemas que enfrenta en su vida cotidiana.

El papel del docente es clave, máxime si a través del aprendizaje se procura el promover habilidades cognitivas y las capacidades emocionales, que le permitan un aprendizaje autónomo y permanente que puedan utilizarlo en situaciones y problemas más generales y significativos y no solo en el ámbito escolar. (García, 2012 p. 14)

El adulto influye en el estado emocional y anímico de los niños por medio del tono de su voz, por medio de los gestos, contacto físico entre otros; es decir que el docente impacta en los educandos por ello la importancia de que los docentes cuenten con las herramientas necesarias para trabajar la educación emocional dentro de las aulas para favorecer el aprendizaje de los educandos, que tengan conocimientos en el tema para poder potenciar el desarrollo en los educandos.

Consideramos que la formación inicial debería dotar de un bagaje sólido en materia de emociones y sobre todo en competencias emocionales. Esto por diversas razones: como aspecto esencial del desarrollo profesional del maestro y por extensión para potenciar el desarrollo en el alumnado. (López, 2005, p. 7)

Para llevar a cabo la educación emocional en las escuelas es necesario que esta se encuentre dentro de todo el currículum académico, que los docentes la lleven a cabo por medio de la asociación de las experiencias de aprendizaje como menciona Aguaded citado por Peña (2021):

Por ende, la educación emocional debe llevarse a cabo de manera estructurada en las escuelas y estar presente en la curricula y llevada a cabo por los propios docentes quienes deben asociar las experiencias de aprendizaje de acuerdo al contexto de los estudiantes. (p. 14)

La educación emocional debe estar presente en las escuelas y puesta en práctica por los docentes, los cuales deben tener cuenta el contexto social de los educandos en su planeación para llevarla a cabo y con ello favorecer el proceso de aprendizaje de los alumnos.

Dicha educación es igual de importante que los otros contenidos académicos dentro del currículum educativo, la cual tiene efectos positivos como negativos en los educandos y, por lo tanto, es necesario que los docentes cuenten con conocimientos sobre la educación emocional, con ello poder ayudar a sus alumnos para tener un control de sus emociones, reconocer las propias y la de los demás.

Finalmente, el proceso educativo va ligado no solo a contenidos educativos sino también a la educación emocional, la cual tiene un efecto negativo o positivo dentro del proceso de aprendizaje, para ello es necesario que se cuente con docentes preparados en el ámbito de las emociones, que conozcan y enseñen a sus educandos herramientas necesarias para poder manejar sus emociones, que sepan que éstas les afectan en lo cognitivo sino también en diversos aspectos como en lo social, lo bioquímico y en su salud causando enfermedades.

El proceso de escolarización de los educandos debe incluir a la familia, ya que ésta es un eje de la formación de los alumnos. La educación de las emociones debe ser un proceso continuo ya que éstas son parte inherente de todo ser humano y tienen un

efecto en lo cognitivo; es decir, que si se lleva a cabo la educación emocional desde los primeros años se va a favorecer un mejor aprendizaje en los estudiantes, por lo que debe estar presente a lo largo de todo el curriculum académico.

Los docentes necesitan una formación sobre educación emocional para poder enseñar a sus alumnos, la cual debe ser compartida con la familia favoreciendo con ello el proceso educativo, que la institución educativa brinde las herramientas necesarias para el desarrollo de competencias básicas para la vida personal y social, así como el bienestar de sus alumnos tomando en cuenta los cuatro pilares de la educación.

CAPÍTULO V

ANÁLISIS DEL PROBLEMA DESDE LOS PLANES DE ESTUDIO

En la actualidad se requiere que los alumnos no solo tengan conocimiento en alguna materia básica sino también en lo emocional, en lo humanista, conozcan y reconozcan sus emociones e identifiquen la de los demás, tomen en cuenta los efectos positivos o negativos de ellas no solo en su salud sino también en su aprendizaje.

La educación ha de transformarse y responder a las características de la sociedad en la que está inserta, en donde los alumnos se desarrollen de manera adecuada, para lo cual se necesita que cuenten con los conocimientos y habilidades necesarias para hacerlo.

El presente capítulo tiene como objetivo comparar el papel de la educación emocional en las propuestas curriculares del 2017 y 2022.

5.1 El Papel de la Educación Emocional en los Aprendizajes Claves 2017

De acuerdo con los Aprendizajes Claves Para la Educación Integral se busca una educación humanista, un desarrollo armónico de los seres humanos donde los alumnos tengan la oportunidad de aprender, de brindarse una educación de calidad, es decir, donde se les proporcionen las herramientas necesarias a los educandos para favorecer su proceso de aprendizaje involucrando lo afectivo.

SEP (2017) menciona que:

Desde este enfoque humanista, la educación tiene la finalidad de contribuir a desarrollar las facultades y el potencial de todas las personas, en lo cognitivo, físico, social y afectivo, en condiciones de igualdad; para que estas, a su vez, se realicen plenamente y participen activa, creativa y responsablemente en las tareas que nos conciernen como sociedad, en los planos local y global. (p. 25)

Es por ello la importancia de llevar a cabo una educación emocional para lograr un desarrollo pleno e integral de los alumnos, donde las emociones y la motivación guían, por medio de prácticas, al aprendizaje. La autorregulación emocional repercute en el bienestar de los estudiantes, en su desempeño académico e incluso, en la permanencia en la escuela y la conclusión de sus estudios.

Como menciona la SEP (2017): “que las emociones dejan huella duradera, positiva o negativa en los logros del aprendizaje” (p.27), para lo cual se requiere del quehacer de la escuela para apoyar a los estudiantes a reconocer y expresar sus emociones, regularlas por sí mismos, saber cómo estas influyen en su proceso educativo y en sus relaciones inter e intrapersonales, por lo tanto, se hace hincapié en la educación emocional.

Recordemos que el aprendizaje de los niños en sus primeros años es importante, ya que estos les van a ayudar en su desarrollo y estarán presente en su futuro, para lo cual es necesario establecer cimientos del aprendizaje, como dice la SEP (2017): “La gran plasticidad del cerebro infantil no es suficiente para lograr los aprendizajes que deben ocurrir en esa etapa. Establecer los cimientos del aprendizaje para etapas posteriores depende de que los niños se desenvuelvan en un ambiente afectivo y estimulante “. (p. 51)

En los aprendizajes claves para una educación integral se menciona que es necesario que se brinde una educación de calidad a los alumnos para avanzar en sus procesos de aprendizajes, fomentando un ambiente afectivo y estimulante, que influya de manera positiva en la vida de los alumnos, que al egresar del preescolar e ingresar a la primaria va a tener efectos positivos en el desarrollo cognitivo, emocional y social para lo cual se requiere una sinergia entre dichos aspectos logrando el bienestar del estudiante.

Es trascendental que los educandos desarrollen herramientas para su aprovechamiento y que estas le conduzcan a la resolución de problemas como menciona la SEP (2017) “Asimismo, es primordial fortalecer las habilidades

socioemocionales que les permitan a los estudiantes ser felices, tener determinación, ser perseverantes y resilientes, es decir, que puedan enfrentar y adaptarse a nuevas situaciones, y ser creativos”. (p.26)

Es importante que se consoliden habilidades socioemocionales en los educandos para que ellos puedan enfrentarse a las diversas situaciones de la vida y alcanzar la felicidad; manejando los conflictos de manera asertiva a través del conocimiento y control de sus emociones, siendo perseverantes y resilientes.

Para saber cómo resolver las diversas situaciones a las que se enfrentan los educandos es necesario entender más el proceso de aprendizaje y su relación con lo emocional, para así dar una solución de manera asertiva, donde los docentes brinden a los alumnos las herramientas necesarias para resolverlas, que expresen y autorregulen sus emociones, lo cual es parte del perfil de egreso de los preescolares dentro del campo de lenguaje y comunicación.

Tanto los docentes como los educandos deben adaptarse al contexto en el que se encuentran, desarrollando las habilidades necesarias para una educación de calidad, ya que las escuelas tienen el objetivo de potenciar el aprendizaje de sus alumnos, donde se pongan en marcha los cuatro pilares de la educación como menciona la SEP (2017):

La función de la escuela ya no es únicamente enseñar a niñas, niños y jóvenes lo que no saben, sino contribuir a desarrollar la capacidad de aprender a aprender, que significa aprender a pensar; a cuestionarse acerca de diversos fenómenos, sus causas y consecuencias; a controlar los procesos personales de aprendizaje; a valorar lo que se aprende en conjunto con otros; y a fomentar el interés y la motivación para aprender a lo largo de toda la vida. En una sociedad que construye conocimiento mediante múltiples formas y actores, el desafío de la escuela es contribuir también a que las personas encuentren al aprendizaje, al quehacer científico y a las posibilidades del saber. (p. 33)

Se busca una transformación en el proceso educativo, donde el interés y la motivación por aprender estén presente en el desarrollo cognitivo del niño o niña, existen diversos factores que influyen en su aprendizaje como son: la escuela, los docentes, su contexto social, su familia, entre otros, los cuales si participan de manera colectiva van a favorecer el proceso cognitivo.

Como menciona la SEP (2017) “Es necesario beneficiar el aprendizaje de los estudiantes integrando sus semblantes emocionales y sociales, además de los cognitivos, ha resultado ser un factor positivo para su desarrollo”. (p.28); por lo tanto, lo emocional, cognitivo y social van de la mano en el proceso de aprendizaje de los alumnos para lo cual se requiere de habilidades socioemocionales.

Para ello, es necesario el trabajo colaborativo entre escuela, profesor y padres de familia, en el que se pongan en marcha estrategias de comunicación adecuadas para que los tutores participen en el proceso de su educación de sus hijos e hijas y donde haya un ambiente familiar de respeto, afecto y apoyo para un mejor desempeño escolar.

La SEP (2017) menciona que:

El planteamiento curricular considera que el aprendizaje está estrechamente relacionado con la capacidad individual y colectiva de modificar entendimientos, creencias y comportamientos en respuesta a la experiencia y el conocimiento, la autorregulación de cara a la complejidad e incertidumbre, y, sobre todo, el amor, la curiosidad y la disposición positiva hacia el conocimiento. Por ello, las comunidades educativas han de colocar al estudiante y el máximo logro de sus aprendizajes en el centro de la práctica educativa y propiciar que este sienta interés por aprender y se apropie de su proceso de aprendizaje. (p. 27)

Por ello, si se lleva a cabo la educación emocional se va a favorecer el aprendizaje, si el alumno cuenta con las habilidades necesarias para enfrentarse a las diversas situaciones de la vida, va a darles una mejor solución, si se siente motivado e interesado por el tema aprenderá de una mejor manera.

Como se menciona en los Aprendizajes Claves (2017): “el currículo debe tener en cuenta cómo las emociones y la cognición se articulan para guiar el aprendizaje” (p. 108), mejor dicho, ambas van de la mano, las emociones tienen un efecto en el aprendizaje de manera negativa haciendo que el educando recuerde poco o nada de lo que está viendo en clases o positivamente en su aprendizaje obteniendo mejores resultados.

5.2 El Papel de la Educación Emocional en los Planes y Programas 2022

La Nueva Escuela Mexicana asume la educación desde el humanismo, estableciendo sus fines de la educación y los criterios para nuevas formas de enseñanza y aprendizaje, que conduzcan al desarrollo integral del ser humano; se postula a la comunidad al centro del proceso de enseñanza-aprendizaje, buscando una educación de calidad, la cual brinde las herramientas necesarias para que los educandos vivan en sociedad; se sugiere realizar actividades afines a los intereses de los alumnos involucrándolos emocionalmente, por lo tanto, puedan expresar sus emociones y reconocer las de los demás.

En el preescolar los alumnos muestran curiosidad por explorar, conocer, comprender y relacionarse con su entorno, están en el proceso de aprender a manejar sus impulsos, por esa razón, la importancia de que haya una educación del afecto, la cual se puede ver en el eje de lo humano y lo comunitario.

Se busca involucrar a la familia en el proceso de aprendizaje de sus hijos e hijas, y que el jardín de niños sea un espacio que propicie la convivencia de los niños con sus pares y con adultos, por consiguiente, cuenten sus experiencias ante las diversas situaciones que han enfrentado las cuales influyen positivamente en su desempeño.

La construcción de la identidad de los alumnos se va dando mediante el conocimiento de sus posibilidades cognitivas, emocionales, motrices y sensoriales como se menciona en el Plan de Estudios de la Educación Básica en la fase 2 (2022):

Los contenidos de este campo, contribuyen a la formación integral de NN, y de manera progresiva, a la construcción de su identidad personal, étnica, cultural, lingüística y de género; la cual está íntimamente ligada con el conocimiento que tienen de sí a partir de explorar y reconocer sus posibilidades cognitivas, emocionales, motrices y sensoriales, establecer relaciones con los demás, así como con el entorno natural y social; identificar y respetar las diferencias, además de integrarse y participar en la comunidad. (Alcántara, p. 98)

De acuerdo con los planes y programas del 2022 se busca que los alumnos en la etapa preescolar desarrollen habilidades socioemocionales, que haya una comprensión y gestión de sus emociones promoviendo la expresión de ideas, pensamientos y emociones de las personas de su contexto que influyen en el proceso de aprendizaje de los niños como son la familia, la escuela y su comunidad.

También, se busca que los educandos aprendan a percibir y nombrar sus emociones y las de los demás, conozcan las reacciones que tienen en su cuerpo cuando sientan emociones como alegría, tristeza, miedo o enojo ante diversas situaciones, regulen su manera de actuar al resolver los problemas y logren una estabilidad emocional como se menciona en los planes y programas 2022: “Asimismo, se promueve el cuidado de la salud, entendido como un estado de bienestar cognitivo, emocional, social y físico que se crea y vive cotidianamente”. (p. 98)

Para llevar a cabo la educación emocional es necesario e importante el bienestar y derecho de estar bien corporal, mental, emocional y afectivamente como se menciona en el Plan de Estudios de la Educación Básica 2022:

Para la Nueva Escuela Mexicana el bienestar y el buen trato implican el reconocimiento y derecho a estar bien corporal, mental, emocional, afectiva, sentimental y espiritualmente, en todos los espacios de convivencia (dentro y fuera de la escuela), ya sea que se trate de estudiantes, docentes, familias, equipos directivos y el personal administrativo. (p.26)

Se reconoce la interacción del ser humano con su comunidad mediante un proceso de construcción personal, social y permanente, donde se tomen en cuenta las experiencias cognitivas, motrices, socioafectivas y creativas de los educandos las cuales son relevantes para favorecer la creación de su identidad, su sentido de pertenencia, en las que por medio de experiencias los alumnos desarrollen y fortalezcan el conocimiento de sí mismos y de los demás, también la comprensión de las emociones y los afectos.

Es importante una educación que contribuya al desarrollo integral de los educandos en su vida en la comunidad, en la búsqueda del bien común y acciones que le permitan mejorar su calidad de vida, en las que los alumnos vivan diversas experiencias cercanas a la realidad, que ayuden a comprender cómo son, que reconozcan sus cualidades, expresen sus ideas, pensamientos y emociones como se menciona en los planes y programas 2022:

La tarea de la Nueva Escuela Mexicana es reconocer que las emociones de las y los estudiantes, al igual que del resto de la comunidad, se construyen en las interacciones con otras personas, por lo que existe un grado de responsabilidad de todas y todos respecto a la sensibilidad y afectos de las otras y los otros. (p. 65)

El proceso educativo se ve influenciado por diversos factores que van formando la identidad de los educandos como son la escuela, la comunidad, los padres de familia, su contexto social, los cuales deben contribuir con el desarrollo pleno e integral de los alumnos.

Así mismo, para la Nueva Escuela Mexicana el bienestar y el buen trato implican el reconocimiento y derecho a estar bien corporal, mental, emocional, afectiva, sentimental y espiritualmente en los diversos espacios de convivencia; se promueve que el alumno se desenvuelva, incluyendo su entorno social, buscando un diálogo continuo entre ellos para beneficiar al educando en el fortalecimiento de su salud mental, desarrollo psicomotor y afectivo. Por el contrario, ante un desarrollo lento y un

escaso apoyo emocional existen mayores probabilidades que aumentan el riesgo de tener una mala salud durante toda la vida.

También menciona que hay efectos en las emociones a causa de la pandemia SARS-CoV2, por lo que los docentes tuvieron que replantearse el ejercicio de la docencia, por ello hay una necesidad de trabajar con las emociones de los niños debido a que el confinamiento para los alumnos significó entre otros aspectos estrés, desequilibrio emocional, tristeza, depresión, aburrimiento y aislamiento; es decir que hay una secuela en los educandos por la cual es necesaria la educación emocional desde el preescolar.

Finalmente, el enfoque humanista está presente en los planes de estudio del 2017 y en la Nueva Escuela Mexicana (NEM) en las que se busca contribuir al desarrollo pleno e integral de los educandos durante su proceso educativo, mediante una educación de calidad, que implica la educación emocional, para favorecer el aprendizaje de los educandos.

La NEM se preocupa por un trabajo de todos y para todos, con una visión integradora, partiendo del contexto social en el que se desenvuelve el alumno durante su formación académica, no solo beneficiándole en lo cognitivo, sino también en lo corporal, mental, sentimental y espiritualmente; además de una educación dentro y fuera de las instituciones educativas mediante el trabajo colaborativo, lo inclusivo y equitativo.

Se busca que los alumnos se desenvuelvan en un ambiente afectivo y estimulante; es por ello la importancia de tener conocimiento de las emociones desde una etapa temprana, contar con docentes capacitados en las emociones, que conozcan herramientas necesarias para poder apoyar a los educandos a controlar sus emociones para su bienestar personal y social ante las diversas situaciones de la vida.

Las emociones repercuten en la vida de todas las personas dejando algo positivo o negativo en ellos, la cual se va a reflejar en lo cognitivo, emocional y social, es por ello, que en los aprendizajes claves como en la Nueva Escuela Mexicana se la da

importancia a la educación del afecto, tomando en cuenta que los educandos pueden presentar efectos en sus emociones debido a la pandemia. Por consiguiente, es necesario que las escuelas de hoy en día cuenten con docentes preparados, capacitados no solo para enseñar contenidos académicos ya establecidos sino también proporcionar herramientas al educando en lo emocional.

Por lo tanto, es importante brindar una educación de calidad en la que se involucre a la familia, la escuela y el personal educativo en la formación de los niños con el fin de favorecer los procesos de aprendizaje de los alumnos, otorgándole un papel fundamental al desarrollo de las habilidades socioemocionales para enfrentar las diversas situaciones que se le presenten a lo largo de su vida.

CAPÍTULO VI

RECURSOS Y ACTIVIDADES PARA MEJORAR EL DESARROLLO EMOCIONAL EN LOS NIÑOS DE PREESCOLAR

En la actualidad, se espera que la educación que se imparte en las escuelas sea de calidad, que cuente con docentes preparados con diversas habilidades para brindar a sus educandos las herramientas necesarias para poder enfrentarse a las diversas situaciones que se le presentan a lo largo de su vida, no solo enseñándoles contenidos ya establecidos sino también emocionales, que aprendan a conocer sus emociones y las de los demás, que aprendan a regularlas para beneficiar su aprendizaje teniendo en cuenta que estas tienen un efecto en él.

Para ello, es necesario que los maestros cuenten con las herramientas necesarias para poder llevar a cabo una buena educación, a través de diversas estrategias que puedan implementar dentro de las aulas, que despierten en sus alumnos el interés por aprender y conocer sus emociones para poder regularlas.

La sociedad de hoy en día necesita docentes capacitados en educación emocional para favorecer el proceso de aprendizaje de los alumnos, recordemos que tanto para los aprendizajes claves del 2017 como para la nueva escuela mexicana incluir la educación emocional es importante para el desarrollo pleno de los educados en lo cognitivo, social y afectivo. Es por ello, que el objetivo de este capítulo es exponer diferentes estrategias y actividades que puede usar el docente para favorecer la educación emocional para lograr un mejor aprendizaje en los alumnos de preescolar.

6.1 Recursos Didácticos para Mejorar el Aprendizaje en los Niños de Nivel Preescolar

Las emociones nos acompañan diariamente, por lo cual, es necesario contar con herramientas que nos brinden habilidades para poder conocerlas y controlarlas, recordemos que los niños imitan las acciones que ven de sus mayores incluyendo los

estados emocionales y anímicos, por ello, los maestros con sus actitudes y comportamientos pueden brindarle al educando un clima de seguridad, respeto y confianza para que los niños puedan expresar sus emociones

Como menciona Bisquerra (2011) los aspectos que un adulto debe tomar en cuenta al relacionarse con un niño son: permitir que exprese, sin prohibiciones, las emociones que siente, no eliminar las negativas, hablar de sus sentimientos con naturalidad, reconocer sus emociones para facilitar que ellos reconozcan las de los demás; recordarle que le queremos independientemente de las emociones sentidas. Es importante, explicarle que le continuamos queriendo a pesar de las emociones negativas que pueda experimentar; asimismo, es necesario que aprendan a contemplar el lenguaje emocional a través del cuerpo y la palabra, dejar que los niños se familiaricen con estrategias que fomenten el bienestar, permitir que el niño se equivoque y aprenda a ser más autónomo emocionalmente. Finalmente, se le debe ayudar a comprender que la emoción no necesariamente debe derivarse un determinado comportamiento, sino que las emociones se pueden regular, ayudar a que el aprendizaje del niño tenga en cuenta la perspectiva del otro y que los niños y niñas tienen derecho a emocionarse y expresar lo que sienten.

Por ello, la importancia que los docentes tengan conocimientos sobre las emociones, que cuenten con las herramientas necesarias para brindar una educación emocional a sus alumnos, para que ellos conozcan y reconozcan sus emociones y la de los demás, por medio de diversas actividades o estrategias que se adecuen a su contexto y se ajusten a las necesidades del educando favoreciendo con ello el proceso de aprendizaje.

Bisquerra (2011) menciona que en la educación infantil:

Una forma de propiciar un buen clima de afecto y seguridad es que la maestra pida a las familias que le proporcionen materiales que formen parte de la historia del niño (juguetes, fotografías, objetos, etc.) y que ocupen un lugar significativo para el niño. (p.79)

Por lo tanto, el docente debe buscar estrategias que favorezcan el aprendizaje de los niños haciendo uso de objetos que pueden ser brindados por los padres de familia para que los educandos se sientan seguros y se favorezca la educación emocional.

Tabla 3: Recursos didácticos para trabajar la educación emocional según Bisquerra (2011)

Música	Fomenta el despertar de emociones y fluir en ellas.
Títeres	Facilitan buenas dinámicas y permiten crear vínculos emocionales con ellos.
Cuentos	Permiten que los niños se identifiquen con sus personajes y con sus sentimientos generando vínculos emocionales en ellos y ayuda a canalizar las emociones.
Juego	Facilita la interacción y la expresión libre de sentimientos y emociones.

En otras palabras, estas estrategias van a favorecer la educación emocional en los alumnos de preescolar facilitando su comprensión y control de las emociones. En el trabajo grupal las experiencias y vivencias que se pueden compartir en grupo e individualmente benefician dicha educación más cuando hay disposición tanto del docente como de los alumnos favoreciendo el diálogo y la comunicación, así como el bienestar grupal e individual.

Con respeto a la **música**, ésta tiene la capacidad de generar emociones que ayudan al bienestar de las personas que la escuchan motivándolas, se usa como una expresión de alegría, para estimular la identidad, fomentar el patriotismo.

Willems, citado por Bisquerra (2011) menciona que: “Los pedagogos musicales de los siglos XIX y XX sostenían que aprender música ayuda al aprendizaje de las otras materias; el aprendizaje de la música ayuda a desarrollar la naturaleza artística; es necesario vivir sensorialmente la música” (p. 188); es decir, que la música tiene beneficios motivadores en las personas que la escuchan, incluso en el proceso de aprendizaje, por ello, su importancia dentro del proceso educativo en el trabajo de las emociones.

Hay estudios que demuestran los beneficios de realizar actividades musicales dentro de las escuelas, favoreciendo sacar buenos resultados académicos en otras materias dado que se trabaja uno de los sentidos por el cual aprenden los niños.

Como recursos musicales se pueden usar los siguientes:

- Música relajante y tranquilizante para niños durante los procesos de aprendizaje: <https://www.youtube.com/watch?v=BTjdc2lfMvc>
- Beethoven y los niños: <https://www.youtube.com/watch?v=4BrIENGMIQA>

En cuanto a **los títeres**, Mármol (2019) menciona que son una forma poderosa de dar vida al cuento, estimulan la imaginación de los niños y alientan el juego creativo, enseñan la importancia de la moralidad, ya que los estudiantes exploran las repercusiones de acciones particulares. Son relajantes y crean un ambiente de aprendizaje emocionalmente seguro para explorar problemas difíciles.

Una marioneta por medio de los movimientos del cuerpo proporciona impresiones visuales transmitiendo emociones y pensamientos, sirve como vehículo para transmitir conocimiento a través de varios sentidos proporcionando habilidades de aprendizaje.

La autora menciona que dentro de la educación los títeres o marionetas se pueden usar para hacer preguntas a los niños, usarse como herramienta útil para verificar la comprensión de los niños cuando responden preguntas y participan en el diálogo, tienen un efecto positivo en las terapias para ayudar a los niños a superar la ira,

frustraciones y miedos, por esa razón, orientan la imaginación y creatividad del niño desarrollando su atención y observación.

Para trabajar los títeres se dejan ejemplos de ellos:

- Se puede adaptar el cuento del monstruo de colores:

<https://www.youtube.com/watch?v=UqYaQMkchRc>



- Cuento sobre las 5 emociones:

<https://www.youtube.com/watch?v=UuoDOroaS70>



El **cuento** se puede usar para trabajar diversas áreas y contenidos escolares como mencionan Córdova et al., (2021)

El cuento infantil es una herramienta, utilizada en el aula de clases, con el afán de entre otros objetivos de: ampliar el foco atencional, mejorar la concentración, aportar a los bancos de memoria, despertar la curiosidad, activar la imaginación e, incrementar conocimiento. (p. 6)

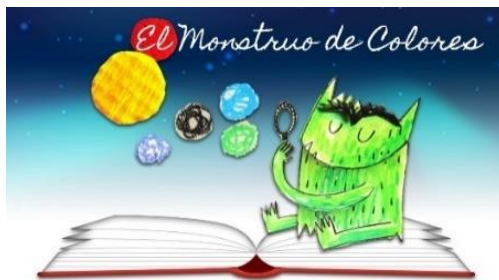
Es decir, que es una herramienta muy útil dentro de las escuelas al trabajarse en diversas áreas y contenidos favoreciendo la atención de los educandos, fomenta su

imaginación permitiéndoles identificarse con los personajes de la historia, ayuda a expresar y controlar sus emociones.

Así mismo, mencionan que de los cuentos infantiles se añaden nuevas palabras al vocabulario del niño, se crea pasión por la lectura y escritura, apoyan el control comportamental y la socialización, la formación de su carácter y valores.

Cuentos que se pueden usar para la educación emocional:

- El monstruo de colores:
https://www.educacionbc.edu.mx/materialdeapoyo/public/site/pdf/educacion_basica/preescolar/libromonstruodecolores.pdf



- Vamos a cazar un oso:
<https://es.slideshare.net/StephaniaOrtegaDiaz/vamos-a-cazar-un-oso>



- Club peques lectores en el cual se encuentran diversos cuentos infantiles sobre las emociones básicas:

<http://www.clubpequeslectores.com/2017/05/10-cuentos-infantiles-para-10-emociones.html>



- La rabieta de Julieta: https://www.youtube.com/watch?v=u_5g4EevDR8



- Actividades para trabajar las emociones:
<http://www.clubpequeslectores.com/2015/06/trabajando-las-emociones-recursos-educativos.html>

Respecto al **juego** López (2010) menciona que:

El desarrollo infantil está directa y plenamente vinculado con el juego, debido a que además de ser una actividad natural y espontánea a la que el niño le dedica todo el tiempo posible, a través de él, el niño desarrolla su personalidad y habilidades sociales, sus capacidades intelectuales y psicomotoras y, en general, le proporciona las experiencias que le enseñan a vivir en sociedad, a conocer sus posibilidades y limitaciones, a crecer y madurar. Cualquier capacidad del niño se desarrolla más eficazmente en el juego que fuera de él. (p. 3)

Es decir, que el juego está vinculado con la etapa infantil de los niños desarrollando en ellos la capacidad de poder dar solución a diversos problemas, van descubriendo

la realidad del mundo que les rodea y conociendo como hacer las cosas, puedan expresar sus sentimientos, intereses y aficiones para ir formando su personalidad, además de ayudarles a desplegar sus capacidades motoras, mentales, sociales, afectivas y emocionales.

Por ese motivo, es un recurso didáctico importante que tiene muchos beneficios en el educando del cual aprende destrezas, estimula la observación y exploración del mundo, se transmiten valores y normas de conducta.

A continuación, se muestran juegos que se pueden usar para trabajar las emociones:

- Lotería de las emociones:

<https://www.miescuelitadeapoyo.com/2021/06/loteria-de-emociones-para-imprimir.html>



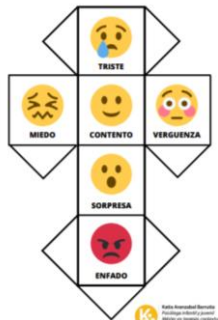
- Juegos para trabajar las emociones:

<https://www.youtube.com/watch?v=NZe72QQH3Fw>

- Memorama de las emociones: <https://www.imageneseducativas.com/wp-content/uploads/2015/08/Paleta-de-las-emociones-Memorama.-Del-rev%C3%A9s-Inside-Out.pdf>



- Dado de las emociones: <https://katiaranzabal.com/wp-content/uploads/2021/05/EL-DADO-DE-LAS-EMOCIONES-PLANTILLA-INFO.pdf>



Hay diversos recursos didácticos que favorecen el aprendizaje de las emociones dentro de las aulas las cuales el docente puede implementar con el fin de fomentar el desarrollo de competencias emocionales en los educandos.

En el trabajo reflexivo en los alumnos de preescolar puede no tener resultados de inmediato, pero con el paso del tiempo estos se van a ver reflejados como menciona Bisquerra (2011):

Si es una edad temprana la reflexión no tendrá frutos inmediatos, pero los niños de todas las edades tienen un amplio interés inconsciente e innato por aprender y desarrollarse, así que cualquier estímulo dirigido a que aprendan a cuestionarse, a preguntarse y a reflexionar se irá integrando en su patrón mental y años más adelante se podrán observar sus frutos. (p. 186)

Es decir, que los resultados del trabajo de la educación emocional se van a ir viendo poco a poco, se debe despertar el interés en los niños por aprender y que también en este proceso se pueda incluir a sus familiares para que los apoyen en casa con lo que se está viendo en la institución educativa.

6.2 Propuestas de Actividades para la Educación Emocional en Preescolar

Una de las finalidades de la educación es motivar a los alumnos para que aprendan y quieran seguir aprendiendo durante toda la vida, es por ello, que el docente debe contar con ejercicios y actividades que ayuden al niño a conocer sus emociones y la de los demás y saber cómo controlarlas, además de contar con instrumentos que pueda implementar dentro de las aulas para llevar a cabo la educación emocional.

Respecto a la educación emocional, a continuación, se presentan propuestas de actividades que favorecen a dicha educación, planteadas por Bisquerra y López.

A) Bisquerra (2011)

- **¿Cómo te sientes?**

La cual tiene como objetivo expresar con el cuerpo y mediante el habla nuestras emociones para tomar conciencia de qué sentimos e ir poniendo nombre a las emociones, por medio de esta actividad se favorece la empatía.

Para esta actividad se necesita un muñeco, un sombrero, una marioneta o cualquier objeto que facilite la actividad. El maestro menciona como se siente y después pregunta ¿Cómo te sientes... (nombre del niño)? Dándole el objeto como señal de turno, si el niño o la niña no sabe responder el docente le puede ayudar a poner un nombre a su expresión o hacerlo de manera grupal, por ejemplo: ¿Cómo se siente Laura? e incluso le puede preguntar si nos quiere explicar por qué se sienten a sí.

Se debe tomar en cuenta que, aunque el niño no diga cómo se siente verbalmente lo puede expresar a través de su cuerpo al agachar la cabeza o sí se esconde quiere decir que siente vergüenza, dicha emoción se puede trabajar como siguiente actividad.

- **Respiramos y nos relajamos**

Esta actividad tiene como objetivo comprobar cómo a través de la relajación disminuye el estrés muscular y mental. Es importante que la persona que realice dicha actividad esté relajada ya que los niños son muy sensibles a captar las sensaciones del adulto; lo máximo que se recomienda hacer este ejercicio es ocho minutos.

La respiración: consiste en contenerla durante unos segundos para expulsar lentamente el aire por la boca, el ciclo se puede repetir cinco o seis veces.

Balanceo: consiste en realizar un movimiento de un vaivén de delante hacia atrás, de derecha a izquierda y viceversa.

Bisquerra (2011) menciona que una de las estrategias que se puede usar en educación emocional es la respiración y relajación la cual constituye un proceso psicofisiológico, donde lo fisiológico y lo psicológico interactúan. A nivel físico, beneficia la disminución de la presión arterial y del ritmo cardíaco; se regula la respiración aportando más oxígeno al cerebro y a las células en general; estimula el riego sanguíneo, disminuye la tensión muscular, reduce los niveles de colesterol y grasa en la sangre, aumenta el nivel de producción de leucocitos, lo cual refuerza las defensas del sistema inmunológico.

- **Actividades de relajación**

El objetivo de esta actividad es aprender la respiración abdominal para lograr la relajación, mejorar la concentración y favorecer la confianza del niño en sí mismo.

Se les indica a los niños que cada uno es un globo el cual se infla y abren los brazos, se desinfla al cerrar los brazos para lo cual el docente debe realizar primero la actividad para que los educandos puedan imitarlo y también la pueden realizar acostados poniendo un objeto sobre su estómago.

- **León triste**

El objetivo de esta actividad es conocer la emoción de la tristeza, desarrollar la empatía hacia los demás y hablar de la frustración ante la pérdida, a través de un fragmento de la película “El rey León” donde muere el papá del león pequeño o “Bambi” donde muere su mamá, después de verlo con los alumnos se les pregunta qué le ha pasado al papá del león y cómo se debe sentir el leoncito, de igual manera se hace con la otra película, se sugiere no abordar el tema de la muerte ya que aún no comprenden su significado solo de la tristeza. Con ello, se busca identificar qué pasa cuando estamos tristes, tomar conciencia de qué genera esa emoción y nombrarla correctamente.

A continuación, se dejan las ligas de dichas películas:

- Película “El Rey León”: <https://www.youtube.com/watch?v=9CYeyfVuZqc>
- “Bambi”: <https://www.youtube.com/watch?v=V51FKIQe15k&t=128s>

También se puede realizar dicha actividad mediante el uso de imágenes o dibujos de niños con diversas expresiones las cuales se les muestra a los alumnos y el docente le puede hacer preguntas como: ¿Cómo creen que se están sintiendo esas personas?, ¿Qué les pudo causar esa emoción? Y se concluye con la definición de tristeza.

- **El rincón de la tristeza**

El objetivo de esta actividad es analizar qué provocó la tristeza y qué hacemos para sentirnos mejor, expresar verbalmente lo que sienten, tomar conciencia de cómo se sienten cuando comparten su tristeza con los demás, tomar decisiones para sentirse mejor y desarrollar empatía hacia los demás. Para dicha actividad se puede adaptar un rincón del aula, en el cual se pueden colgar dibujos que reflejen lo que los educandos necesitan en ese momento para sentirse mejor; en este espacio cuando el alumno se sienta triste pueda estar ahí y hablar con el maestro respecto a lo que está pasando. El docente le puede hacer preguntas como: ¿Qué le hace sentirse triste?, ¿Qué necesita para sentirse mejor?

- **Jan es feliz**

Para esta actividad se pide ayuda a los padres en la elaboración de un cuento en el cual su hijo sea el protagonista “(nombre del niño o niña) es feliz”, debe ser corto, tener fotos del niño y explicar qué le hace feliz a su hijo.

Cuando el docente les esté leyendo sus cuentos puede aprovechar para hablarles de emociones positivas como la alegría, el amor, qué nos la genera y cómo la expresamos.

Esta actividad tiene como objetivo introducir el término felicidad en el vocabulario del niño, comprender que a cada niño le hace feliz diferentes cosas, despertar la creatividad de los padres y desarrollar el hábito de la lectura.

B) **López (2007)**

Presenta un programa de educación emocional, el cual tiene como objetivo el desarrollo integral de los niños contemplando las dimensiones de una persona, las cuales son la cognitiva, psicomotora, psicológica, social y afectiva-emocional, a través de diversas actividades.

Así mismo, la autora menciona que el lenguaje emocional es un primer paso para identificar y reconocer qué está pasando en nuestro mundo interior, cómo nos sentimos y cómo podemos manifestarlo externamente, tomar conciencia de que las demás personas también sienten y expresan sus emociones y sentimientos.

Entre las actividades que propone están:

- **Yo me siento...**

Para la cual se necesitan imágenes o fotografías de personas con diversas expresiones de emociones y un sobre para meter las imágenes. El docente saca del sobre las imágenes las cuales va describiendo, por ejemplo: ella está alegre, tiene una

sonrisa, ojos abiertos, etcétera; con la intención de que los niños logren identificar diversas emociones e ir las nombrando.

La finalidad de la actividad es que el educador describa la expresión facial del dibujo o fotografía que extraiga del sobre, que los niños reproduzcan esa expresión e identifiquen características de ella, que conozcan y reconozcan las emociones que sienten.

- **La varita mágica**

Esta actividad consiste en que el docente sacará de una bolsa llamativa un dibujo o imagen de personajes que expresen emociones (alegría, tristeza, miedo...) la cual deben imitar facial y corporalmente.

El maestro tendrá en sus manos la varita, sacará una imagen y dirá “uno, dos, tres, estaremos todos...” con la que transformará el estado emocional de los niños los cuales deben cambiar su expresión facial y corporal en función de lo que indica la imagen.

Tiene como objetivo reproducir diferentes emociones a través de la expresión corporal y gestual, es una actividad grupal que se puede llevar a cabo en diez minutos y se puede extender en varias sesiones.

- **Noticias agradables y noticias desagradables**

Para esta actividad se necesitan dos carteles, en el primero una imagen de una expresión agradable, en el segundo una desagradable y la palabra noticia en ambos. Los niños pasan y dan una noticia de alguna vivencia de emociones agradables y desagradables

Las noticias se pueden anotar para reflexionar acerca de ellas y se pueden buscar posibles soluciones, el propósito de esta actividad es expresar los sentimientos y

emociones vividas en clase, favorecer el diálogo, la reflexión de diversas situaciones y respetar el turno de palabra.

- **El libro de las emociones**

Esta actividad consiste en elaborar un libro de las emociones en el cual haya imágenes, cuentos, personajes, etcétera, que nos recuerde dicha emoción, qué entendemos por ella; es decir, que recoge experiencias y conocimientos de los alumnos acerca de las emociones.

López (2006) menciona que dentro de la pedagogía se pretende potenciar la obtención de competencias emocionales por medio de estrategias emocionales y vivenciales como el uso de cuentos, títeres, obras, fotografías, canciones, juegos, etcétera; es decir que mediante el uso de diversas herramientas se puede lograr un mejor desarrollo emocional. Para la evaluación de las actividades, deben realizarse desde la percepción que el educador tenga sobre cómo los alumnos han avanzado, es decir, que la observación será un recurso principal para realizar la evaluación, la cual puede registrarse en un diario de clase y registros anecdóticos.

En conclusión, el docente debe aplicar estrategias que favorezcan el aprendizaje de sus alumnos, eso incluye la educación emocional, para lo cual debe tomar en cuenta ciertos aspectos para relacionarse con sus alumnos, incluyendo un buen clima de afecto y seguridad para que los niños tengan la confianza de hablar sus emociones con él y sus compañeros.

Los recursos y/o actividades favorecen la comprensión de las emociones para beneficiar el aprendizaje de los educandos y la convivencia con sus compañeros; para su evaluación los docentes pueden determinar los aspectos a evaluar de dichas actividades e instrumentos para su valoración, también puede incluir en el desarrollo de las actividades a los padres de familia cuando éstas lo requieran.

Recursos como la música, los títeres, cuentos, dinámicas grupales, juegos, actividades, etcétera, relacionados con el desarrollo de competencias emocionales favorecen el aprendizaje de los alumnos dentro de las escuelas, está comprobado que la educación emocional favorece el aspecto cognitivo de los educandos ya que se hace uso de los sentidos por los cuales ellos aprenden.

CONCLUSIÓN

La educación emocional hoy en día es tan importante como aprender cualquier otro contenido académico ya establecido dentro del curriculum, la cual debe ser continua, permanente y esencial dentro del preescolar. Tomando en cuenta que las emociones no solo repercuten en el aprendizaje de los niños sino también en su cuerpo provocando enfermedades, por lo que se requiere de docentes preparados que brinden las herramientas necesarias para una buena educación emocional.

Es necesario recordar que cada una de las emociones ya sean negativas o positivas son parte esencial de todo ser humano, son determinantes para facilitar u obstaculizar el aprendizaje y tienen efectos en ellos como bioquímicos, sociales y en su salud, por esa razón, la importancia de dicha educación emocional desde un nivel preescolar, el cual es la base de toda educación, ya que en este nivel educativo los niños empiezan a formar su identidad considerando los aspectos cognitivos, sociales y afectivos.

Las emociones positivas tienen un efecto en el crecimiento y maduración personal, generan un pensamiento más flexible y creativo, facilitan la toma de decisiones, aumentan el rendimiento cognitivo, sin embargo, las negativas repercuten en la enseñanza por lo que se debe aprender a regularlas para evitar los efectos en el educando y favorecer su proceso de aprendizaje.

Una de las finalidades de la educación es brindar una educación de calidad, para lo cual es necesario e importante se lleve a cabo la educación emocional, donde los educandos logren reconocer sus emociones y las de los demás, aprendan a manejarlas mediante el uso de diversos recursos favoreciendo no solo su aprendizaje sino su bienestar personal y social, corporal, mental, sentimental y espiritualmente contribuyendo al logro de sus metas y establezcan relaciones sanas entre ellos.

La familia es parte esencial en el proceso de escolarización de los niños, siendo ésta un eje en la formación de los alumnos, por lo que la educación preescolar debe propiciar la convivencia con sus pares y adultos.

Es importante tomar en cuenta a la comunidad del niño durante su proceso educativo como lo menciona la Nueva Escuela Mexicana, que se involucre a los padres de familia, la escuela y el personal educativo, es decir una educación con una visión integradora, que se cuente con docentes preparados para tal fin y que fomenten el interés y motivación por estudiar en sus alumnos, tomando en cuenta que si un niño llega interesado por aprender un contenido le va a ser más fácil poderlo comprender.

La educación emocional favorece en el niño el desarrollo de habilidades para su interacción con los demás desde un enfoque humanista, el cual brinda importancia al contexto en el que se desenvuelven los educandos buscando que este goce de un mayor bienestar personal y social para ir construyendo su identidad, por tal motivo, si se lleva a cabo una educación emocional se va a mejorar el aprendizaje de los educandos.

Dentro de los Aprendizajes Claves (2017) y la Nueva Escuela Mexicana se menciona la importancia de la educación de las emociones, siendo la NEM quien pone mayor énfasis en ella y en los efectos negativos y positivos que éstas tienen dentro del aprendizaje de los educandos, buscando desarrollar habilidades socioemocionales en ellos, para lograr esa educación de calidad, una enseñanza dentro y fuera de las instituciones mediante el trabajo colaborativo, inclusivo y equitativo.

La NEM busca lograr el desarrollo integral del ser humano, reconocer que las emociones se construyen en la interacción, por lo que se pide se realicen actividades afines de los intereses del alumno involucrándolos emocionalmente en un ambiente afectivo y estimulante.

Se recomiendan recursos didácticos y actividades de autores como Bisquerra y López para trabajar la educación emocional dentro de las aulas, con el fin de que tanto los

docentes como alumnos cuenten con ellas para emplearlas en las instituciones educativas. Algunos de los recursos son la música, que tiene beneficios motivadores en las personas que la escuchan e incluso en el proceso de aprendizaje, fomenta el despertar y fluir de ellas; por su parte, los cuentos permiten que el educando se identifique con sus personajes y sentimientos, amplían el foco de atención y mejoran la concentración, el juego facilita la interacción y libre expresión de sentimientos y emociones.

Actividades lúdicas como ejercicios de respiración y relajación cuyo objetivo es disminuir el estrés muscular y mental, el rincón de la tristeza en la que se analiza qué provocó esa emoción y qué hacer para sentirse mejor, yo me siento... dirigida a la descripción facial del dibujo por él docente y la imitación por parte de los alumnos, entre otras actividades donde los alumnos reflexionan sobre sus emociones, les ayuda a conocer sus emociones y reconocer la de los demás.

Para llevar a cabo la educación emocional el docente debe cuidar diversos aspectos al relacionarse con los educandos para generar un ambiente de aprendizaje seguro para ellos, con el fin de lograr su bienestar personal y social, como el permitir que el alumno se exprese sin prohibiciones las emociones que ellos están sintiendo, sin importar que emoción sea, expresarse con naturalidad y contemplar el lenguaje emocional a través del cuerpo y la palabra.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcantara, M. E. (29 de 05 de 2022). *Fase 2 Educaciòn Preescolar*. Obtenido de SCRIB: <https://es.scribd.com/document/592345745/Fase-2-Educacion-Preescolar#>
- Anzelin, I., Marín-Gutiérrez, A., & Chocontá, J. (2020). Relación entre la emoción y los procesos de enseñanza aprendizaje. *Sophia*, vol. 16, núm. 1, pp. 48-64.
- Bisquerra Alzina, B. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, vol. 19, núm. 3, pp. 95-114.
- Bisquerra Alzina, R. (2011). *Educación emocional*. España: Desclée De Brouwer.
- Bisquerra, R. (2011). *EDUCACIÓN EMOCIONAL Propuestas para educadores y familias*. España: Desclée De Brouwer.
- Caballero García, A. (5 de 11 de 2007). *La Educación Emocional, un beneficio para la escuela, la persona y la sociedad*. Obtenido de educaweb*: <https://www.educaweb.com/noticia/2007/11/05/educacion-emocional-beneficio-escuela-persona-sociedad-2615/>
- Cervantes Rosas, C. M., Alvites-Huamaní, C. F. (2021). WhatsApp como recurso educativo y tecnológico en la educación. *Hamut`ay*, 7.
- Córdova-Cando D.J., R. E.-B.-D.-V. (2021). El cuento infantil, como estrategia didáctica, para el desarrollo emocional en la . *Polo del Conocimiento (Edición núm. 58) Vol. 6, No 5*, pp. 560-579.
- Corona Lisboa, J. L. (2015). Uso e importancia de las monografías. *SciELO vol.34 no.1*, 1-5.
- Dueñas Buey, M. L. (2002). Importancia de la inteligencia emocional: un nuevo reto para la orientación educativa. *Educación XX1, núm. 5*, pp. 77- 96.

- Enríquez Villota, M. F., Fajardo Escoba, M., Garzón Velásquez, F., (2015). Una Revisión General A Los Hábitos Y Técnicas De Estudio En El Ambito Universitario. *SciELO vol.18 no.33* , 166-187.
- García Retana, J. Á. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista Educació* , pp. 1-24.
- López Cassà, È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, vol. 19, núm. 3, pp. 153-167.
- López Cassà, È. (2007). *Educación emocional. Programa para 3-6 años*. Madrid : Wolters Kluwer Educación.
- López Chamorro, I. (2010). El Juego En La Educación Infantil Y Primaria. *Autodidacta*.
- Machado Pérez, Y. (2022). Origen y evolución de la educación emocional *Alternancia – Revista de Educación e Investigación Vol. 4. No. 6*, 35-47.
- Marmòl M, R. A. (2019). Teatro de títeres como estrategia para potenciar la atención de niños de 5 años de la Escuela de Educación Básica Isabel Herrera de Velázquez. *SciELO vol.15 no.70* .
- Martín, S. G., Lafuente, V. (2017). Referencias bibliográficas: indicadores para su evaluación en trabajos científicos. *SciELO vol.31 no.71* , pp. 151-180.
- Ortega Estrada, F. (2017). Principios e implicaciones del Nuevo Modelo Educativo. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, vol. XLVII, núm. 1, pp. 43-62.
- Peña Julca, M. L. (2021). La educación emocional en niños del nivel preescolar: una revisión. *TecnoHumanismo. Revista Científica Volumen 1 / No. 12*, pp. 1-21.
- Pérez González, J. C., & Pena Garrido, M. (2011). Construyendo la ciencia de la educación emocional . *PADRES Y MAESTROS • Nº 342* , 32-35
- Ribes R, R. B. (2005). Una propuesta de currículum emocional en educación infantil (3-6 años). *Cultura y Educación*, 17 (1), pp. 5-17.

- Salguero Gallard, M. L., Panduro Cerda, A. (2001). Emociones y genes. *Investigación en Salud*, vol. III, núm. 99, pp. 35-40.
- Sanchez, C. (24 de 01 de 2020). *Normas APA Actualizada (7ma edición)*. Obtenido de Normas APA Actualizada (7ma edición): <https://normas-apa.org/citas/>
- SEP, S. d. E.P. (2017). *Aprendizajes Claves para una Educación Integral*. Ciudad de México : SEP.
- SEP, S. d. (2022). *Plan de Estudio de Educación Básica*. Ciudad de México.
- Serrano González-Tejero, J. M., & Pons Parra, R. M. (2011). El Constructivismo hoy: enfoques constructivistas en educación. *REDIE. Revista Electrónica de Investigación Educativa*, vol. 13, 1-27.
- Villanueva Méndez, L. O. (2011). Creciendo juntos para promover la autorregulación en niños preescolares. *Puentes para crecer UNAM*, pp. 1-56.
- Vivas García, M. (2003). La educación emocional: conceptos fundamentales. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, vol. 4, núm. 2, p.0.