



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD UPN 097 CDMX SUR

**LA IMPORTANCIA DEL DOCENTE EN EL MANEJO DE LAS EMOCIONES
PARA FAVORECER LA AUTORREGULACIÓN EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE
NIVEL PREESCOLAR DE CINCO A SEIS AÑOS.**

TESINA

**OPCIÓN DE ENSAYO PARA OBTENER EL TÍTULO DE:
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR**

PRESENTA

ALID NIETO ROJANO

ASESORA: DRA. MARÍA DE LOURDES SALAZAR SILVA

CIUDAD DE MÉXICO

AGOSTO 2021

INDICE

Introducción.	7
Capítulo I Planteamiento de la problemática.	
1.1 Delimitación	10
1.2 Los objetivos de la investigación.	17
1.3 Justificación de estudio.	18
Capítulo II Un acercamiento a la historia de las emociones	
2.1 Definición conceptual de las emociones.	20
2.2 Lo que cuenta la historia acerca de las emociones de Platón a Maturana	21
2.2.1 Clasificación de las emociones.	24
2.2.2 Principios de la conducta humana en las emociones.	25
2.2.3 Los componentes de las emociones.	26
2.2.4 Función de las emociones.	27
2.2.5 Importancia de las emociones.	29
2.3 Conceptualización de algunos tipos de emociones.	29
2.4 La autorregulación de los en los niños de 5 a 6 años.	31
2.5 Inteligencia en la educación.	35
2.5.1 Concepto de Inteligencia e Inteligencia emocional.	35
2.5.2 Importancia de la Inteligencia Emocional en el aula.	37
2.6 Educación emocional	37
2.6.1 Objetivos de la Educación Emocional.	38
2.6.2 Clasificación de las competencias emocionales de la Educación Emocional.	38

2.6.3	Importancia de la Educación Emocional en los preescolares del 3er grado.	40
-------	--	----

Capítulo III La intervención docente en el reconocimiento y manejo de las emociones de los niños y niñas de preescolar, a través de los planes y programas de educación básica 2011-2017.

3.1 Marco curricular del campo de formación de Lenguaje y comunicación y Desarrollo personal y social del programa de educación 2011.

3.1.1	Las escuelas como formadores emocionales de los niños preescolares.	42
3.1.2	Educación Preescolar en México	44
3.1.3	Programa de Estudios 2011.	45
3.1.3.1	Características del Programa de Educación 2011	47
3.1.3.2	Propósitos del Programa de Educación 2011.	47

3.2 Los campos formativos y aspectos que se organizan del Programa de Educación 2011.

3.2.1	Campo formativo Lenguaje y Comunicación	50
3.2.2	Campo formativo de Desarrollo Personal y Social.	52
3.2.2.1	Organización del campo formativo de Desarrollo Personal y Social	54

3.3 Marco Curricular del área de desarrollo Personal y Social (Educación socioemocional)

3.3.1	Programa de Aprendizajes Clave para la Educación Integral del nuevo modelo educativo.	55
-------	---	----

3.4 Tipos de experiencias de los docentes para lograr una educación socioemocional adecuada

57

3.5 La familia y su participación en las emociones de sus hijos pequeños.

58

3.5.1	Estilos de crianza.	59
-------	---------------------	----

Capítulo IV La educadora como agente emocional en los niños de 5 a 6 años a nivel preescolar.

4.1 El trabajo de la educadora en las emociones de los preescolares a partir de mi experiencia	63
4.2 Importancia del papel docente en el manejo de las emociones de niños de cinco a seis años de edad.	67
4.3 Competencias afectivas.	68
4.3.1 Dimensiones de la práctica docente.	69
4.4 La formación y actualización docente como buena práctica educativa.	70
4.5 Ser competente para ser un buen docente	72
Conclusiones	74
Bibliografía	77

DEDICATORIAS

A Dios.

Gracias, Dios, por levantarme cada vez que dudé en terminar este trabajo.

A Carlos.

*Gracias porque fuiste un ejemplo de hermano con mis padres, al cuidarlos y amarlos;
con nosotros, por enseñarnos tu paz y bondad.
Siempre estarás en mi corazón. Te amo, hermano.*

A mi familia de ángeles.

A mi mamá y papá.

*Gracias infinitas. Primero, por haberme dado la vida, porque creyeron en mí en todo momento,
me enseñaron que se pueden hacer las cosas, aun con las piedras que hay en el camino. Son mi
inspiración y fortaleza diaria.*

Los amo y siempre estarán en mi mente, alma y corazón... Los extraño tanto.

A mis hermanos.

*Hermana Tatiana: gracias porque eres mi incondicional, mi cómplice y amiga; gracias por todo tu
apoyo moral, espiritual y económico; y por creer en mí. Eres una excelente hermana, llena de
bondades y amor para dar. Después de apoyarme tanto, espero que la vida me permita pagarte
lo que he recibido de ti.*

*Hermanas Yolanda, Ana, Norma y sobrina Claudia: gracias por su gran ejemplo de fortaleza y
amor en todo lo que me han dado en mi vida. Gracias también por el consuelo cuando lo he
necesitado, y ser cómplices de vida.*

*Hermanos Beto, José Luis, Miguel Ángel, Fernando y Eduardo: gracias por el apoyo que me
demuestran, cada uno a su forma; y que han estado ahí para mí cuando lo he necesitado. Los amo.*

A mi familia de amigas y amigos:

Ariadna, Karla, Gina, Alejandra, Vanía, Martha G., Ángel, Ramiro y Gabriel.

Gracias a todos y cada uno de ustedes porque en mi andar por la vida, Dios los puso en mi camino y todos me han apoyado moral, espiritual y económicamente, sin dudar en ningún momento de mi amistad incondicional. Gracias porque día a día aprendo del amor, bondad, responsabilidad, compañerismo y cooperación para acompañarme en mi experiencia de vida. Ustedes, mi paño de lágrimas de mis triunfos y fracasos. Gracias y mil gracias por su complicidad y por tanta amistad y apoyo que he recibido de ustedes. Los quiero con el corazón en la mano.

A mis maestros.

Dra. Lourdes Salazar Silva: le agradezco su tiempo, dedicación y empatía; y el que haya creído en mí. De usted aprendí que se puede lograr lo que uno se propone, que no existen las excusas y que nada es imposible.

Dra. Lourdes, Prof. Martín Medina, Dr. Manuel: gracias por todas las enseñanzas que me proporcionaron durante la carrera. Ustedes son la prueba de que existen docentes que aman su profesión porque lo reflejan en sus clases y lo transmiten a sus alumnos.

*"La vida dentro de ti no está ahí para servir a tu cuerpo, mente y emoción.
El cuerpo, la mente y las emociones están al servicio de la vida".*
Sadhguru

INTRODUCCIÓN

Esta tesina tiene la intención de conocer cuál es la importancia del reconocimiento y manejo de las emociones de los niños y niñas de cinco a seis años de preescolar por parte de las educadoras. En el caso de la docencia, los momentos críticos que se han presentado en las aulas como parte del desarrollo del niño o niña, no se relacionan solamente con los conocimientos, sino también con las emociones. En ocasiones, las educadoras solucionan las situaciones emocionales que sus alumnos enfrentan en el aula, pero si desconocen cómo acompañar a los alumnos para que aprenda a educar las emociones, y los padres de familia no ayudan a sus hijos, la situación emocional de los niños o niñas en el aula se verá afectada y ello se manifestará como un impacto en el aprendizaje.

La educación formal hasta nuestros tiempos ha sido de vital importancia, sin embargo, la parte del desarrollo personal y social no tenía gran peso en la enseñanza, sin embargo, a partir de los últimos planes y programas de educación básica, se han incorporado paulatinamente brindando la importancia, sobre todo, a las emociones de las y los niños de preescolar. Gracias al último plan y programa llamado *Aprendizajes Clave* para la educación integral, elaboraron un apartado muy importante de las competencias, al que llamaron educación socioemocional, que servirá de guía para favorecer en los niños y niñas, el aprendizaje sobre el autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración; y puedan aprender a identificar sus emociones, además de expresar lo que les gusta o que no les gusta.

Si la educadora basara su enseñanza sobre todo lo que implican las emociones, en conjunto con dichos planes y programas, y con la ayuda de los padres de familia, seguramente se lograría mucho en el aprendizaje emocional de los niños a nivel preescolar, es decir, sabemos que el primer contacto que se da sobre las emociones es el seno familiar. Desde que nacen, los seres humanos van experimentando y aprendiendo sobre ciertas emociones y conforme crecen y

tienen más uso de razón se pueden enfrentar a algunas conductas como la falta de límites, y eso los puede llevar a la poca empatía, a la frustración, a la poca tolerancia, así como escuchar y respetar a los demás. Partiendo de esa premisa, una vez que los niños llegan a la escuela con las situaciones antes mencionadas, las educadoras se basan en los planes y programas de educación como el de aprendizajes clave y ayuda a gestionar curricularmente desde el área de desarrollo personal y social en el área de educación socioemocional. Una vez que se presentan dichas situaciones, como la falta de límites, se pide el apoyo de la familia para que lo trabajen en casa, mientras las docentes lo hacen en el aula.

Por consiguiente, es necesario que la institución educativa, las educadoras y los padres de familia trabajen en conjunto para ayudar a los niños y niñas a identificar sus emociones mediante una educación emocional y tomando en cuenta, además, los planes y programas educativos.

Este trabajo me ha llevado a la reflexión sobre la importancia de ser un docente emocionalmente competente. Para lograr que se lleve a cabo el proceso educativo de las emociones, los docentes y los alumnos deben estar en perfecta sintonía para lograr que se identifiquen y trabajen en ellas, sobre todo en las que los alteren y así tener la posibilidad de ayudarlos a resolver sus conflictos.

Así mismo, se debe considerar el papel que juega la educadora en el área pedagógica. Es importante valorar qué enseñar y cómo enseñar el área cognitiva y emocional para lograr una formación educativa integral. Como parte esencial de este tema fue necesario integrar en esta tesina la investigación de las emociones y sus comportamientos en los niños de cinco a seis años de nivel preescolar.

Este trabajo está estructurado por cuatro capítulos de la siguiente forma:

Primer capítulo: se explica el planteamiento del problema, delimitando el problema de estudio, así como su justificación y los objetivos de este trabajo.

Segundo capítulo: hago un acercamiento a las emociones, mencionando los diversos conceptos que existen desde su origen, hasta llegar al abordaje de

conceptos más actuales, así como su clasificación, función e importancia. También se aborda la inteligencia emocional y termino con la importancia de una educación emocional desde nivel preescolar.

Tercer capítulo: expongo las principales características y propósitos del Programa de estudios 2011 y del programa de aprendizajes clave; y analizo el área de desarrollo personal y social en lo que se refiere a la educación socioemocional.

Capítulo cuatro: destaco la importancia del trabajo e intervención del docente como mediador en las emociones de los niños y niñas de cinco a seis años en nivel preescolar. Así mismo, expongo la importancia de conocer las competencias afectivas, las dimensiones del perfil como la práctica docente, y la importancia de la formación y actualización para desempeñar una buena práctica docente.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Delimitación del tema.

Durante mi experiencia como docente titular a nivel preescolar he observado la problemática que presentan los alumnos en la autorregulación de sus emociones. En este nivel el alumnado está en el proceso de aprendizaje educativo, por lo tanto, se tendrían que tomar en cuenta sus habilidades y capacidades para que aprendan a autorregular sus emociones. Asimismo, la responsabilidad de la educadora es ayudar a los alumnos guiándolos adecuadamente para que identifiquen y autorregulen sus emociones; para ello es necesario trabajar en el aula con el fin de que los alumnos aprendan a manifestar verbalmente si algo no les gusta, les molesta o incomoda.

Bajo el esquema del desarrollo cognitivo, social y cultural, los niños y niñas de cinco a seis años tienen más capacidad para resolver las situaciones que se les presenten, pues se observa que ya tienen un lenguaje más fluido con ideas más claras y algunas veces mencionan lo que sienten; sin embargo, eso no asegura que logren la madurez necesaria para autorregular sus emociones. Para ayudarles a alcanzar dicha madurez, es necesario que entendamos bien el concepto de emoción. Una vez que se ha entendido qué tipo de emociones presentan regularmente los niños y niñas de esa edad, es conveniente basarnos en el Programa de estudio 2011, así como en el Programa Aprendizajes Clave.

No se debe olvidar que un educador es la persona que tiene en sus manos la labor más noble y extraordinaria: educar. Labor que debe realizar con verdadera dedicación, creatividad y esmero. Su labor será un proceso para promover el espíritu crítico y analítico de sus estudiantes; así también enseñarles a ser felices, a que convivan en sociedad, y cuando estén en el aula, observar sus necesidades

emocionales, para guiarlos a identificar y modificar sus emociones mediante una educación socioemocional.

León (recuperado de Olivares 2002), señala que todas las profesiones son bonitas, pero si realmente se tiene vocación y al docente le gusta hacer bien su trabajo, no sólo limitándose a lo que le piden, sino utilizando como herramienta a la creatividad y buscando ser competente otorgando importancia a los sentimientos de los niños y niñas, a través de las necesidades socioemocionales, no sólo logrará ser un excelente profesional, sino que ayudará a sus alumnos y alumnas a ser más seguros, y a tener la capacidad de expresar sus emociones negativas, a convertirlas en positivas y formar a un niño de bien para el futuro.

Conviene subrayar la importancia de que la educadora forme y habilite a los niños y niñas de preescolar para regular o modificar sus emociones; primero, para que se sientan bien y, después, para que logren un buen aprendizaje. No debemos olvidar que los docentes somos para nuestros alumnos un ejemplo a seguir y si no cuidamos lo que decimos y cómo actuamos, ellos podrían aprender ejemplos inadecuados, por eso es indispensable que la educadora cuente con las competencias emocionales equilibradas para tener éxito con los alumnos y alumnas en su educación emocional.

Dicho de otra manera, como menciona Olivares (2002), debido a los cambios constantes que se viven, en general, en una sociedad, el objetivo es lograr que el niño o niña aprenda a resolver conflictos emocionales que enfrenta día a día; en este sentido, las educadoras, en la medida que utilicen en sus planeaciones estrategias pedagógicas, les ayudarán a estimular más el área socioemocional. Para ello es necesario que dejen de preocuparse por los conocimientos que tienen que aprender sus alumnos y alumnas. Si se logra que el niño tenga cierto conocimiento de sus emociones, habremos logrado una educación integral.

Por otro lado, Incorporar a la familia a las instituciones educativas es muy importante, debido a que si hacemos un recuento del tipo de educación que se daba en México, hace aproximadamente veinte años, al interior de la familia,

observamos que estaba representado por un núcleo formado por el papá, la mamá, los abuelos y los tíos; y, en la mayoría de los casos, quien cuidaba y educaba a los hijos era la madre; sin embargo, eso ha cambiado en la actualidad. El rol de una mamá se ha complementado debido a que se ha incorporado a la vida laboral y la educación familiar depende de los abuelitos, tíos o cuidadoras, sin embargo, algunos parientes no tienen la paciencia y el cuidado para apoyar en las tareas escolares y los niños se ven afectados en su rendimiento escolar.

Es importante mencionar que no se debe olvidar el contexto familiar, porque la Secretaría de Educación Pública (SEP) publicó un libro en el año 2018 titulado "Para las familias", en el cual hace un llamado para que las familias hagan conciencia de la importancia de la educación en casa; que comprendan que los niños aprenden desde el momento mismo que es necesario que favorezcan el aprendizaje en el ambiente familiar, a través de la convivencia, el diálogo, el contacto con los libros, la curiosidad y el juego, que todo ello es muy importante en el desarrollo de los infantes.

El contexto familiar es el primero y el más importante referente para que los niños aprendan, es un factor preponderante que da como resultado la seguridad de ellos mismos al identificarse como individuos de una sociedad. Sienten que pertenecen y participan dentro de su familia, expresan qué le gusta o no, y eso nace en el interior del seno familiar. Es necesario que los padres de familia se den cuenta de que participan en la educación de sus hijos, y que no es sólo responsabilidad de las escuelas o, en todo caso, de los profesores.

Por lo anterior, es indispensable que los padres de familia no discutan o peleen frente a sus hijos, que traten de dialogar para solucionar sus diferencias en presencia de ellos y, principalmente, que no apliquen la violencia verbal o física como estrategia, sino la comunicación asertiva, la empatía y el entendimiento. Será necesario trabajar, en conjunto, padres de familia, docentes y alumnos, para ayudar a canalizar las emociones que se manifiestan a través de los sentimientos más comunes en los preescolares como: el enojo, la rabia, el miedo, la frustración

y la apatía. El objetivo de cada día será preguntar a los alumnos cómo se sienten, porque eso ayudará a entender su estado de ánimo durante la clase.

Si bien hay alumnos que no expresan lo que sienten, con más razón se les debe ayudar para que comuniquen sus sentimientos, por eso la importancia de educar las emociones. Dicho de otra manera, el docente primero debe identificar las debilidades de los alumnos, para transformarlas en fortalezas y oportunidades, y así los alumnos puedan expresar lo que sienten y juntos busquen la manera de resolver algún conflicto.

Dentro del aula, la educadora debe centrar su atención en aquellos factores como el aprendizaje, la tolerancia a la frustración, la adaptación social y el carácter que influyen para que el alumno autorregule sus emociones. Aquí lo importante es detectar esa problemática y pedir la ayuda de los padres de familia, para que a futuro no se den otro tipo de situaciones complicadas con los alumnos. Además, si el docente trabaja dentro del aula y logra que sus alumnos o alumnas de preescolar adquieran habilidades socioemocionales, como menciona Bisquerra (2005), logrará que los niños y las niñas sean hábiles en algunas competencias que tengan que ver con sus pares, pero sin olvidar la empatía que les ayudará a solucionar más que un problema sobre los sentimientos. Conviene subrayar entonces que la escucha y la empatía son esenciales para poder atender a esas necesidades emocionales de los niños preescolares de cinco a seis años.

Por otro lado, es importante señalar que dentro de los aprendizajes esperados del Programa de Educación (2011), la intervención docente en el ámbito afectivo social, la educadora debe de tener respeto, empatía, cariño, aprecio y sensibilidad para sus alumnos. Como se ha dicho en otro momento, la responsabilidad de la formación de los infantes no sólo corresponde a la educadora sino también a su contexto familiar, social, cultural y económico, es decir, el ambiente en donde se desenvuelva el niño o la niña a nivel preescolar. En efecto, a la edad de cinco a seis años los niños identifican y regulan algunas emociones, sin embargo, es difícil para ellos, debido a que la educadora está pendiente de sus emociones y buscan acompañarlos a enfrentar y resolver sus problemas.

Para lograr establecer un ambiente social que les permita identificar sus emociones la educadora puede apoyarse con las siguientes preguntas: *¿Cómo te sientes? ¿Qué no te gustó? ¿Por qué reaccionaste así? ¿Qué hicieron los otros al verte así? ¿Te gustó lo que hiciste? ¿Cómo te hizo sentir lo que te hicieron?* Por lo tanto, la educadora deberá fortalecer el valor del respeto y la confianza en sí mismos, ayudándolos a ser más hábiles en las emociones sociales. Para lograr un ambiente de aprendizaje que ayude a los niños y niñas de preescolar, el docente deberá tomar en cuenta las siguientes interrogantes que constituyen los ejes de esta tesina:

1. ¿Por qué es importante conocer la función de las emociones?
2. ¿Por qué es importante una educación emocional a nivel preescolar?
3. ¿Cómo están diseñados los contenidos sobre las emociones en los planes y programas del 2011-2017?
4. ¿Es importante la intervención de la educadora en las emociones de los niños y niñas de preescolar?
5. ¿Como puede intervenir la educadora para formar niños y niñas emocionalmente positivos?
6. ¿Por qué es significativa la formación y actualización de la educadora sobre las emociones?

Estas preguntas constituyen una parte medular de la tesina cuya intención es incrementar el conocimiento sobre las emociones y enseñanza aprendizaje en los niños preescolares de 5 a 6 años.

Otro aspecto del problema que planteo y que me interesa abordar es que, a través de mi práctica docente como educadora de preescolar, identifico que existe un problema entre la articulación de saberes prácticos con los teóricos, al respecto, Bisquerra (2005) comenta:

“La puesta en práctica de programas de educación emocional requiere una formación previa al profesorado. Por los datos que disponemos, se puede afirmar que el desarrollo de las competencias emocionales de forma intencional y sistemática está en general bastante ausente en los programas de formación de maestros” (p.100).

Por lo tanto, es conveniente que a los docentes se les prepare en las competencias emocionales desde los planes y programas de las licenciaturas de educación y que dentro de esta formación inicial se debería ofrecer un bagaje sólido en materia de las competencias emocionales para los docentes.

Considero que es necesario, primero, que las educadoras, tengan claras las características de desarrollo de los niños de preescolar de 5 a 6 años. Es importante señalar que los niños a la edad preescolar van a tener un desarrollo físico, cognitivo, social de la personalidad y del lenguaje, y que de acuerdo a las particularidades de los niños y niñas en la edad de cinco a seis años, se podrán identificar de acuerdo a las teorías destacadas como: la teoría psicoanalítica, de Freud (1896); la teoría psicosocial, de Erikson (1950); la teoría de la psicología genética, de Piaget (1958); la teoría de la evolución psicológica del niño, de Wallon (1965); la teoría del desarrollo cognitivo, de Bruner (1966); la teoría del aprendizaje social de Bandura (1987); y la teoría del aprendizaje sociocultural, de Vygotsky (1978), las cuales nos permiten reconocer en qué etapa de desarrollo se puede encontrar un niño o niña a nivel preescolar. Porque para Shonkoff y Phillips (2004), si las educadoras, en un principio, tenemos conocimiento de esto, posteriormente se podrá aplicar un diagnóstico escolar para identificar sus habilidades, destrezas y emociones, favoreciendo las áreas cognitivo, socioemocional y de lenguaje, sin ignorar la parte física.

Resulta importante resaltar que para el Programa de Estudios (2011), la familia no es la única responsable en la totalidad de las emociones de sus hijos. Atendiendo a lo que se dice, que la escuela es el segundo hogar del alumno, ésta debe proporcionar seguridad, apoyo, enseñanza y calidez; no debe ser un lugar en

donde se haga sentir mal al niño o niña por cosas que dice o hace mal, al contrario, debe tener el cuidado de no evidenciarlo por ningún motivo.

Quiero hacer esta tesina sobre la importancia del docente en la investigación y estudio de las emociones para favorecer la autorregulación en los niños y niñas de nivel preescolar de cinco a seis años. Para mejorar mi práctica docente, considero que conocer los fundamentos teóricos enriquecerá la manera en cómo intervengo en el aula, logrando así una mejor enseñanza educativa que vincule mi práctica con la teoría, con el único propósito de intervenir en la realidad educativa para mejorarla.

Mi búsqueda para resolver mis incógnitas sobre las emociones de los niños y las niñas de preescolar, así como la vinculación de la teoría con la práctica de los planes y programas de educación, servirá para lograr una buena educación socioemocional de manera primordial por los docentes. Lo anterior, pienso lograrlo a través de una revisión exhaustiva sobre las investigaciones hechas respecto a mi objetivo de estudio, desde un enfoque crítico que posibilite, a partir de la información y las teorías, definir mi pensamiento y con ello contribuir desde el aula en los procesos de auto regulación de las emociones en los niños de preescolar de cinco a seis años.

Es de suma importancia destacar que la acción humana se propaga en el medio social y que tiene que ver como dice Vygotsky que el aprendizaje de los párvulos no se logra de manera individual, sino histórica social y culturalmente hablando. Los pequeños realizarán una actividad de producción y reproducción del conocimiento en donde asimilan formas sociales que ven en acción e interacción con los demás. (citado en Patiño, 2007)

De ahí partimos entonces que el fenómeno educativo no se limita a lo que sucede en las escuelas a nivel preescolar, sino que además se reflexiona sobre las diferentes comunidades de práctica en las que participan los niños y niñas, y una de ellas principalmente esta los estilos de crianza parental como nos indica Jorge, E. y González, C. (2017):

Autoritario: padres estrictos, exigen obediencia, controlan, poca comunicación.
Democrático: padres que delimitan reglas, tienen mucha comunicación, el castigo limitado, bajas exigencias.

Permisivo: padres tolerantes al extremo, autorizan todo, no ponen castigos o restricciones, tienen bajo nivel de control, son afectivos y muy comunicativos.

Negligente: padres tolerantes en extremo que no atienden a las demandas de sus hijos, ni se preocupan en sus propias necesidades más que en las de su hijo” (p.46).

También es necesario considerar a la escuela, y los diferentes microsistemas en los que se desenvuelven los alumnos. Se debe considerar, como una meta importante, que los docentes estén al tanto de las condiciones emocionales que los alumnos presentan en el aula con sus pares, y que les ayuden a hacer frente a las problemáticas emocionales.

Es necesario que el docente estudie sobre la autorregulación de las emociones de los alumnos a su corta edad para lograr una educación equilibrada, y no sólo que se enfoque en la educación intelectual, sino a la que se relaciona con el área desarrollo personal y social dentro de (educación socioemocional).

1.2 Los objetivos de esta investigación son:

❖ Objetivo General

Investigar y analizar las emociones, para que las educadoras puedan apoyar a los alumnos en la autorregulación de sus emociones.

❖ Objetivos Específicos

- Establecer la importancia del estudio de las emociones por parte de las educadoras para que ayuden a los niños a distinguir qué les afecta o no en su estado de ánimo.

- Examinar y conceptuar qué es la educación emocional en la vida de los niños a nivel preescolar.
- Analizar las emociones dentro de los planes y programas de educación básica 2011-2017.
- Proporcionar al docente elementos teóricos que faciliten la autorregulación de las emociones de los alumnos de cinco a seis años de edad.

1.3 Justificación de estudio

Considero importante el estudio del tema elegido porque la falta de autorregulación de las emociones no sólo repercute en el aprendizaje en el área cognitiva, sino más bien en la parte social, sin embargo, si el docente investiga, estudia y categoriza las emociones, eso le ayudará a establecer estrategias que le permitan determinar un resultado positivo de la autorregulación, que servirá para evitar un descontrol emocional posterior.

Los beneficiados con este tema, básicamente serán los agentes educativos y los alumnos de preescolar, que conjuntamente con la comunidad familiar, escolar y social, ayudarán a remediar este problema de la autorregulación de las emociones. Todo estará encaminado a identificar cuáles son los componentes que ayudarán a que los preescolares autorregulen sus emociones.

Si nuestra práctica educativa no es pertinente, afecta directamente a los alumnos; y si no hay una reflexión de lo que hacemos en las aulas, esto se verá reflejado de manera directa, porque aqueja a los alumnos en su desarrollo social cognitivo y emocional. Por lo anterior, es de suma importancia tomar en cuenta las necesidades de los niños desde su sentir y su actuar ante las circunstancias que les afectan directamente en las emociones; si la educadora no las detecta primero, podrían llegar a la frustración y el enojo. Sin embargo, la familia también tiene la responsabilidad de ayudar en casa a sus hijos o hijas si tienen algún problema vinculado con las emociones que les afecten.

Por lo anterior, es importante preguntar: *¿Qué es lo que sientes?, ¿Cómo lo percibes?* Además, hacerlos sentir seguros para que puedan confiar en las educadoras y ayudarlos a resolver sus diferencias con el otro para poder relacionarse con sus compañeros en una sana convivencia.

La educación para la vida tiene como base un aspecto en el desarrollo humano, porque ayudará a dar cuenta de las necesidades sociales de los niños y niñas de preescolar, y esto se logrará al reflexionar sobre todo lo que hacemos como educadoras en nuestra práctica cotidiana. ¿Cómo podemos guiar adecuadamente a los pequeños que se enfrentan constantemente con variaciones en sus emociones? Al respecto, Bisquerra (2005) comenta que lo primero es investigar cómo están los niños y niñas con sus emociones y, posteriormente, la necesidad de conocer cada una de éstas. Será de esa manera que se consolide una educación emocional.

Capítulo II

Un acercamiento al concepto de Emociones y a la Educación emocional

*“No hay separación de mente y emociones,
las emociones, pensamientos y aprendizaje están relacionados”.*

Eric Jensen

En este capítulo se precisará el concepto histórico y actual de las emociones, por lo cual se analizarán distintas teorías que se destacan desde una ideología filosófica, fisiológica y psicológica. Además, se analizará la importancia que tienen en las emociones para los preescolares de tercer grado. En suma, se darán a conocer las aportaciones que ayudarán a comprender las emociones.

Entre otros conceptos que estarán incluidos de manera importante, se identificarán los siete pilares de las emociones y se explicará cómo influye tener una inteligencia y educación emocional para la vida, que comience a favorecerse desde la educación preescolar.

2.1 Definición conceptual de las emociones

Durante un largo tiempo el hombre se enfocó en mayor medida por el control de sus pasiones, que por los conocimientos de sus emociones. Sin embargo, es importante destacar a los autores que fueron fundadores en el estudio de las emociones como Platón, Aristóteles, Hume, Descartes, Cannon, James y Lange, entre otros; y a los que fueron creando un concepto más cercano a las emociones como Singer y Shachter y Maturana (Casado y Colombo, 2006, Bolaños, 2006, Calhoun y Solomon, 1985, Garrido, 2000, Ruiz, 2020). Todos ellos nos llevan por un recorrido sobre la concepción de las emociones y de acuerdo a sus investigaciones se encuentran el miedo y la felicidad; el odio y el amor, que van acompañados de otros elementos que se analizarán más adelante.

Debido a que las emociones se han clasificado desde diferentes disciplinas filosóficas, psicológicas, fenomenológicas y cognoscitivas, estas teorías ayudarán a comprender y reconocer más acerca de las emociones en el ser humano.

A principios del siglo XX las Ciencias sociales permitieron que los sentimientos adquirieran la posibilidad de explicar la forma en cómo se relacionan el individuo y la sociedad, partiendo del hecho de que las emociones se hacen comprensibles a las motivaciones y las acciones que permanecen ocultas a procesos sociales y culturales particulares. Sin embargo, esta perspectiva conlleva una dificultad en la naturalidad de los comportamientos emocionales y se aleja de la fisiología y la psicología.

Según el diccionario de la Real Academia Española, las definiciones de emoción son las siguientes:

Del lat. *emotio*, *-onis*.

- 1.-f. Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática.
- 2.-f. Interés, generalmente expectante, con que se participa en algo que está ocurriendo.

Podemos ver que, a partir de las definiciones arriba mencionadas, tuvo que pasar mucho tiempo para llegar a un acercamiento sobre el concepto de las emociones. Por otro lado, no deja de ser menos importante saber cómo se llegó al concepto actual a partir de las investigaciones de psicólogos, científicos y doctores, entre otros.

2.2 Lo que cuenta la historia acerca de las emociones de Platón a Maturana

A lo largo de la historia se ha desarrollado el interés por saber qué es una emoción; destacaré brevemente a los estudiosos más representativos para lograr entender, desde una perspectiva filosófica, psicológica, fenomenológica y cognitiva, el concepto de una emoción.

Nuestra ruta comienza, por la filosofía griega clásica. La primera teoría sobre la emoción fue de Platón (citado en Casado & Colomo, 2006); “dividió la mente o alma en los dominios cognitivo, afectivo y apetitivo trilogía razón, apetito y espíritu que en la actualidad se corresponde en psicología con la cognición, motivación y emoción” (p.2). De acuerdo a los estudios la teoría más cercana a las emociones es la de Aristóteles (citado en Casado & Colomo, 2006). En su obra retórica “la emoción es toda afección del alma acompañada del placer o del dolor” (p.2); estos últimos advierten a nuestro cuerpo para enfrentar a las emociones con valor. Hume (citado en Bolaños, 2016), clasificó las emociones en dos tipos: las calmadas que responden a sentimientos psicológicos, y las violentas que no necesitan estar acompañadas de sensaciones físicas determinadas y localizables.

Siguiendo con la ruta para llegar al concepto de las emociones, Descartes (citado en Casado & Colomo, 2006) aborda minuciosamente las emociones en “Las pasiones del Alma”; señala que éstas son afectaciones, modificaciones pasivas causadas en el alma, es decir, salen de las fuerzas mecánicas que obran en el cuerpo” (p.5). El planteamiento de Descartes es dualista, debido a que el alma y el cuerpo son de sustancias diferentes, y él consideró que existen seis emociones como el asombro, el amor, el odio, el deseo, la alegría y la tristeza. James y Lange (citado en Calhoun y Solomon, 1996) plantean en su teoría que las emociones son un producto físico llamado la teoría de la sensación. Ellos proyectaban a la emoción como consecuencia de una idea y la causa de la expresión física. Tanto James como Lange proponían un modelo en el que la reacción fisiológica ante el estímulo era la que provocaba la emoción: esto lo resume en su frase célebre “No lloramos porque estamos tristes, sino que estamos tristes porque lloramos”.

Ahora bien, Max Scheler (citado en Casado & Colomo, 2006), estudió la fenomenología. Él pensaba que la vida emocional es muy independiente de la intelectual. Por otro lado, Cannon (citado en Schmidt-Atzart, 1985) basó sus estudios en la neurología, y también los trabajos que realizó sobre la fisiología permitieron darse cuenta de la relación que había entre el trabajo gastrointestinal y

el dolor, el temor, la rabia y otras emociones intensas; y que no sólo estaba relacionado con el hambre. Cannon se preocupó en diferenciar la forma en cómo funciona el cerebro producido por la conciencia y la expresión o conducta emocional. Una de las formas para identificar lo anterior es que en nuestro cuerpo existen cambios físicos cuando aumenta el ritmo cardíaco, por ejemplo, aumenta la velocidad de la respiración, es decir, se trata de un signo que se envía a nuestro cuerpo para prepararlo ante una emergencia en la que se tenga que defender.

Refiriéndonos a los cambios fisiológicos que menciona Cannon (citado en Garrido 2000), descubrió que el patrón de los cambios del funcionamiento biológico sólo aparece en los recién nacidos y que es de forma pura y natural, así mismo nacen con ciertas reacciones emocionales como miedo, furor y amor, es decir que éstas no las aprenden. Con la teoría de Cannon se observa que algunas emociones como dice él son de forma innata y básicas y con el paso del tiempo los niños y niñas aprenderán a desarrollar otras más. Debido a esto, las educadoras debemos tener presente que las emociones aparecen desde que se es recién nacido.

Refiriéndonos a los procesos fisiológicos de las emociones, Marañón (citado en Garrido, 2000) menciona que realizó estudios científicos en los mecanismos neurológicos y humorales de la emoción, por lo que hace referencia a que el bloque del hipotálamo-hipofisario realiza importantes aplicaciones en el funcionamiento de las emociones; asegura que existen tres elementos: el psíquico, el expresivo y el vegetativo, los cuales permiten diferenciar una emoción de la otra. Esto se refiere a cuando una persona recuerda algo que lo hizo enojar; su cuerpo cambia y expresa ese sentir de tal manera que existe una modificación visceral y de ahí se determina su estado emocional. Siguiendo con esta línea de las respuestas fisiológicas en las emociones, Shachter y Singer (citado en Ruiz, 2020) señalan que sus estudios están fundados en que el origen de las emociones va de la deducción de las respuestas fisiológicas a la apreciación cognitiva y se ve a través de la deducción que hacemos a las respuestas fisiológicas periféricas del organismo y de la evaluación del contexto. Las respuestas fisiológicas que tenga

una persona van a depender de la intensidad de la emoción por la que esté pasando, pero la cualidad de la emoción se definirá en la forma que la evalúe cognitivamente el escenario que ha inducido tales respuestas.

Mora (2012) señala que el concepto de emoción tiene dos modalidades: fenómeno interno y externo; el primero se basa en que se dificulta expresar las emociones y sentimientos; en el segundo sí se expresa la emoción y sirve para que dé a conocer su pensar y sentir. Para Sartre (citado en (Casado & Colomo, 2006), la emoción se aprende del mundo en que viven, a través de una conciencia universal, por lo tanto, la emoción no es algo accidental en nuestro ser, sino una forma interna desde nuestra conciencia y cómo una persona comprende el mundo inmediato en el que está viviendo. Asimismo, las emociones disponen de habilidades corporales que están en la base de lo que hace una persona y, por lo tanto, toda actuación humana se funde en una emoción.

Los niños y niñas de edad preescolar viven en este mundo aprendiendo a conocer sus emociones y con el paso de los años lo van experimentando desde diferentes contextos familiares, escolares y sociales. Está claro que los niños no saben de la conciencia emocional, por lo que lo están descubriendo, y en la medida que lo experimenten de esa forma, tendrán habilidades para saber manejar sus emociones. Para Humberto Maturana (citado en Ibáñez, 2002), de la emoción en la que se encuentre el niño dependerá la acción que tenga como respuesta en ese momento.

Habrá que decir también que las emociones positivas o agradables permitirán en los niños o niñas la práctica de acciones adecuadas en el aprendizaje y, por el contrario, las emociones negativas o no gratas no lo permitirá.

2.2.1 Clasificación de las emociones

A continuación, se expondrá la clasificación de las emociones que Bisquerra (2005) construyó y con la cual coinciden otros autores:

1. Emociones positivas: favorecen el bienestar de las personas como la alegría, el humor, el amor y la felicidad.

2. Emociones negativas: son todo lo contrario a las emociones positivas porque son las que afectan al bienestar de las personas y son la ira, el miedo, la ansiedad, la tristeza y el asco.

3.- Emociones ambiguas: también conocidas como neutras porque no provocan una emoción positiva ni negativa y éstas pueden ser la sorpresa, la esperanza y la compasión.

4. Emociones estéticas: se considera que están dentro del arte como la música o la pintura. Suele pasar cuando escuchamos cierto tipo de música y dependerá del estado de ánimo en el que nos encontremos.

5. Emociones sociales: se sienten en relación a otras personas. Se van aprendiendo y se expresan ante los demás como la vergüenza, la gratitud, el orgullo y la admiración.

He considerado importante señalar esta clasificación y especialmente de un solo autor porque estoy de acuerdo en que, para el estudio de las emociones de los niños de preescolar, esta clasificación es la que más viven en su contexto familiar, social y escolar.

2.2.2 Principios de la conducta humana sobre las emociones

Ruíz (2020) menciona que los autores Schachter y Singer (1971) establecieron tres principios que intentaron explicar la conducta emocional humana:

Principio 1: etiquetar las emociones

La persona describe lo que siente en ese momento y la activación fisiológica le dará un nombre como tristeza, miedo, alegría etc., según la valoración cognitiva del contexto que ha creado tal activación.

Principio 2: no se etiquetan las emociones

Se presenta una emoción en el individuo y existe una aclaración de la activación fisiológica que está sintiendo, sin embargo, no es necesario realizar una estimación cognitiva de la realidad.

Principio 3: se experimenta activación fisiológica

Aquí se diferencia el sentimiento de una emoción. La emoción se da a través de un conjunto de respuestas que nos ayudan a reaccionar cuando existe un estímulo externo (a través de los sentidos) o algo interno (donde se evoca un recuerdo o una imagen). Las emociones las adquirimos desde el nacimiento, son de corta duración y están asociadas a una acción. Mientras que los sentimientos son el resultado de ese conjunto de emociones, es decir, cuando se toma conciencia de éstas, etiquetándolas y entonces se emite un juicio de ellas. Los sentimientos, a diferencia de las emociones, suelen durar más tiempo y se dan después de las emociones, por lo tanto, no hay sentimiento sin emoción (Rúa, 2020). Por consiguiente, cuando tomamos conciencia de las sensaciones de nuestro cuerpo al recibir esta motivación, la emoción se convierte en un sentimiento. Un sentimiento es una emoción hecha consciente; se inicia con una emoción, y llega a ser duradero; de hecho, hay sentimientos que pueden permanecer toda la vida.

2.2.3 Los componentes de la emoción

Cada emoción va asociada a la aparición de alguna modificación de carácter fisiológico, cognitivo y/o motor en el sujeto que la experimenta. Por lo tanto, tres sistemas orgánicos participan, de manera sinérgica e integrada, en la experiencia emocional.

De acuerdo con Bisquerra y GROU (2000) "La valoración del evento está sujeta a enfoques cognitivos, simultáneamente los cambios fisiológicos se manifiestan como expresión a la emoción y finalmente la predisposición a la acción será la energía que dependerá de la situación concreta" (p.62). Se considera que la acción es provocada por la energía que el sujeto interioriza, para después presentar una acción.

Bisquerra y GROU (2000) señala los componentes de las emociones:

- **Componente neurofisiológico.** Responde a las respuestas involuntarias y la regulación del sistema orgánico, nervioso central, autónomo y neuroendocrino. Es decir, tiene un origen cerebral neurológico.
- **Componente comportamental.** Se ven reflejadas las expresiones faciales, del cuerpo, el tono voz y gestos. Como aquellos procesos vivenciales de una emoción desde las acciones verbales y no verbales.
- **Componente cognitivo.** Se conocerá a través de la vivencia subjetiva y que concuerda con lo que se conoce como sentimiento. Porque le dará oportunidad de etiquetar la emoción. En este componente intervienen conocimientos previos, creencias y objetivos personales.

2.2.4 Función de las emociones

Ahora explicaré las funciones que algunos autores atribuyen a las emociones. Para Chóliz (2005), todas las emociones tienen alguna función que son de gran utilidad y ayuda a que el individuo realice con certeza las modificaciones conductuales adecuadas muy aparte del placer que esto le cree. Chóliz trabaja sobre la idea de Reeve (1994) de las tres funciones principales de las emociones que son:

1.- Función adaptativa: la emoción prepara al organismo para que elabore la conducta de acuerdo a las exigencias ambientales o del contexto en el que se encuentre, y le permita partir hacia un nuevo objetivo.

2.- Función social: aporta una interacción social al comunicar lo que sentimos, así como intervenir en la conducta de los demás, facilitar la comunicación de los estados afectivos o causar la felicidad que ayuda a los vínculos sociales.

3.- Función motivacional: la relación entre la emoción y la motivación es desde un punto de vista interno y existe la conducta motivada con dirección e intensidad. Toda conducta motivada provoca una reacción emocional y a su vez la emoción proporciona la aparición de conductas motivadas.

Plutchik (1980), citado en Chóliz (2005), destaca ocho funciones principales de las emociones y aboga por establecer un lenguaje funcional que identifique cada una a

de dichas reacciones con la función adaptativa que le corresponde, en la que el cuerpo de un individuo atiende a las emociones de acuerdo a sus necesidades y contexto, el autor selecciona algunas emociones, las cuales indican directamente cuál es su funcionalidad mediante la siguiente tabla:

Tabla 1 Función de las emociones

Lenguaje Subjetivo	Lenguaje Funcional
Miedo	Protección
Ira	Destrucción
Alegría	Reproducción
Tristeza	Reintegración
Confianza	Afiliación
Asco	Rechazo
Anticipación	Exploración
Sorpresa	Orientación

Tomado de Plutchik (1980)

Las emociones son las que hacen diferente al ser humano de otros seres vivos como los animales. Desde pequeños estamos enfrascados en las emociones; los niños recién nacidos comunican sus necesidades de comer, llorando, y ello representa una de las emociones que irán aprendiendo según el desarrollo y edad en la que se encuentren, así como sus reacciones. Además, vivirán de formas diferentes una y otra vez hasta que aprenden a autorregular una emoción. Si observamos bien, los niños de edad preescolar tienen las mismas emociones que un adulto, sólo que aquí el pequeño tendrá que aprender a distinguirlas y ver cuál es su uso en cada situación para que no propicien la burla de los demás, o se frustre al no saber qué le sucede. En la vivencia diaria, sea en el contexto familiar, institucional o social, las emociones como el miedo, la ira, o la tristeza serían perjudiciales para los niños si son constantes frente a los demás y no se tratan adecuadamente, es decir, derivaría en poca socialización y nulo aprendizaje. Ello dependerá de su edad y de las habilidades emocionales que vayan desarrollando.

2.2.5 Importancia de las emociones

La prioridad en la educación básica se veía como única e importante en la parte cognitiva, pero a lo largo de la historia de la educación y en los últimos programas de educación básica en México, ha dado un pequeño giro sobre la importancia que tienen las emociones en los niños de edad preescolar. Hoy existe otra mirada, en la que la preocupación no se centra únicamente en impartir conocimientos académicos a los niños de 3 a 6 años, ahora hay una inquietud para trabajar más en el desarrollo personal y social del niño como lo marca el Programa de Aprendizajes Clave para la educación integral (2017). Además, es necesario que los preescolares aprendan a gestionar sus emociones, partiendo de una educación emocional.

No imagino un panorama en el que los seres humanos no pudieran expresar las emociones que les acontecen en diferentes situaciones, ya que éstas sirven para su bienestar. Sería muy difícil sobrellevar la vida sin poder percibir o poder expresar lo que sentimos, de ahí que se considere la importancia del conocimiento de las emociones.

El desarrollo emocional al inicio de la vida ha logrado aportar un soporte de bienestar social y de la salud mental. Hoy se reconoce que los niños, desde que nacen, van desarrollando habilidades emocionales, por ejemplo, a partir del llanto, y luego los preescolares aprenden otras formas de comunicación emocional, entre ellas está la no verbal, que es a través de sus gestos corporales; y la verbal como cuando gritan de enojo o llegan a decir algunas palabras hirientes a los demás; de ahí la importancia del conocimiento y autogestión de las emociones.

Investigadores como Piaget (1958), Wallon (2007) y Erikson (2007), han estudiado a niños, desde recién nacidos, hasta ya mayores. Todo esto parece confirmar que si se empieza a trabajar, desde casa y en la escuela, todo lo que tenga que ver con las emociones del niño, le ayudará primero, como ya se comentó, a que logre ese balance emocional, para que identifique cómo se siente y qué le provoca, para así confinar las emociones correctamente a lo largo de su

pequeña vida, y no llegue a la segunda niñez con problemas de convivencia y de salud mental.

2.3 Conceptualización de algunos tipos de emociones básicas

De la misma clasificación de las emociones se toma el concepto de cada una de ellas, así como lo menciona Bisquerra (2000).

Alegría: una persona siente entusiasmo, euforia, excitación, contentamiento, deleite o placer, entre otros.

Tristeza: ayuda a la persona a ajustarse a una pérdida valiosa, puede ser a nivel personal, simbólico o material. La tristeza también puede causar el deseo de no hacer nada, no socializar o estar encerrado y llegar a las lágrimas.

Miedo: es muy común en los niños preescolares porque sienten temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia, consternación y nerviosismo.

Ira: es más común en un adulto y quienes lo experimentan se sienten con rabia, cólera, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, tensión, excitación, agitación e irritabilidad, entre otros.

Vergüenza: en general, se da más en los adultos que en los preescolares, dependiendo de la educación en casa. Se manifiesta como culpabilidad, timidez, inseguridad, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, humillación y remordimiento, entre otros.

Culpa: es el proceso psicológico que se da ante la experiencia subjetiva de la culpabilidad. Supone un estado afectivo consciente o inconsciente ante la creencia de haber infringido alguna ley.

De acuerdo a lo antes citado, nos damos cuenta de que estas emociones normalmente las encontramos en los niños de preescolar y que cada quien las manifiesta en cada situación a la que se enfrenta de manera distinta, de acuerdo a la edad, el desarrollo cognitivo, la madurez, el contexto familiar, social y escolar, entre otros. Depende, además, como se ha mencionado, de la educación emocional brindada en lo familiar y escolar, para que cuando lleguen a cierta edad logren identificar y autorregular sus emociones. Esta idea de educación emocional

nos remite al concepto de inteligencia emocional, el cual desarrollaré en el apartado 2.5.

2.4 La autorregulación de las emociones en los niños de 5 a 6 años

La autorregulación de las emociones en los niños preescolares ha sido siempre un tema importante a trabajar en las aulas, ya que los infantes están en proceso de aprender a identificar las emociones. A su corta edad se les dificulta, pero si un docente sabe qué es la autorregulación emocional podrá ayudar al alumno a alcanzarla.

Para Muñoz (2017), la autorregulación consiste en procesos externos o internos responsables de supervisar, evaluar y cambiar las reacciones emocionales, para el bienestar de las metas personales. Por su parte, Kopp (1982) nos indica que desde el nacimiento comienza el proceso de desarrollo de la autorregulación, permitiendo que el infante sea maleable y que le permita visualizar diferentes contextos cambiantes, lo cual se logrará alrededor de los tres años de edad.

Ahora revisaremos la definición de autorregulación por parte de varios autores. Shonkoff y Phillips (2004), y Muñoz (2017), coinciden en señalar que ésta se puede presentar desde un lactante y que, conforme crece y se desarrolla, los llantos y berrinches se convierten en sentimientos como el sufrimiento y vergüenza, entre otros; y que al paso del tiempo maduran hasta alcanzar estados emocionales más delicados cuando llegan a la adolescencia o más adultos.

En la práctica, el repertorio emocional del niño se interpreta socialmente, no podemos pensar que las emociones son para él mismo, la socialización que se da desde la madre y con los demás integrantes de ese círculo familiar, ya forman una comunidad donde se empezarán a descubrir y externar sus emociones según la edad de cada niño. Lo dicho hasta aquí supone que el contexto social, familiar y escolar les ayudarán a reconocer las expresiones emocionales, mediante estrategias para poder administrar sus emociones, desde darle un nombre para, posteriormente, gestionarlas. La emoción es una modificación fisiológica que experimentamos los seres humanos ante la presencia de un impulso y que no la

pueden ocultar. Además, el sentimiento se deriva de la emoción y cada persona los puede manejar o controlar al decidir cómo actuar frente a él o ellas.

Shonkoff y Phillips (2004), nos refieren aquellos padres de familia que hablan más seguido con sus hijos de las emociones a partir de preguntas como: *¿Por qué crees que Lupita esta triste?, ¿crees que extraña a su hermana?, ¿qué crees que puedes hacer para animarla?, ¿cómo te sentirías si fueras tú?* Esto les asistirá a desarrollar una mejor interpretación de sus emociones, llevándolos a una reflexión de conciencia, y con dichos cuestionamientos que se les hacen a los niños o niñas les ayudarán a que entiendan, poco a poco, cómo se sienten respecto a sus emociones, todo parece confirmar que pasa esto en las aulas de preescolar, que los niños y las niñas se enfrentan a emociones simultáneas de enojo, coraje y frustración de acuerdo a la situación a la que se enfrenten, y es ahí donde la educadora debe ser observadora y empática para ayudarles a gestionar sus emociones.

Hay que mencionar, además, que el desarrollo emocional y el cognitivo se apoyan entre sí; siempre están en conjunto. Se dice que algunas capacidades emocionales están fuera del alcance de los niños, y mientras no logren niveles de perfección cognitiva, será complejo autorregular sus emociones. Pero si se trabaja en las capacidades emocionales como ponerse en los zapatos del otro; hacer sentir bien a los demás; saber convivir y conocer las emociones ajenas, les ayudará a administrar sus emociones.

Por lo anterior, de acuerdo a la experiencia que he tenido durante mi práctica docente con las emociones de los niños de preescolar, extraigo cierta reflexión: lo primero es realizar un buen diagnóstico que nos indique cómo están nuestros alumnos en relación a sus emociones, de ahí parte todo. Además, es necesario realizar un cuestionario a los padres de familia y al niño para conocer más de ellos sobre su comportamiento en casa para, posteriormente, ser empáticas y diseñar las estrategias necesarias para favorecer el desarrollo cognitivo y emocional del menor.

Cuando el niño logra reconocerse, esto es, saber quién es y que lo caracteriza, empieza a identificar los comportamientos adecuados o inadecuados de acuerdo al grupo social en el que se encuentra, es decir, él aprendió lo siguiente: no se deben decir mentiras; no se debe pegar a los demás; se deben respetar las cosas de los otros; debe ayudar a quien lo necesite; debe levantar sus juguetes después de usarlos; no debe tirar basura; debe cuidar a la naturaleza; debe comprender que para todo hay un momento; no debe decir groserías; es mejor portarse bien a tener un mal comportamiento con todos los que están a su alrededor; no debe ver mucho tiempo la televisión; debe hacer sus tareas, etc.

Si observamos a nuestros alumnos cuando están jugando a lo que más les apasiona, aparecen emociones como la felicidad, el miedo, la tristeza y la sorpresa, entre otras; si el juego es de competir, los que ganan experimentan emociones como la alegría y la sorpresa; esto lo reflejarán brincando, gritando de alegría, bailando o abrazando a los demás, entre otras expresiones. Por el contrario, si pierden, la emoción que podrían sentir sería la ira, la vergüenza o la angustia. En los niños preescolares se presenta como irritabilidad, resentimiento o rabia, que puede ir acompañada de gritos, aventar cosas, pegar o hasta insultar, y todo ello se puede convertir, finalmente, en frustración.

Si el niño, por ejemplo, derramara agua, quizá la emoción que refleje será la vergüenza, la angustia y hasta el miedo, será ahí donde la profesora acompañará y tranquilizará a su alumno o alumna explicándole que no es tan grave y que no debe preocuparse. Este actuar de la educadora posibilitará que el alumnado de preescolar desarrolle, paulatinamente, sus habilidades emocionales y aprenda a autorregularlas.

Las emociones, por su misma naturaleza, son parte esenciales de las relaciones sociales, porque se van formando y creando conexiones entre los seres humanos, y se dan mediante cierto tipo de comunicación social, prosocial y también conductas antisociales. La primera se da cuando dos o más personas comparten

experiencias, sentimientos, conocimientos de formas diferentes como las digitales, virtuales o a distancia. Por otro lado, la comunicación prosocial se da en las personas que, sin buscar un beneficio propio o material, ayudan a otras personas como a grupos, y que su propósito social tiene un fin positivo que favorecerá de manera creciente una correlación positiva de calidad en las relaciones sociales. Contraria a la comunicación prosocial, en la antisocial, no existe la participación social, incluso va en contra de ella, de sus normas y reglas de conducta.

De tal manera que las emociones de los preescolares están inmersas en su vida cotidiana y aparecen en la medida que las identifican y adaptan en los momentos necesarios, siempre y cuando reciban la ayuda y dirección de un adulto, ya sea en la familia o en la escuela. Así también, la autorregulación de las emociones dependerá de la habilidad que tengan los infantes para reaccionar y darle solución inmediata a aquello que les cause algún desequilibrio emocional.

Al paso del tiempo, y de acuerdo al desarrollo de los niños preescolares, podrán adquirir una mejor comprensión de las emociones y entonces serán más capaces de manejar sus sentimientos. Para Shonkoff y Phillips (2004), algo que no consideran otros autores, es que para regular los sentimientos es necesario poner en marcha la asimilación de la emoción en contextos de la vida real que tengan que ver con la frustración en situaciones adversas.

La tarea de autorregular las emociones no es algo sencillo para las personas que rodean a los pequeños, debido a que no es sólo aprender a manejar las emociones que afecten directamente de manera negativa a los niños en la edad preescolar, sino que en ocasiones deriva en frustración para los niños y quienes les rodean, y eso a veces resulta más difícil de solucionar.

Shonkoff y Phillips (2004) coinciden también en que no sólo las intervenciones inmediatas de los padres ayudan a remediar los sentimientos de los niños o les hacen entender qué emoción están viviendo; más bien, deben intentar darles seguridad y confianza a sus hijos para enfrentar diariamente sus emociones,

aunque no las reconozcan del todo, esto es importante para que enfrenten el miedo y la frustración.

Para finalizar, Bisquerra (2012) señala que la autorregulación ocurre cuando el niño toma conciencia de la relación que existe entre la emoción, la cognición y su conducta, y esto se puede lograr cuando tiene la inteligencia para dirigir las emociones de forma adecuada. La autorregulación se opone a que las emociones se contengan y que mejor se tomen en cuenta externándolas de una manera adecuada.

2.5 La inteligencia emocional en la educación

Antes de adentrarnos al concepto de inteligencia emocional, es pertinente señalar que para mi estudio elegí la definición de Andrés (1997) (citado en Villamizar, 2013), que determina el concepto de “inteligencia en términos psicológicos y se compone de una doble acepción: una coloquial, que se encuentra con la capacidad mental básica, y la otra, la científica” (p.408). La primera alude a un individuo que tiene ciertas cualidades o peculiaridades, teniendo en cuenta sus creencias, pensamientos o teorías explicitadas; mientras que la segunda se basa en las teorías psicométricas, biológicas, del desarrollo y las de inteligencias múltiples.

Por otro lado, Stember (1982) (citado en Dueñas, 2002), menciona en su teoría triárquica de la inteligencia, y él la divide en tres dimensiones: componencial, experiencial y contextual. La primera es cómo los componentes cognitivos nos permiten aprender y evolucionar tareas inteligentes; la segunda dimensión se refiere a la aproximación de una circunstancia o problema y se le da una respuesta oportuna; y la última es de tipo práctico social, que describe la adaptación al ambiente y es útil para resolver problemas cotidianos que especifica la adaptación al ambiente y es favorable para resolver dificultades cotidianas.

2.5.1 Concepto de inteligencia emocional

Ahora mencionaré cómo algunos autores del siglo XIX comenzaron a determinar el concepto de inteligencia emocional. Empezaré como lo señala Bisquerra (2012), quien menciona que los autores Salovey y Mayer (1990), determinaron el concepto de inteligencia personal, refiriéndose a un individuo que puede supervisar sus emociones y sus sentimientos a través de ciertas capacidades que tiene y logrará desarrollar a lo largo de su vida; una vez que las detecta podrá darle el valor y la utilidad para dirigir su actuar y su pensamiento.

Posteriormente, Dueñas (2002) cita a Goleman (1995), para conceptualizar Inteligencia emocional, en los siguientes términos:

"... una meta habilidad que determina el grado de destrezas que podemos conseguir en el dominio de nuestras facultades, considerándola como el más importante de los factores que intervienen en el ajuste personal, el éxito en las relaciones personales y en el rendimiento en el trabajo. Goleman destaca los siguientes elementos que determinan el desarrollo de la inteligencia emocional: la conciencia emocional, el autocontrol, la motivación, la empatía y la habilidad social" (p.83).

Especificando que los tres primeros elementos dependen propiamente de la persona, desde su propio yo, ser responsable de uno mismo, conoce y controlar los propios estados de ánimo y motivarse a uno mismo; por otro lado, los dos últimos, se desarrollarán a través de la socialización con otras personas.

Shapiro (1997), refiere que la Inteligencia emocional se determina mediante las cualidades emocionales indispensables para lograr el triunfo como: pensar en los otros, la expresión y la comprensión de los sentimientos, la regulación del genio, la autonomía, la capacidad para adaptarse y resolver problemas de forma interpersonal, siendo persistente, así como tener afinidad con los demás, siendo amable y brindando un trato respetuoso. Para Cooper y Sawaf (1997), la inteligencia emocional es la capacidad para atraer, entender y aplicar eficiente la fuerza y la sagacidad de las emociones en tanto las relaciones humanas se trate.

Por su parte, Simmons y Simmons (1997), refieren que la inteligencia emocional se determina cuando una persona dirige toda su conducta visible a través del grupo de necesidades, impulsos y valores emocionales (Dueñas, 2002).

2.5.2. La importancia de la Inteligencia emocional

Tomar en cuenta las necesidades emocionales de los infantes es de suma importancia porque cada uno de ellos desarrollará habilidades emocionales desde el contexto familiar, social y escolar, siempre y cuando se les habilite en las competencias emocionales.

Este proceso debe llevar un orden y una continuidad; las educadoras son las principales observadoras que favorecen dichos pasos, como el de desarrollar el tener conciencia de las emociones. Es probable que no lo logren a los 6 años, pero se debe empezar a auxiliar en su camino de aprendizaje de las emociones, motivándolos para que piensen como se sentirían en el lugar de otra persona, y a la edad de 5 a 6 años, irán desarrollando la inteligencia emocional.

2.6 Educación Emocional

Una vez visto el tema de la inteligencia emocional que sabemos ayudará para aprender a autorregular las emociones, ahora para poder lograr esto debe existir una educación emocional y para eso veremos a diferentes autores que mencionaré a continuación.

Para Bisquerra (2012), la educación emocional es la transformación educativa, que es constante y estable, que fortalece en el desarrollo de las competencias emocionales como una base primordial del desarrollo humano y con el propósito de ser competente para la vida y favorecer en su bienestar personal y social; con esto ayudará a que sea una persona integral, y que no solo tenga una educación académica, si no también física, intelectual, moral, social y emocional, sobre todo.

Punset (2012) comenta que si se empieza la educación emocional desde la primera infancia será más fácil lograrlo, debido a que ya estamos más conectados,

se tiene la capacidad de estarlo porque somos mucho más sociales y la misma experiencia nos va ayudando a utilizar las herramientas necesarias para mejorar el aprendizaje social y emocional. Por ello, tanto los familiares como los docentes debemos ayudarles a expresar la emoción y como autorregularla como el miedo, la ira y aprender a ser más empáticos.

Nos menciona Bisquerra (2012) que si se consigue educar desde las emociones ayudará a realizar una acción preventiva para enfrentar los conflictos emocionales que les ayude a tener crecimiento y un desarrollo saludable, llevándolos a un bienestar personal y social. La educación emocional deberá tener continuación a lo largo de la escolaridad, así como disponer de múltiples oportunidades para llevar a la práctica estos aprendizajes, no sólo dentro del espacio escolar, sino también en la familia mediante actividades extraescolares.

2.6.1 Objetivos de la Educación Emocional

Siguiendo con Bisquerra (2003), menciona objetivos generales de la educación emocional que finalmente servirá para adquirir una mejor conciencia de las propias emociones y estas son los siguientes:

“identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida; aprender a fluir, etc.” (p.29).

Dichos objetivos nos ayudarán a tener un mejor discernimiento de las emociones que es lo que se pretende lograr con la educación emocional en las escuelas a nivel preescolar en los niños y niñas de cinco a seis años.

2.6.2 Clasificación de competencias emocionales de la educación emocional

Diversas aportaciones se han estado elaborando para una adecuada concepción del término arriba mencionado, revisaremos rápidamente algunas de ellas. Para estos autores Salovey y Sluyter (1997), determinan 5 como la empatía y autocontrol. Para Goleman (1995), está la autoconciencia emocional y habilidades

sociales. Y para Boyatzis y Mckee (2002), la autogestión y gestión de las relaciones por citar algunas de estos autores. (citados en Bisquerra y Pérez, 2007).

Lo dicho hasta aquí supone que los conceptos de competencias emocionales en algunas tienen cierta similitud, por lo tanto, yo postulo las que Bisquerra (2003) menciona que las competencias emocionales o competencia emocional “es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales” (p. 22).

Bisquerra en compañía de Pérez (2007) dieron la siguiente clasificación de las competencias emocionales de la siguiente forma:

- **Conciencia emocional.** El individuo toma conciencia de sus emociones y de los demás, mostrando un vocabulario y expresión corporal, la capacidad para identificar los propios sentimientos y emociones, identificarlos y clasificarlos, comprender empáticamente sus vivencias emocionales.
- **Regulación emocional.** Es la inteligencia para manejar y expresar las emociones de manera correcta, y a menudo deben de ser regulados los sentimientos y emociones, algunas de estas regulaciones están la de la impulsividad, frustración y la perseverancia entre otros, llevar a la practica la destreza de enfrentarse utilizando tácticas de autorregulación, y crear emociones positivas y disfrutar de la vida.
- **Autonomía emocional.** La persona entiende cómo tomar decisiones en su autonomía personal, desde la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, inteligencia para analizar las normas sociales, la disposición pedir ayuda.
- **Competencia social.** Es la aptitud para sostener buenas relaciones con otras personas, teniendo una comunicación afectiva, de tolerancia, y actitudes cooperación, solidaridad y asertividad, así como respeto por los demás, aceptando sus diferencias individuales y de grupo, teniendo una conexión afín, y tratar de entender esa comunicación expresiva, sea verbal o no verbal.

- **Competencias para la vida y el bienestar.** El individuo tiene la destreza para favorecer comportamientos responsables y adecuados de la vida cotidiana, enfrentándose a los desafíos siendo estos privados, profesionales o sociales, que nos permitirá estructurar nuestra vida de manera sana y equilibrada, así tomar decisiones en todos los aspectos, y finalmente buscar ayuda y asistencia con lo que necesite.

Habrá que decir que los contextos sociales tienen sus características, el ambiente social educativo, tiene las suyas bien definidas, como grupo colectivo debería existir la cooperación, participación, tolerancia y empatía, eso mismo es lo que tenemos que considera al trabajar con los niños y niñas de nivel preescolar, las competencias emocionales son el fundamento de una educación emocional que la educadora debe promover y fortalecer en sus alumnos, con el único objetivo de apoyarlo en la socialización con los de su entorno, para que logren una mejor calidad de vida.

2.6.3 Importancia de la Educación Emocional en los preescolares de tercer grado

Como se ha visto en relación a la inteligencia y la educación emocional, reconocer la importancia de los niños implica que las personas desde temprana edad aprendan a identificar sus emociones, clasificarlas, darles un nombre, lograr la habilidad de la resolución de conflictos, así como tener la capacidad de cambiar las emociones negativas en positivas.

Entonces la importancia de la educación emocional en los niños es necesaria en las aulas porque les ayudará de manera preventiva a interiorizar y conocer cuál es su sentir, cómo las pueden expresar de manera adecuada y a reconocer que para todo conflicto hay una solución pacífica y correcta. Si las educadoras trabajamos conscientemente la educación emocional en nuestras aulas, tendremos los elementos necesarios para guiar a nuestros alumnos ante las problemáticas que no saben externar y que en ocasiones pueden causarles algunos problemas sociales o cognitivos. Por consiguiente, una adecuada educación emocional

ayudará a gestionar mejor las emociones y a potenciar el desarrollo de estas competencias.

CAPÍTULO III

La intervención docente en el reconocimiento y manejo de las emociones de los niños y niñas de preescolar, a través de los planes y programas de educación básica 2011-2017.

En este capítulo abordaré los programas educativos de nivel básico, recuperaré el Programa de Preescolar 2011, así como el Programa de Aprendizajes Clave 2017, haciendo hincapié en aquellos apartados que se relacionan con el desarrollo personal y social de los niños de preescolar, y aquellos cambios que se dieron de un programa a otro, en relación directa con las emociones de los preescolares. Lo anterior me va a permitir mostrar por qué es indispensable la intervención docente en los niños de cinco a seis años, y cómo tienen que aprender a autorregular sus emociones.

3.1 Marco curricular del campo formativo de desarrollo personal y social del Programa Educación 2011

3.1.1 La escuela como formadora emocional de los niños preescolares

Para lograr ser formadores emocionales en la educación preescolar, las educadoras debemos tener habilidades y capacidades, primero en nuestra persona, y después como docentes; para lograrlo, existen diferentes formas, entre ellas se encuentra la preparación docente y actualización en lo que concierne a las emociones. Posteriormente, es necesario llevarlo a la práctica en las aulas mediante situaciones didácticas o proyectos, según sea la necesidad de cada grupo o de algunas niñas o niños. Por lo tanto, el docente adquiere un papel importante en la escuela para brindar una educación integral a los estudiantes, enfocándose de manera más importante sobre las emociones. Ya hemos comentado que la educación no es sólo transmitir conocimientos, sino instruir u orientar al infante acerca de su comportamiento y emociones en las relaciones sociales.

Si mencionamos a las escuelas como formadora emocional en los niños preescolares, el libro de las familias SEP (2018) nos menciona que cuando los niños o niñas ingresan a la educación preescolar, ellos y sus familias aprenderán que existen otras culturas, tradiciones e idioma diferente al que se vive en casa. En la escuela los infantes conocerán a más niños de entre 3 a 6 años, y cada uno de ellos tendrá ciertas características emocionales, con cierta afinidad afectiva y colaboración, porque dentro de la escuela se trabajarán con iguales propósitos en sus actividades escolares y esto los puede unir al llevar una buena socialización. Habría que añadir que los preescolares llegan la mayoría de las veces con ánimo de asistir a la escuela y convivir con sus amigos, y además sentirse seguros.

Los niños son emocionales desde antes de entrar a la escuela, entonces el propósito es educarlos emocionalmente, por eso desde el momento que entran a nuestra escuela y los recibimos con alegría y gusto de que jueguen y aprendan a socializar con otros. Se debe estar en estado de alerta, observando constantemente las señales verbales y no verbales que envían nuestros alumnos mientras permanecen en la escuela, así como su relación con sus compañeros y con las educadoras. Si como adultos, les damos confianza y seguridad; y los escuchamos, los vemos y los atendemos como debe ser, es decir, con gusto y de manera amorosa, con seguridad sentirán más confianza para que cuando enfrenten problemas emocionales, sea más fácil orientarlos a que expresen lo que le gusta o no les gusta y tengan la oportunidad de decirlo siempre.

Por ello, la escuela es uno de los principales espacios educativos para el desarrollo de las habilidades emocionales de los niños a nivel preescolar. Y ¿cómo se puede lograr esto? Básicamente brindando la seguridad desde un inicio, ser empáticas a sus temores y miedos por estar en la escuela. También será necesario enseñarles a promover la convivencia sana y pacífica, además de aprender que la empatía es elemento principal de una educación emocional. Asimismo, que sientan que la escuela colabora para favorecer la amistad y las relaciones sociales con sus iguales, a través de actividades formales y

extraescolares, basándonos en la inteligencia emocional y apoyándonos en darles una buena educación emocional.

García (1983) (citado en Dueñas, 2002) subraya algunos elementos para ayudar en la escuela a que el niño o niña construya un concepto positivo de sí mismo.

El trabajo de una educadora es:

- ❖ Enseñar a los infantes sobre el autoconcepto de sí mismos y a valorar más sus habilidades positivas, además de aprender que las críticas de los demás no les debe afectar.
- ❖ Lograr que los niños y niñas de preescolar identifiquen sus habilidades para hacer las cosas, que aprendan a valorarse y evaluarse. Si les ayudamos a ser hábiles y realistas acerca de lo que son y pueden lograr, difícilmente podrán sentirse fracasados o incapaces de hacer las cosas.
- ❖ Enseñar a sus alumnos la autorregulación de sus emociones y que por sí mismos resuelvan las situaciones que enfrentan, en lugar de depender de otra persona para que les ayuden a solucionarlos.

Es necesario ayudarles a reconocerse con sus capacidades y habilidades, para que hagan lo mismo con los otros. Siempre diciendo cosas positivas y alentadoras.

3.1.2 Educación preescolar en México

Para entender la educación reciente en México, es necesario hacer un pequeño análisis de los planes y programas que han antecedido y cómo surgieron, para ello me centraré únicamente en los programas de educación básica del 2011 y 2017.

La educación básica en México ha tenido diferentes transformaciones, entre las más importantes están la de tomar en cuenta a los niños y niñas de tres a seis años, debido a que se ha demostrado que a esa edad logran aprender valores y además son capaces de lograr un desarrollo cognitivo, social y emocional.

En mi opinión y experiencia he visto que la educación que se daba en casa era más completa, es decir, se establecían normas sociales y de convivencia, buenos

modales, el respeto a las normas y costumbres, así como ciertos valores; sin embargo, en la actualidad los padres de familia han delegado dicha responsabilidad a las educadoras. Esto sucede cuando los padres de familia no pueden educar como deberían a sus hijos y necesitan al docente para que intervenga y así los niños sigan las indicaciones de sus papás.

En la actualidad la preocupación y ocupación de los padres de familia los han orillado a dejarlos más tiempo en la escuela que en su propia casa. El problema no es ése en realidad, sino que no les dan calidad de vida, pues utilizan las tecnologías como sustituto de cuidado y atención y ése sí es un problema en la educación de los niños y niñas a nivel preescolar.

3.1.3 Programa de Estudios 2011

Antes de adentrarnos al programa de estudios de 2011, Ruiz (2020) subraya que durante los años noventa, cambiaron algunas reformas a la educación que sostenían que se tenía que dar una mejor calidad educativa. Después, en el año 2004, se visualizó otra política educativa y se enfocó ahora en el desarrollo de las competencias, lo cual resultó novedoso. Específicamente en 2009 y en el nivel de primaria se constituye la Reforma Integral de la Educación Básica (RIEB) y ha sido un proceso amplio de ajustes curriculares encaminados a mejorar el aprendizaje de los estudiantes. Esta reforma es un desafío para los docentes, debido a que la planificación del trabajo y la evaluación se tiene que hacer sobre los aprendizajes esperados.

La RIEB, a nivel preescolar, presenta otras áreas de posibilidades que es necesario detectar y aprovechar, concediéndole significado a los esfuerzos para valorar el cambio positivamente y generar un incremento continuo en el que coincidan las educadoras, los padres de familia, los alumnos, la comunidad educativa y social que están inmersas en la educación. (PE2011)

Aquí lo importante es que se desarrolla una política pública para elevar la calidad educativa, colocando al centro del acto educativo, el logro de los aprendizajes que

están basados en competencias, favoreciendo a cada una de ellas para lograr un perfil de egreso. En el PE (2011) nos plantea lo siguiente sobre el perfil de egreso.

Los niños y las niñas utilicen su lenguaje de su contexto tanto oral como escrito para darse a entender, así mismo aprenderán a que cuando se enfrenten a un problema lo analicen, razonen, aprenda a preguntar o cuestionar qué es lo que pasó y cómo solucionarlo. También los estudiantes aprenderán a buscar, evaluar, seleccionar la información de otro tipo de fuentes. Además, se habilitará en el proceso de decir o interpretar situaciones sociales, culturales, económicos de su contexto, será de vital importancia que los pequeños logren tener una convivencia sana y pacífica, conociendo sus derechos y aplicando los valores con responsabilidad social, pero así mismo respetar la cultura de los pares y aprovechar la convivencia para que aprendan de las tradiciones de los demás. Por último, tendrá que aprender a trabajar en equipo y saber que como ser humano tiene potencialidades que puede compartir con los demás y no de manera individual.

De ahí también la importancia de la intervención de la educadora para lograr que el alumno logre identificar sus emociones, que le sirvan como áreas de oportunidad para ser más empático, cooperativo, amistoso, compañero, entre otras, porque de lo contrario reflejará: enojo, tristeza o rabia y no podrá aprender por estar en esa situación vulnerable, debido a sus emociones.

Dentro de las características del PE 2011, podemos citar que el programa es de carácter nacional porque es observable en todas las formas y centros de educación preescolar ya sean de gobierno o privadas, dándole atención a las necesidades de los sitios de educación básica. Los propósitos de este programa básicamente son el trabajo por competencias, es decir, que el docente tiene que favorecer que los niños aprendan más de lo que ya saben, y construyen día con día sus saberes, ya sea acerca del mundo que los rodea y viven cotidianamente, así como ser personas cada vez más seguras, autónomas, creativas y participativas.

Para mí es de suma importancia señalar lo anterior porque permitirá tener una visión más clara de algunos puntos que señalaré en relación a las socializaciones de los niños preescolares, y de la importancia de poner a los niños en el centro de interés de una educación integral.

3.1.3.1 Características del Programa de Estudio 2011

El Programa de Estudio 2011 es nacional y de observancia general, va a ser regulado en todos los centros de educación preescolar, tanto públicos como privados. La regulación de todo lo que se refiere a la educación básica y para ello es de vital importancia la supervisión y seguimiento para garantizar que todo se lleve en tiempo y forma, de tal manera que permita a las instituciones dar un buen servicio, educativo y social, permitiendo la integridad de los niños y niñas de 3 a 6 años.

El programa de estudio 2011 se fundamenta en el trabajo a partir de las competencias, un aprendizaje esperado clave es un conjunto de conocimientos, prácticas, habilidades, actitudes y valores fundamentales que contribuyen sustancialmente al crecimiento integral del estudiante (p.111). Lograr todo eso dependerá de la participación, preparación y empatía de la educadora en donde además les ayudará a los niños y a las niñas a ser más autónomos, seguros, creativos, participativos, a través de situaciones didácticas que impliquen un desafío. Si propiciamos la curiosidad por saber más, si los encaminamos a enfrentar retos, les permitirá entonces esforzarse y el deseo de aprender más y eso los llevará a ser competentes en la vida. Todo lo anterior no sería posible si el programa no tuviera un carácter abierto que permite a la educadora, de acuerdo a las necesidades de sus alumnos, la libertad de hacer ajustes en aquellas situaciones de aprendizaje que le permita llevarlos a lograr dichas competencias, siendo así la responsable de lograr el propósito mencionado.

3.1.3.2 Propósitos del Programa de Estudio 2011

De acuerdo con el Programa de Estudio 2011 (p.17-18), se mencionan los siguientes propósitos que tienen un función importante en la coyuntura entre los tres niveles de Educación Básica y que se relacionan con los rasgos del perfil de egreso, ya que se considera que en nuestro país existe gran diversidad de cultural, social, y lingüística, y que en cualquier nivel en el que se encuentren podrán ajustarlos al currículo cuando pasen por la educación preescolar en cualquier modalidad, esperando así que mediante las experiencias cotidianas ayuden a su desarrollo de aprendizaje y que gradualmente logren lo siguiente: 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.

- Adquieran confianza para expresarse, dialogar y conversar en su lengua materna; mejoren su capacidad de escucha, y enriquezcan su lenguaje oral al comunicarse en situaciones variadas.
- Desarrollo, interés y gusto por la lectura, usen diversos tipos de texto y sepan para qué sirven; se inicien en la práctica de la escritura al expresar gráficamente las ideas que quieran comunicar y reconozcan algunas propiedades del sistema de escritura.
- Usen el razonamiento matemático en situaciones que demanden establecer relaciones de correspondencia, cantidad y ubicación entre objetos al contar, estimar, reconocer atributos, comparar y medir; comprender las relaciones entre los datos de un problema y usen estrategias o procedimientos propios para resolverlo.
- Se intensen en la observación de fenómenos naturales y las características de los seres vivos; participen en situaciones de experimentación que los lleven a describir, preguntar, predecir, comparar, registrar, elaborar explicaciones e intercambiar opiniones sobre procesos de transformación del mundo natural y social inmediato, y adquieran actitudes favorables hacia el cuidado del medio.
- Se apropien de los valores y principios necesarios para la vida en comunidad reconociendo que las personas tenemos rasgos culturales

distintos, y actúen con base en el respeto a las características y los derechos de los demás, el ejercicio de responsabilidades, la justicia y la tolerancia, el reconocimiento y aprecio a la diversidad lingüística, cultural, étnica y de género.

- Usen la imaginación y la fantasía, la iniciativa y la creatividad para expresarse por medio de los lenguajes artísticos (música, artes visuales, danza y teatro) y apreciar manifestaciones artísticas y culturales de su entorno y de otros contextos.
- Mejoren sus habilidades de coordinación, control, manipulación y desplazamiento; practiquen acciones de salud individual y colectiva para preservar y promover una vida saludable y comprendan qué actitudes y medidas adoptar ante situaciones que pongan en riesgo su integridad personal.

De los propósitos citados tomaré en cuenta el 1 y 2:

Los preescolares deben aprender a regular sus emociones: lo harán a través de la convivencia ente sus pares, y si se llegan a enfrentar alguna situación de diferencias entre ellos, mejor que lo hagan de manera explícita que fue lo que les molesto, además que sepan que una forma de regular sus emociones es respetar a todas las personas que conviven con él o con ella en todos los contextos, los niños y las niñas de nivel preescolar tienen que aprender a ser autónomos. Hay que mencionar además que a los niños y niñas se les deben de dar las herramientas para que obtengan confianza en sí mismos, así como expresar lo que siente, es necesario que ellos deben de ser empáticos, así como aprender a escuchar a los demás su sentir y todo esto lo logrará mediante las experiencias que vivan día a día.

Ahora bien, en el Programa de Estudio 2011, en el apartado de Estándares curriculares, el de español, en dos de los cinco componentes, se menciona la participación en eventos comunicativos orales: “comunica estados de ánimo, sentimientos, emociones y vivencias mediante el lenguaje oral” (p.29); en actitudes hacia el lenguaje, menciona que “considera las consecuencias de sus palabras y

sus acciones para sí mismo y para otros” (p.30). Con esto quiero decir que los niños o niñas cuando no saben comunicar sus gustos o disgustos, es decir, sus emociones, muchas veces sólo las expresan de manera corporal; sin embargo, con el paso del tiempo, en el interior de la escuela, la educadora tiene la tarea de enseñar a identificar, clasificar y darle nombre a la emoción, para que sepa autorregularlas. Para entender los procesos de aprendizaje infantil se debe recordar que tienen un carácter integral y dinámico basado en la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales, y que todos ellos pueden ayudar a su desarrollo integral.

3.2 Los campos formativos y aspectos que se organizan del Programa de Educación 2011

Es importante destacar que existen seis campos formativos que se organizan en ciertos aspectos, lo cual ayudará al docente a elegir, de acuerdo a las características y necesidades de sus alumnos de preescolar, el aspecto que utilizará para favorecer el aprendizaje. Así mismo, la educación es integral, de tal manera que los seis campos de formación no se trabajan independiente uno del otro, sino que van vinculados entre sí y a veces se llega a utilizar más de uno. Los seis campos formativos del Programa de educación 2011, son los siguientes: *Lenguaje y comunicación, Pensamiento matemático, Exploración y conocimiento del mundo, Desarrollo físico y salud, Desarrollo personal y social* y, por último, *Expresión y apreciación artística*.

De esos seis campos sólo tomaré en cuenta los que se relacionan directa o indirectamente con el área de las emociones de los infantes, a nivel preescolar, y se destacarán cuáles son los que influyen para la identificación de esas emociones y lograr autorregularlas, de acuerdo al apoyo que reciba desde su contexto familiar al escolar.

3.2.1 Campo formativo de Lenguaje y comunicación

El primer campo formativo es Lenguaje y comunicación, éste nos va a permitir que los niños y niñas de preescolar aprendan a comunicarse de manera oral y escrita,

y que esté sustentado mediante el área cognitiva y reflexiva, ayudándole a entender su propia cultura y otras, además de que podrá participar en comunidad y formarse en todos los aspectos que el individuo necesita para establecer las relaciones con los otros, por otra parte, el lenguaje oral le ayudará a expresar sus emociones, sentimientos, deseos e ideas.

Reflexionando un poco en el párrafo anterior y recordando mi experiencia en educación preescolar, no había considerado que efectivamente si no aprenden los niños y las niñas primero a comunicarse de manera oral, no podrán lograr de manera asertiva la interacción con sus pares. Es necesario considerar que la comunicación oral es indispensable para fortalecer los vínculos con sus compañeros y que, además, pueden conocer lo que les gusta o les disgusta de cada uno dentro de lo que viven cotidianamente en el aula. De hecho, este trabajo propone, de acuerdo a las características de los niños y las niñas, la desaparición paulatina de esas emociones negativas que influyen en el mal comportamiento de los alumnos que no han logrado identificar sus emociones o no han podido expresarlas a los demás; si el docente no ayuda al alumno, las situaciones se complican y no cesarán.

En este campo de formación del lenguaje el niño aprenderá a expresar cómo ve y siente lo que vive, y todo partirá de su contexto familiar que es la primera educación informal. Posteriormente, pasando a la educación formal que es la escuela, tanto los padres de familia como los docentes tienen la tarea de enseñar a comunicarse adecuadamente con sus pares, y si no lo lograrán entonces la intervención de los docentes se tendrá que reforzar en una mejor educación emocional. Para lograr una buena comunicación oral, también es necesario que el infante aprenda a escuchar.

El lenguaje no sólo es oral, sino también corporal, y muchas veces ayuda al individuo a expresar sus emociones. Es precisamente en el nivel preescolar en donde los niños empezarán a dar sus primeros pasos sobre la autorregulación de las emociones. Como lo mencioné: si existe la falta de comunicación oral en los preescolares, difícilmente sabremos qué es lo que siente y necesita.

3.2.2 - Campo Formativo de Desarrollo personal y social

Este campo formativo ayudará a la educadora a poner en práctica varios tipos de situaciones didácticas para lograr que el niño obtenga habilidades y capacidades para construir su propia identidad; para que gradualmente tenga predominio en el desarrollo personal y social. Básicamente, este campo es con el que se debería trabajar más en las aulas, debido a que una vez que los menores se incorporan al contexto escolar, se enfrentan a su realidad frente a otros niños y niñas de su edad, y muchas veces no usan la misma comunicación, es decir, no se comunican de manera asertiva y, por ejemplo, pueden agredirse, en vez de expresar sus emociones o disgustos a través del habla. Para ello, la educadora tendrá que ser muy observadora para identificar aquellos niños o niñas que se enfrentan constantemente a la falta de socialización. Es importante recomendar a las educadoras, quienes trabajan cotidianamente en este campo, que sean muy observadoras y acompañen objetivamente a los menores que se les dificulta socializar con sus pares, para que aprendan a convivir adecuadamente.

Todo lo que aporten los padres de familia o cuidadores de los niños desde que nacen y conforme van creciendo, influirá para que aprendan a socializar con otros niños de su misma edad, más aún si les enseñaron a ser cariñosos, respetuosos y empáticos. Una vez que ingresan a la educación formal, empezando desde la educación inicial, y posterior a preescolar, las educadoras descubrirán las habilidades y capacidades emocionales de los pequeños. El lenguaje juega un papel importante en esta transformación cognitiva, puesto que le permite construir al niño o la niña representaciones mentales, expresar y darle nombre a lo que perciben, sienten y comprenden de los otros.

Desde que ellos empiezan a tener uso de razón de acuerdo a su edad, van formando su carácter y su autoconcepto. Muchas veces, los seres humanos no aprenden desde pequeños cuáles son sus particularidades físicas: las cualidades que poseen, cómo son y cómo se ven; cómo se pueden reconocer a través del

espejo o qué les dicen los compañeros acerca de ellos; Quizá lleguen a lograrlo a la edad de cinco años, sin embargo, lo que es más complicado para ellos es identificar claramente cuáles son sus limitaciones, por ejemplo, si su autoestima está alta podrán estar bien consigo mismos, pero si es baja, quizá su comportamiento con los demás llegue a ser negativo.

Los niños y las niñas en la edad preescolar van formando sus cualidades y personalidad, mismos que son expuestos a través de las emociones; las más comunes en la edad preescolar son: ira, vergüenza, tristeza, felicidad y temor. Los infantes, van reconociéndolas a través del autoconcepto y autoestima, de tal manera que habrá momentos en que los niños, en lugar de limitarse (quedándose callados) o tener contacto con los demás, sabrán que hay situaciones que no se solucionan gritando o pegando, sino hablando con respeto y claridad ante las personas.

Para lograr en los niños el fortalecimiento de las emociones, es importante establecer bien las relaciones interpersonales entre los alumnos, para promover nuevos cambios de conducta que favorezcan una mejor socialización en los diferentes contextos en que se encuentren. Un factor importante, y que puede ayudar a lograr esa relación interpersonal, es el juego, ya que le permite a los niños y niñas, sacar lo mejor de sí; sin embargo, dependerá de la habilidad del lenguaje oral que tenga para expresar esa emoción. Así como el juego es importante, el clima educativo también lo es, porque cuando la docente detecta las necesidades de los alumnos, les dará la posibilidad de trabajar las emociones mediante estrategias innovadoras, creativas y asertivas, para lograr un bienestar emocional. Sabemos que para alcanzar algo, los pequeños llevan un proceso y un desarrollo en el que gradualmente irán madurando en su personalidad, tomando en cuenta la familia, la escuela, la sociedad y la cultura.

De acuerdo al Programa de estudio (2011), dentro del campo de formación Desarrollo personal y social, existen dos factores que ayudarán al desarrollo para que un niño o niña sea competente en esta área. Primero, están los padres de familia que son los que enseñan buenos o malos ejemplos; posteriormente, la

docente y su relación con los padres de familia, los compañeros de trabajo y sus alumnos, además de su ejemplo, sea positivo o negativo, ante todos ellos. Asimismo, cómo es el comportamiento del infante con sus pares y cómo lo aprendió. Como se puede observar, todos los involucrados deben ser un buen ejemplo de socialización para lograr que los alumnos lo sean también.

3.2.2.1 Organización del Campo formativo desarrollo personal y social

DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL		
ASPECTOS EN LOS QUE SE ORGANIZA EL CAMPO FORMATIVO		
COMPETENCIAS	IDENTIDAD PERSONAL	RELACIONES INTERPERSONALES
		<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce sus cualidades y capacidades y desarrolla su sensibilidad hacia las cualidades y necesidades de otros. • Actúa gradualmente con mayor confianza y control de acuerdo con criterios, reglas y convenciones externas que regulan su conducta en los diferentes ámbitos en que participa.

Tomado del Programa 2011 (pág.77)

El cuadro anterior nos da una gran idea de cómo se pueden establecer estrategias para lograr la competencia en los niños y niñas de preescolar de 5 a 6 años. Conviene subrayar que en los dos aspectos en que se organizan las competencias nos dan una directriz para guiarnos en la manera en cómo favorecer la convivencia, el respeto, la empatía y la aceptación con los otros, todo esto deberá estar enfocado en trabajar con las emociones, para lograr identificarlas y regularlas.

3.3 Marco curricular del campo de formación académica de Desarrollo personal y social (educación socioemocional) del programa de Aprendizajes Clave para la educación integral 2017

3.3.1 Programa de Aprendizaje Clave para la educación integral el nuevo modelo educativo

Es necesario mencionar que el programa de educación 2011 se dividía en 6 campos de formación y para este estudio sólo se hizo referencia al campo de desarrollo personal y social. Posteriormente en el programa de aprendizajes clave 2017, el campo de formación académica de desarrollo personal y social, se subdividió en tres áreas: artes, educación socioemocional y educación física. En este apartado sólo me enfocaré en el área de educación socioemocional.

Como había mencionado, en México, anteriormente no se consideraba como algo vital la enseñanza de las emociones, pero con el nuevo modelo de Aprendizajes Clave (2017), se menciona que se tienen que lograr las habilidades emocionales, y para ello se promueve el estudio sobre la importancia de aumentar las habilidades como la autoestima, el autoconocimiento y el trabajo en equipo.

El propósito del área de desarrollo personal y social es “Educar las emociones, educar para el bienestar”. En el siglo XXI la educación básica nos demanda para los niños, niñas y adolescentes, voltear a ver sus necesidades emocionales, la comprensión, la atención, la empatía y el afecto. Por lo tanto, el docente se tiene que apoyar en este programa que le ayudará a elegir el aprendizaje esperado de acuerdo a las necesidades que tengan sus alumnos en la relación que van forjando en la sociedad. Y, ¿cómo lograremos esto? Será por medio de situaciones de aprendizaje que los acerque más a la realidad de experiencias familiares, culturales, sociales y escolares. Es decir, que no sea desde la perspectiva de un libro, sino que aprendan a vivir y descifrar cuáles son sus verdaderas necesidades emocionales.

El objetivo, es conseguir que la educación sea transformadora e integral, para que los niños y las niñas alcancen un equilibrio en el aprendizaje, cuyos aspectos

tendrían que ser en el área cognitiva, social, familiar, emocional y de valores, que los lleve a superar cada vez más retos en su vida. Una forma de lograr lo anterior será platicar sobre sus emociones, es decir, que las reconozcan e identifiquen sus causas, y así, poco a poco, el niño o niña autorregulará sus emociones. También será necesario explicarles la importancia de expresar sus ideas; fomentar la confianza para que puedan hablar frente a sus compañeros de clase: qué les gusta o qué no, sus miedos, preocupaciones o frustraciones, y todo se conseguirá conforme les demos la confianza a nuestros alumnos y les ayudemos mediante situaciones de aprendizaje.

De manera especial, se debe tener en cuenta que la educación socioemocional ayudará a los infantes a alcanzar sus metas y lograr un mejor bienestar en la vida cotidiana; fijar relaciones sanas entre ellos, con sus cuidadores y la sociedad en general, que le ayudará a aprender mejor y tener relaciones sociales sanas. Además, se formarán con seguridad y aprenderán a resolver los obstáculos que se relacionan con sus emociones a lo largo de la vida. Para poder lograr una educación socioemocional como se plantea en el programa de Aprendizajes clave (2017) la docente deberá tomar en cuenta los propósitos de la educación preescolar como a continuación se mencionan:

1. Desarrollar un sentido positivo de sí mismo y aprender a regular sus emociones.
2. Trabajar en colaboración.
3. Valorar sus logros individuales y colectivos.
4. Resolver conflictos mediante el diálogo.
5. Respetar reglas de convivencia, autonomía y disposición para aprender (p.306).

Si valoramos la importancia de la educación socioemocional en los niños preescolares comprenderemos que aprenderán primero a identificarse, reconocerse y apreciarse como un individuo único e irrepetible; comprenderán qué sienten y sabrán que pueden aprender a regular sus emociones, siempre y cuando tenga una buena guía como ejemplo, es decir, los padres de familia y las

educadoras. Ellos, en conjunto, deben enseñarles a trabajar de manera individual y en quipo, darles el reconocimiento de sus aciertos, enseñarles a que, mediante la comunicación o el diálogo con el otro, es posible resolver conflictos cotidianos y, por último, que aprendan a respetar las reglas de socialización, pero alcanzando la autonomía y teniendo el ánimo de aprender.

En el programa de Aprendizajes clave (2017), en el apartado de las orientaciones didácticas, éstas servirán para el proceso y desarrollo de los niños y las niñas en la edad preescolar, además, ayudarán a la educadora para desarrollar en ellos habilidades y capacidades, ofreciendo experiencias adecuadas, de acuerdo a los intereses y necesidades de sus alumnos, aun sabiendo que ingresan a la escuela con ciertas características individuales y que la educadora tendrá que adecuar paulatinamente situaciones didácticas a esas experiencias.

3.4 Tipos de experiencias de los docentes para lograr una educación socioemocional adecuada

En el programa de Aprendizajes clave (2017), el proceso de desarrollo socioemocional es continuo, para lograr un buen resultado sobre las emociones de los alumnos. ¿Cómo lo logrará la educadora? “La educadora necesita una planeación cuidadosa que se apoye de experiencias cotidianas y el juego diario” (p.319), es decir, hacer uso de situaciones cotidianas que acontecen con los alumnos y aprovecharlas para enseñarles y provocar su interés, porque eso les ayudará a expresar lo que ven y sienten, además de cómo lo perciben. Como la educación socioemocional no se aprende en un día, ni esporádicamente, es necesario que, para lograr desarrollar esta capacidad, la educadora tome en cuenta las experiencias cotidianas y las estrategias de acuerdo a las necesidades de los infantes para lograrlo.

Lo primero es que se conozcan a sí mismos, aprendiendo también a regular sus emociones, esto es autoconocimiento; si aprenden a regular sus emociones y su conducta, aprenderán la autorregulación; y si aprenden a tomar decisiones un poco más conscientes se logrará una autonomía. Conforme van teniendo

experiencias de convivencia con los pares y la capacidad de ver a los demás con otra perspectiva, lograrán ser empáticos, entendiendo que no sólo se puede ser así con los amigos, sino con todas las personas que les rodean. También aprenderán a compartir y lograrán la cooperación mediante el trabajo en equipo. Con esto se demuestra que, a través de las intervenciones en el aula, los pequeños pueden desarrollar la capacidad de hablar de sí mismos; compartir lo que les gusta; esperar su turno; hablar respetuosamente y razonar para resolver diferencias; llevar prácticas de cuidado y realizar tareas escolares; jugar con diferentes amigos y compartir el juego y el juguete; proponer soluciones para resolver situaciones complicadas que les causen conflicto y llegar a acuerdos.

Es importante que las educadoras podamos identificar situaciones de estrés o miedo y que estemos en posibilidades de brindar herramientas a los niños y niñas para que reconozcan sus emociones y lleguen a pensar: “Estoy en una situación de peligro y tengo miedo, pero no hay problema porque tengo a mi maestra que me apoya”. Algunas herramientas que podemos proporcionar a los infantes, que enfrentan diversas situaciones complejas respecto a sus emociones, son los juegos, las canciones, el arte, la dramatización, los videos y los cuentos impresos o virtuales, entre otras; todo ello les proporcionará más seguridad para externar sus emociones.

3.5 La familia y su participación en las emociones de sus hijos pequeños

La educación emocional no sólo se debe trabajar en la escuela, sino, básicamente, desde el seno familiar. No se debe dejar a la educadora toda la responsabilidad del desarrollo socio-afectivo de los alumnos, especialmente cuando en la familia se entretajan los valores, la socialización y educación emocional de sus hijos. Aun suponiendo que las educadoras hacen conciencia para trabajar la educación emocional a través del curriculum en las aulas, la mayoría de las veces no disponen del tiempo o de la formación adecuada, ni de los medios necesarios para desarrollar esta labor y sus esfuerzos se centran en aquellos niños o niñas que trabajan mejor sus emociones, es decir, que son más positivos o empáticos con sus compañeros. Por esta razón, padres y profesores

deben integrarse en estas tareas y de forma conjunta brindarles herramientas para mejorar las habilidades emocionales de sus hijos e hijas. Así mismo, las educadoras pueden sugerir a los padres de familia los estilos de crianza que favorezcan más las habilidades emocionales.

3.5.1 Estilos de crianza

Los padres de familia educan a sus hijos como a ellos los educaron o como aprendieron, sin embargo, si los padres no recibieron cosas materiales, entonces procurarán proveerlas a sus hijos (aunque no las necesiten ni las pidan), pero no la calidad de atención y cariño que requieren. Si bien no existe un patrón exacto de cómo educar a los hijos, podemos considerar que los estilos de crianza actuales determinarán la forma en cómo actuarán el resto de sus vidas. Puede ser que por desconocimiento no se han dado cuenta de que pueden aprender a utilizar un estilo de crianza que les ayudaría a educar a sus hijos, de mejor manera.

El programa de educación preescolar, Libro para las familias, Educación preescolar (SEP, 2018), ayuda a los padres de familia a favorecer la crianza de sus hijos, porque ellos tienen la responsabilidad de asegurarse de que sus hijos crezcan en un ambiente sano, tranquilo, seguros, atendidos, respetados y amados.

La familia es el primer núcleo en el cual los niños aprenden buenas o malas costumbres, pero si la escuela tiene la oportunidad de ayudar a elegir situaciones de aprendizajes que favorezcan su desarrollo integral y, específicamente, emocional, entonces se podría ayudar a los padres de familia de una forma más directa, por ejemplo, impartiendo talleres sobre los estilos de crianza, cómo educar las emociones de su hijo o hija y cómo ser buenos padres de familia.

Aldrete (2016) comenta que en la relación dentro del núcleo familiar existen cuatro diferentes estilos de crianza y son:

- **El autoritario:** padres ególatras que se muestran exigentes y tienen poca atención a las necesidades de los hijos.
- **El permisivo:** a diferencia del autoritario, los padres son poco exigentes, no los castigan, casi no hay reglas que cumplir y son afectuosos con sus hijos.
- **El negligente:** son padres con poca exigencia, pocas atenciones a las necesidades de sus hijos y son escasas las muestras de afecto hacia ellos.
- **El asertivo:** padres exigentes que atienden a las necesidades de sus hijos, establecen estándares claros, son firmes en sus reglas y usan sanciones si lo consideran necesario. Apoyan la individualidad e independencia de sus hijos; promueven la comunicación abierta; escuchan sus puntos de vista, dialogan con ellos y reconocen tanto los derechos de sus hijos como los propios. Este estilo de crianza definitivamente es el más positivo para alcanzar una excelente educación emocional de los hijos a nivel preescolar.

En mi experiencia, como docente identifico que los estilos de crianza que utilizan más los padres de familia son el permisivo y el negligente, aunque no necesariamente es tan malo; sin embargo, como se puede observar, el estilo más recomendable es el asertivo.

Aldrete (2016), menciona que “en un grupo familiar, a mayor estilo de crianza autoritario, permisivo y negligente, a mayor presencia de estilo parental autoritario, permisivo o negligente, hay mayor posibilidad de bajo rendimiento escolar” (p.13). Como mencioné, estos tres estilos tienen como características principales: la poca atención y exigencia; las escasas muestras de afecto y, en conjunto con otras, derivaría en un bajo rendimiento en el aula.

Estoy de acuerdo con esa percepción, ya que perjudica de manera directa al aprendizaje en la escuela; en cambio, a mayor presencia del estilo parental asertivo, habrá mayor posibilidad de un óptimo rendimiento escolar. Pero no olvidemos que los estilos de crianza no sólo tienen un impacto negativo o positivo en el rendimiento escolar, sino también en el estado emocional.

Sabemos que la escuela no es el único lugar seguro; el Libro para las familias, Educación preescolar (SEP, 2018) argumenta que “las madres y los padres de familia tienen la responsabilidad de asegurar que los niños crezcan en un ambiente sano en el que se sientan atendidos, respetados, seguros y amados, y donde estimulen el desarrollo de sus capacidades de comunicación, de movimiento, de juego y de pensamiento” (p.21).

Aunque algunos niños y niñas de nivel preescolar no viven en un ambiente como el que se menciona, la educadora tiene la responsabilidad de procurar, en la medida de lo posible, el estilo de crianza asertivo que se ha considerado como el más adecuado para el desarrollo de un niño.

De acuerdo a mi experiencia algunas veces los alumnos no llegan con el tipo de acompañamiento que deberían hacer los padres de familia, y entonces es cuando empezamos a descubrir que los niños tienen algunas situaciones emocionales que a veces no les permiten aprender ni socializar con sus pares. El libro para las familias, Educación preescolar (SEP, 2018) indica que “Cuando un niño se siente querido, aceptado y valorado, y se le reconocen las cualidades, aprende a tratar con respeto a los demás; si, por el contrario, se le trata con rudeza, burla, desaprobación o menosprecio, mostrará las mismas actitudes hacia sus compañeros y a otras personas” (p.22).

El libro para las familias, Educación preescolar (SEP, 2018), menciona que los padres de familia, básicamente, deben dar una buena educación a través del ejemplo; así como el cuidado de la convivencia entre ellos y sus demás parientes; que estén al pendiente de todo lo que necesiten, enseñarles a ser autónomos. Además, que los padres sean amorosos, respetuosos y que les festejan sus logros, entonces los niños podrán ser así en la sociedad; pero si, por el contrario, los padres de familia les pegan a sus hijos, los controlan, los regañan, los menosprecian y no los respetan, esa misma conducta la reflejarán en el contexto donde se desarrolle. Por eso, lo más recomendable es educar a niños sanos física y mentalmente.

Conviene señalar que cuando los niños de nivel preescolar sufren porque forman parte de una familia disfuncional según Hunt (2007) (citado en Pérez y Reinoza, 2011)., para identificar una familia disfuncional es cuando existe un comportamiento no adecuado por parte de los padres de familia y no les permite que su hijo o hija tenga cierto crecimiento individual y se le dificulte relacionarse adecuadamente con los demás. Cabe señalar por otro lado que los padres de familia disfuncional son cuando llegan a tener problemas emocionales, psicológicos y espirituales. Por lo tanto, los hijos de este tipo de familia en alguna parte de su vida serán propenso a desórdenes como la angustia, el miedo, la inseguridad o el extremo de la ira o el rencor, entre otros. Esto se verá reflejado en su conducta; en tales casos, las educadoras, en colaboración con los padres de familia, tendrán que trabajar arduamente para ayudarlos a que no atraviesen por esos problemas o los enfrenten y superen de la mejor manera posible.

Capítulo IV

La educadora como agente emocional en los niños de cinco a seis años de nivel preescolar

El objetivo de este capítulo es ayudar al docente con la finalidad de que se visualice como un agente educador emocional, debido a que el mayor tiempo lo pasan con sus alumnos en las escuelas, y para lograr el desarrollo emocional de los niños de nivel preescolar, dependerá del trabajo que realice y la importancia que le dé para lograrlo. Debido a que el contexto escolar y familiar son los principales espacios de socialización emocional de los niños, la educadora se convierte en otro referente en cuanto a actitudes, comportamientos, emociones y sentimientos. Por lo tanto, la educadora, lo decida o no, es un factor afectivo y debe hacer uso consciente de las competencias emocionales, además, frente al alumnado, será la figura que posee conocimientos que le ayudarán a actuar en la vida escolar. Si el docente se preocupa, además, por darles una educación emocional a sus alumnos y alumnas para gestionar mejor sus emociones, posibilitará su desarrollo integral.

4.1 El trabajo de la educadora en las emociones de los preescolares a partir de mi experiencia

Ser educadora es un placer y una de las profesiones que más me han gustado, se requiere un esfuerzo intelectual, físico y hasta espiritual. La posibilidad de trabajar con niños pequeños es un reto, se necesita amar la profesión y aún contra todo yo me soy fiel a mi profesión pues me apasiona. A continuación, compartiré mi experiencia sobre lo que se vive día a día en las aulas, me refiero al trabajo que se realiza con alumnos y alumnas en cuanto al manejo de sus emociones. Mi primera experiencia al llegar a trabajar como educadora en un jardín de niños no fue fácil pues me tocó ver malas prácticas por parte de algunas educadoras, pues lo único que demostraban era su falta de preparación.

Partiendo de mis cinco años de experiencia como coordinadora de preescolar en la institución en la que actualmente trabajo, expondré diferentes situaciones que observé en la práctica de las docentes respecto a las emociones de sus alumnos.

En esta institución trabajé un año como educadora en el segundo grado; posteriormente, un año con el grupo de tercer grado de preescolar. También trabajé un año como titular de Maternal C; después, por tres años fui profesora de inglés en todos los niveles de preescolar y Maternal C, para luego desempeñarme como Coordinadora de Preescolar. Al principio, cuando trabajé como docente, no me daba cuenta de la importancia de las emociones en mis alumnos; estaba más ocupada en lo que nos solicitaba la directora, es decir, en llenar cuadernos, libros y apegarme al plan anual interno. Una vez que inicié con la Licenciatura en Educación Preescolar, en la cual cursé materias como *¿Cómo ser docente de preescolar?*; *La intervención del docente*; *La participación de los padres en la escuela*; *El juego como recurso de aprendizaje*; *La detección de problema socioeducativos*; *El desarrollo psicológico de los preescolares*; *El niño preescolar y su relación con lo social*; *Formación valoral y afectiva en el niño*, entre otras, pude darme cuenta de la importancia y responsabilidad que tenemos al estar frente al grupo como educadoras. Aunque al principio fue difícil relacionar mi práctica con la teoría, sabía que en algún momento de mi experiencia entendería un poco mejor los procesos de desarrollo cognitivo, social y emocional que viven los niños de preescolar.

Una vez que terminé la licenciatura, me dijeron en la universidad que tenía que elegir titularme con un proyecto, una tesis o una tesina sobre un tema específico. En ese momento me encontré con una barrera, al no saber cuál sería el mejor tema. Finalmente, escogí para mi trabajo “El diario de la educadora”, debido a que, como coordinadora, veía la dificultad que teníamos en ese momento mis compañeras y yo sobre el uso de esa herramienta. Posteriormente, cambié mi tema porque temía no terminar la tesina, y empecé a trabajar sobre las emociones en los niños y niñas de nivel preescolar, debido a que mi experiencia era mayor en este tema, no obstante, debía investigar a fondo sobre las emociones.

Si bien en la licenciatura revisamos el material de varios autores que estudiaban este tema, fue difícil investigar y comprender la información sobre las emociones. Al empezar la investigación me quedé sorprendida de que todos los estudios que se han realizado, desde los griegos hasta el siglo XX, han logrado determinar cuáles son las emociones básicas o primarias que tiene el ser humano en general.

Ahora mencionaré tres casos especiales que tuve durante mi experiencia como coordinadora en el área preescolar, estos casos me permitieron darme cuenta de que, si las docentes no contamos con la preparación pedagógica adecuada y actualizada sobre otros temas adjuntos a los aprendizajes, como es el caso de las emociones, no podemos realizar una buena práctica docente.

El primer caso es de un alumno de primer grado de preescolar, el niño tenía 3 años y presentaba dificultades para relacionarse y comunicarse con sus compañeros y las educadoras. En un principio, la educadora a cargo no se dio cuenta de que tenía más que un problema de socialización o mala conducta. Cuando el niño se enojaba porque no entendía las instrucciones de la educadora o ésta le corregía, aventaba los objetos que tenía cerca. A veces pegaba a sus compañeros o se metía debajo de las mesas; se quitaba los zapatos y calcetines; en ocasiones se orinaba por la frustración o coraje. La educadora lo regañaba y le daba tiempo fuera; ésta era su solución. En la medida que fue empeorando la conducta del niño, me mandaba llamar y yo trataba de calmarlo, aunque a veces era más que imposible. La titular del grupo no tenía las competencias emocionales necesarias para apoyar a este alumno, no era tolerante, empática, ni paciente en su trato con el niño; quizá si lo hubiera tenido esas competencias le habría brindado un mejor apoyo emocional.

Una vez se comentó con la subdirectora la situación del alumno y ella les recomendó a los padres de familia que lo llevaran con el psicólogo, quien determinó que el niño tenía atraso en su desarrollo y que con terapias solucionaría su problema.

Otro de los casos fue el de una alumna de cuatro años quien cursó segundo y tercero de preescolar. Ella ingresó con un problema emocional, debido a que en otra escuela sufrió abuso por parte de una maestra. La madre nos pedía que le ayudáramos que fuéramos discretas y empáticas con su hija. Desafortunadamente este grupo lo atendía la misma maestra del primer caso y tenía las mismas prácticas; era intolerante y poco empática, y se dirigía inadecuadamente a la niña para llamarle la atención. En consecuencia, la niña se enojaba, corría al baño y se encerraba, pateaba la puerta, o se salía de su salón y corría hacia el patio. Entonces, en ese momento la educadora me pedía el apoyo para hablar con la niña y yo trataba de calmarla para que regresara a su lugar. A veces era fácil y rápido, pero en otras ocasiones llevaba más tiempo lograr que la niña regresara a su salón y reanudara sus actividades. Desde mi punto de vista la niña no tenía conexión con su maestra; aunado a esto se acrecentó la incomodidad de sus compañeros para con ella, y de los otros padres de familia con la mamá de esta alumna, ya que consideraban que el aprendizaje era más complicado para todos, por las distracciones que generaba.

Cuando la niña ingresó a tercer grado de preescolar, la madre la llevó con una psicóloga para que la atendiera; desde tiempo atrás ya se le había recomendado a la señora que necesitaba llevar a su hija con un especialista, pero siempre argumentaba que sus horarios de trabajo no se lo permitían. Poco a poco la pequeña fue aprendiendo a regular sus emociones de frustración e ira, y pude darme cuenta de que si los padres de familia no atienden oportunamente este tipo de situaciones es más difícil y complicado para su hijo o hija.

Por último, el caso de una alumna que ingresó al jardín de niños desde los 8 meses y estuvo ahí hasta que terminó el tercero de preescolar. Esta alumna permanecía en la escuela en un horario de ocho de la mañana a siete de la noche; su padre era quien la llevaba y la recogía. Era hija única y tenía bien definido su carácter, segura de sí misma y voluntariosa de cierta manera. Era una niña poco tolerante, y desde que llegaba al salón se empezaba a molestar con los demás; tenía actitudes muy agresivas con sus compañeros y, de manera extraña, un

factor que desencadenaba su enojo y agresiones era que no la llamaran por el diminutivo de su nombre, Vale, sino que lo hicieran por su nombre completo, Valentina. Al parecer esta situación la generó la titular del grupo, quien fue maestra en los casos que expuse anteriormente; los mismos compañeros me comentaron que la maestra les pedía que llamaran a la niña por su nombre completo cuando se portaba mal y como una forma de reprenderla. Dé nuevo, la falta de competencia emocional de esta docente; en lugar de favorecer el desarrollo y aprendizaje de la niña, le afectó en su desarrollo emocional. La titular del grupo dejó la escuela antes de concluir el tercer grado de preescolar y como coordinadora tomé su lugar y empecé a dar un trato diferente a la niña; fui tolerante, paciente y empática, trataba de escucharla y dialogar con ella sobre sus conductas y aminoró con ello su enojo y agresión, aspectos que logró controlar un poco. Casi al finalizar el tercer grado, los padres de familia por fin atendieron la recomendación de la escuela de llevarla con un especialista quién la diagnosticó con Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH).

Finalmente, sabemos que nuestra tarea tiene una función social: acompañar al niño y la niña en el conocimiento, pero con la práctica también entiendo que no sólo necesitamos los conocimientos técnicos y pedagógicos, sino también contar con una preparación para *ser emocional* como docente, de manera que dicha formación nos permita permearlo, posteriormente, a nuestras aulas.

4.2 Importancia del papel docente en el manejo de las emociones de niños de cinco a seis años

La importancia de la intervención docente en el manejo de las emociones dependerá de la labor docente en la que está implicada la acción, el pensamiento y la emoción que se desarrolla en la interacción entre el profesor y los estudiantes en sus distintos contextos. La docencia se reduciría a un trabajo afectivo en la medida que se haga necesaria la participación emocional, por parte de los docentes, para crear aprendizajes en los estudiantes, en donde no existieran límites entre la vida personal y de trabajo.

Los profesionales educativos tienen gran peso en la sociedad como ejemplo de mejores personas, si bien actualmente la sociedad pretende dejar toda la responsabilidad de la educación en los docentes, porque los padres de familia, en su mayoría, ya no tienen tiempo para educarlos, aun así, los docentes a nivel preescolar responden a esas necesidades, pero indudablemente sí es necesaria la participación conjunta de profesores y padres de familia en la educación de los infantes.

La docencia presume la interacción positiva y la construcción de una experiencia emocional positiva con los estudiantes, de eso dependerá que los niños y las niñas de preescolar aprendan a convivir de manera positiva con sus compañeros y que ellos vayan construyendo, con sus experiencias, cómo se van sintiendo y cómo lo pueden expresar sintiéndose seguros y escuchados. Lo importante es que la educadora realice su labor de educar las emociones, mediante las competencias emocionales, desplegando confianza constructiva y respeto hacia sus alumnos, aunque muchas veces el docente tenga que ocultar sus emociones para poder mantener cierta estabilidad con sus alumnos.

4.3 Competencias afectivas

Las competencias afectivas son importantes, por ello es relevante que las educadoras trabajen las competencias afectivas en el aula para lograr que los niños y niñas identifiquen, le den nombre y autorregulen sus emociones. Villalobos (2014), determina tres tipos de competencias que se tienen que habilitar y fortalecer:

- 1. Competencias intrapersonales.** Se ponen en práctica con nosotros mismos.
- 2. Competencias interpersonales.** Se ponen en práctica al relacionamos con otros.
- 3. Competencias socio grupales.** Se ponen en práctica al relacionamos con varias personas y socializamos.

Las educadoras deberán fomentar estas competencias en sus alumnos y alumnas.

4.3.1 Dimensiones de la práctica docente

Para lograr una buena enseñanza en los alumnos y además una buena educación emocional, es necesario tomar en cuenta lo que señalan Fierro, Fortoul y Rosas (2008):

- **Dimensión personal.** “La praxis docente es una práctica humana. Un sujeto con cualidades, características y dificultades que le son propias, con ideales, motivos, proyectos que imprimen a la vida profesional determinada orientación” (p. 29).
- **Dimensión institucional.** “La práctica docente se desarrolla en el seno de la organización, la institución escolar; ésta, representa para el maestro el espacio privilegiado de la socialización profesional” (p. 30).
- **Dimensión interpersonal.** “La función del maestro, como profesional que trabaja en una institución, está cimentada en las relaciones entre las personas que participan en el proceso educativo: alumnos, maestros, directores, madres y padres de familia” (p. 30).
- **Dimensión social.** “El trabajo docente es un quehacer que se desarrolla en un entorno histórico, político, social, geográfico, cultural y económico particular, que le imprime ciertas exigencias y que al mismo tiempo es el espacio de incidencia más inmediato de su labor” (p. 32).
- **Dimensión didáctica.** “Es el papel del maestro como agente que, a través de los procesos de enseñanza, orienta, dirige, facilita y guía la interacción de los alumnos con el saber colectivo culturalmente organizado, para que los alumnos construyan su propio conocimiento” (p. 34).
- **Dimensión valoral.** “La práctica docente, en cuanto a la acción intencionalmente dirigida hacia el logro de determinados fines educativos, contiene siempre un conjunto de valores” (p. 35).

También, como profesional educativo, debemos tomar en cuenta que se debe mantener una actitud expresiva comunicativa y puntual que facilite las relaciones

interpersonales con los niños y niñas de preescolar; así mismo, aplicar la investigación, acción que como dice Lewin (1944), citado en Martínez (2000) “describía con él una forma de investigación que podía ligar el enfoque experimental de la ciencia social con programas de acción social y con el fin de que ambos respondieran a los problemas sociales” (p. 28), para lograr avances teóricos y dar una solución a las situaciones del entorno social, esto ayudaría mucho a la educadora a manejar una intervención coordinada en la solución oportuna a la atención del niño y su familia y así lograr una educación integral de los niños y niñas de preescolar.

Las educadoras también deben tener en cuenta todo lo que pase en el aula con los niños y niñas de preescolar de cinco a seis años. Dado que es determinante para la vida adulta, la aspiración por aprender, por conocer y por tener nuevas experiencias, los alumnos de preescolar son una población a la que se debe educar con responsabilidad, ya que cada error que se cometa con ellos y no se corrija en forma apropiada y a tiempo, dejará huellas que afectarán su desarrollo en mayor o menor grado. Para lograr lo anterior, cada docente tendrá que tener dominio de las competencias emocionales como base principal del aprendizaje y no tomarlo como algo intrascendente. Confirmando lo anterior, Castellón (2009) nos menciona que todo recae en la educadora porque ella tendrá que identificar sus competencias emocionales, ser capaz de reflexionarlas y llevarlas a la práctica para, posteriormente, entender y guiar a sus alumnos sobre sus competencias emocionales.

Además, la educadora debe ser capaz de reflexionar de manera permanente sobre su sentido personal, para entender a sus alumnos, y orientarlos para que desarrollen un sentido de vida basado en las competencias, habilidades, aptitudes y actitudes, que les permitan ser niños y niñas seguros, creativos, emprendedores, y con iniciativa.

4.4 La formación y actualización docente como una buena práctica educativa

El profesional docente tiene una de las tareas más importantes dentro de la institución escolar, por lo tanto, es necesario que su aportación a la educación no sólo sea de conocimientos en general, sino que también le dé importancia a la educación socioemocional como lo marca el Programa de Aprendizajes Clave (2017). Así se concluye que la educadora necesita una formación y actualización de una educación emocional para saber afrontar las necesidades del alumnado.

Cualquier cambio educativo debería estar ligado a la mejora personal de la educadora de todos los niveles y en su formación, ya que es ella quien debe llevar a cabo estos cambios. De ahí la necesidad de que cada educadora busque su transformación con sus propios medios y así se propicie un cambio de actitudes que le permita permear en su propia educación.

El profesional docente es, junto con el alumno, el sujeto más activo e importante de la escuela y sólo podrá cumplir con los objetivos educativos si está bien preparado, es decir, la educadora tendrá que tomar en cuenta las características de los alumnos que tiene a su cargo año con año, y que se van a formar para la vida, porque estamos en una sociedad cambiante.

Si bien sabemos que las educadoras deben ser competentes en su formación y actualización, también tienen que dejar a un lado la vieja práctica de la escuela tradicional que consiste en un modelo de transmisión de conocimientos verdaderos y absolutos, sin importar el contexto y las necesidades de sus alumnos y alumnas, los cuáles son pasivos y sólo reciben lo que les proporciona la educadora; además de mencionar que no hay reflexión y sí mucha memorización. Así es como aprendimos algunos; por lo tanto, es importante que algunas profesoras cambien y no sigan repitiendo esa forma de enseñar y, por el contrario, implementen la Nueva Escuela Mexicana en donde la educadora le dé libertad y autonomía a sus alumnos y aprendan a construir una pequeña reflexión y opinión

de lo que aprenden, y así la educadora se visualice como un profesional docente actual y de acuerdo a las demandas de su comunidad escolar.

Por ejemplo, para Falus, citado en Calderón y Rodríguez (2014), el profesorado debe tener conocimientos no sólo de los contenidos a enseñar, sino también de las condiciones físicas, afectivas-sociales y de destrezas cognitivas, es decir, tener un conocimiento integral.

Como parte de la formación de la educadora es importante que tengamos ciertas habilidades emocionales que nos permitan ayudar a los alumnos; habilidades como la empatía, la atenta escucha, entre otras. Por consiguiente, la educadora deberá tener en cuenta estas características en su formación académica. Ahora bien, si no lo hizo en la formación inicial, se puede acudir a la actualización permanente mediante cursos que le ayuden ser más empática con los infantes.

Sabemos que es inevitable que algunas educadoras cuenten con ciertas características emocionales no deseables, pero también ayudaría mucho que se implementaran, en los planes y programas de las educadoras, la inteligencia emocional como la educación de emociones, porque le va a permitir, primero, entender sus propias emociones como adulto y así, posteriormente, podrá apoyar a sus alumnos en ese aspecto. Ahora bien, su educación profesional, la educación emocional, la vocación y la actitud con las que cuente les podrá ayudar a sus alumnos en relación a los conflictos emociones y sentimientos que experimente a nivel preescolar. Así que una vez que la educadora cuente con más preparación sobre una educación emocional personal, esta le permitirá ver y empatizar sobre las emociones y sentimientos de sus alumnos, y obtener mejores resultados emocionales en sus alumnos.

4.5. Las competencias necesarias para ser un buen docente de preescolar

Cuando el docente dice que sabe algo, no basta con eso. Es necesario que observe y analice su labor cotidiana para entender lo que realiza en las aulas con

sus alumnos y lo que es necesario transformar. Castillo (2010), en su artículo de la profesión docente, reconoce seis grupos de competencias para el profesorado que son:

- Las competencias en la disciplina.
- Las competencias en la organización de contenidos.
- Las competencias relacionadas con la variedad de aprendizaje.
- Las competencias en incorporación de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).
- Las competencias en el área ética de la acción educativa.
- Las competencias en el área social de la acción educativa.

En general, se trata de que la educadora sea competente, que tenga las habilidades y conocimientos; sea congruente con lo que dice y hace frente a sus alumnos. Que se apoye en todos los contenidos educativos y que no lo haga como ella cree o piensa, más bien, basándose en los planes y programas actuales de educación básica. Se necesita que las educadoras sean más activas, prácticas y dinámicas en sus clases, para que sus alumnos y alumnas tengan más ánimo de aprender día con día.

Como parte de las actualizaciones está el aprovechamiento de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) y las educadoras podrán utilizarlas como herramientas para llevar a cabo contenidos y nuevos aprendizajes. También, como ya se ha mencionado, las educadoras deben contar con ciertas características para ejercer su profesión como la empatía, además de buenos principios y valores que le permitan ejercer de manera diligente su profesión educativa.

Conclusiones

Esta investigación tuvo como finalidad determinar el papel que tienen y deberían desempeñar las docentes en el desarrollo de las emociones de los preescolares. Es decir, la importancia de que las educadoras cuenten con competencias emocionales estables y definidas para ser empáticas y poder brindar herramientas a sus alumnos para que ellos logren conocer, identificar y enfrentar sus emociones, tanto positivas como negativas.

Durante la investigación y aplicación de este trabajo, se logró concluir que algunas docentes carecen de habilidades emocionales y no cuentan con las herramientas necesarias para brindar apoyo a los alumnos preescolares, dificultando así el camino para que los pequeños aprendan a conocer y manejar sus emociones.

Ante el análisis realizado es notoria la importante necesidad de que, dentro del proceso educativo, se fortalezcan y desarrollen habilidades para razonar y expresar las emociones. También es necesario lograr que los infantes acrecienten todas las habilidades que han adquirido en familia y, ahora, en su integración a la educación formal, a través de la intervención docente que cuenta con bases teóricas y prácticas para lograr una educación emocional sana en la cual, los alumnos, en un proceso paulatino, identifiquen sus emociones y sean capaces de convivir y expresarse con sus pares en forma adecuada. Es aquí donde radica la importancia de los planes y programas de educación básica de la Secretaría de Educación Pública (SEP), así como en el Plan y Programa de estudio (2011) para alcanzar tales objetivos.

Todo esto se debe trabajar tomando como referencia el campo formativo de Desarrollo Personal y Social, el cual tiene como finalidad que los niños y niñas aprendan a construir su personalidad, así como forjar su carácter con ayuda de quienes los rodean, sin olvidar la importancia de aprender, entender y autorregular sus emociones, para lograr una socialización adecuada en la que se permitan demostrar sus gustos o preferencias, así como sus desacuerdos,

utilizando una comunicación sana y pacífica, la cual les permita arreglar sus diferencias con sus pares, respetándose y respetando a los demás.

Es importante señalar que el programa de Aprendizajes Clave para la educación integral (2017), a diferencia del programa anterior (2011), ya cuenta con un apartado dentro del área de Desarrollo Personal y Social (Educación Socioemocional), el cual nos permite entender, a través de sus propósitos generales, lo que toda docente debe conocer y aplicar en la práctica cotidiana para propiciar que los alumnos identifiquen sus cualidades y reconozcan las de otros, muestren autonomía y logren sus objetivos.

Se concluye que es sumamente necesario que las docentes se apropien de dicho aprendizaje y lo ejecuten debidamente desde el primer día, cuando los preescolares se integran a la educación formal dentro del jardín de niños. Así también, se debe puntualizar que trabajar con las habilidades emocionales debe ir de la mano con saber escuchar, además de la empatía, ya que son herramientas que ayudan a establecer una sana convivencia con sus pares y todos los que le rodean.

Otro elemento importante a destacar es el papel de la familia en el desarrollo de los menores, ya que es el primer vínculo que se establece y les permite experimentar y conocer algunas emociones al estar en contacto directo y cotidiano con sus padres, que son los responsables primarios en la formación y carácter de él o ella. Además, son los padres quienes inculcan valores, establecen emociones e influyen en la regulación de éstas a través de diversas situaciones como el tipo de familia que son (nuclear o extendida), contexto en el que viven, ideas, tradiciones, religión y todas aquellas prácticas familiares que influyen en los alumnos y que, conociéndolas, nos permitirán entender, guiar y apoyar a los niños preescolares.

En resumen, la familia, las educadoras, los planes y programas de educación básica de la SEP, son los responsables de forjar en los niños y niñas un verdadero desarrollo socioemocional.

Concluyo que, de acuerdo a la investigación realizada sobre la autorregulación de las emociones, la educadora es pilar primordial para identificar las emociones, lograr una autorregulación y apoyar a los pequeños preescolares en su desarrollo socioemocional mediante el reconocimiento de sus habilidades emocionales, de otra manera, el menor no tendrá oportunidad de pertenecer, de manera saludable, en el ambiente que le toque vivir dentro de la sociedad. De la autorregulación de sus emociones dependerá gran parte de su éxito en los retos que enfrente en la pubertad, su adolescencia y adultez, y por eso es tan necesario e imperioso el acompañamiento de las docentes para sentar las bases que le brinden a los preescolares a través de la identificación de sus emociones, así como las herramientas necesarias para construir una vida y relaciones interpersonales sanas.

Bibliografía

Aldrete, Adrián. (2016). Lineamientos de política editorial del a UPN. XII Coloquio de Desarrollo Humano y Educación. Ciudad de México. Gaceta UPN, p.18

Belli, Simone. Iñiguez Rueda, Lupicinio (2008) El estudio de las emociones. Una revisión y discusión de la investigación actual. Revista Psico. V.39, número 2, pp.13-151. abr/jun. [Fecha de Consulta 20 enero de 2019]. Disponible en: [file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-OEstudoPsicossocialDasEmocoes-5161611%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-OEstudoPsicossocialDasEmocoes-5161611%20(4).pdf)

Bisquerra, R. y GROU (2000) Educación emocional y bienestar : Barcelona CISS Práxis. Educación.

Bisquerra, Rafael. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación educativa, p.7-43. (Versión electrónica). [Recuperado el 28 de abril del 2019]. Disponible en: <http://revistas.um.es/article/view/99071/94661>

Bisquerra, R. y Pérez Escoda, N. (2007): «Las competencias emocionales». Revista de Educación siglo XXI, 10, 61-82. Disponible en: <http://www.uned.es/educacionXX1/pdfs/10-03.pdf> Bisquerra, R. (coord.) y López, E.

Bisquerra, Rafael (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 95-114. [Fecha de Consulta 26 de marzo de 2020]. ISSN: 0213-8646. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274/27411927006>

Bisquerra, Rafael. Punset, Eduard. Mora, Francisco. García, Esther. López, Elia, Pérez, Juan Carlos, Lantieri, Linda. Madhavi, Pilar. Segovia, Nieves. Planells, Octavi. (2012). *¿Cómo educar las emociones?. La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona, España: Graficas compas S.A. pp. 128.

Bolaños Florico, Leidy Paola (2016).El estudio socio-historico de las emociones y los sentimientos en las Ciencias Sociales del siglo XX.Revista de Estudios Sociales(55),1178-179 [Recuperado 18 de noviembre del 2020].ISSN:0123-885X. Disponible en <https://www.redalyc.org/articulo,oa?.id?=81543788015>.

Calderón Rodríguez, Mónica y González Mora, Gabriela y Salazar Segnini, Patricia y Washburn, Stephanie (2014).El Papel Docente ante las emociones de niña y niños de tercer grado. Revista Electronica "Actualidades investigativas en Educacion",14(1), 1-23 [Fecha de consulta 26 de mayo del 2019]. ISSN: Dispinnible en: <https://www.redalyc.org/pdf/447/44729876009.pdf>

Calhoun, Cheshire. Solomon, Robert . (1996). *¿Que es una emoción?*.Lecturas clasicas de psicología filosófica . México : Fondo de Cultura Económica.

Casado, Cristina. Colomo, Ricardo. (2006). Un breve recorrido por la concepción de las emociones en la filosofica occidental. Madrid . Revista filosofía, número 47, p. 1-10.(Versión electrónica). [Recuperado 12 de febrero del 2019]. Disponible en: <http://serbal/.pntic,mec.es/Aparterel>.

Castillo, Manuel . (2010). La profesión docente. Chile . *Revista Medica de Chile*, pp. 138-140.(Versión electrónica). [Recuperado el 6 de abril del 2020]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/500034/98872010000700017>.

Chóliz Montañes, Mariano (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional (Versión electrónica).[Recuperado el 13 de junio del 2019], <http://www.w.es/=cholz>

Dueñas, María Luisa. (2002). Importancia de la Inteligencia emocional: un nuevo reto para la educación. *Educacion XXI*, núm 5, pp 77-96. (Versión electrónica). [Recuperado el 12 de mayo del 2019]. Disponible en: [file:///C:/Users/PC/Downloads/384-1265-1-PB%20\(6\).pdf](file:///C:/Users/PC/Downloads/384-1265-1-PB%20(6).pdf)

Fernández, Pablo y Extremera, Natalio (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93. [Fecha de Consulta

6 de junio del 2019]. ISSN: 0213-8646. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=274/27411927005>

Fierro, C. Fortoul, B. y Rosas, L. (1999), *Trasformando la Práctica Docente. Una propuesta Basada en la Investigación Acción*. Mexico. Paidós. Capítulo 1 y 2

García Andrade, Adriana. (2019). *Neurociencia de las emociones: la sociedad vista desde el individuo. Una aproximación a la vinculación sociología-neurociencia*. *Sociología*, año 34, número 96, enero-abril de 2019. [Fecha de Consulta 15 de junio de 20] Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/soc/v34n96/2007-8358-soc-34-96-39.pdf>

Garrido, Isaac (2000). *Psicología de la emoción*. Madrid: Síntesis, pp.303

Ibáñez, Nolfia (2002). Las emociones en el aula. *Estudios Pedagógicos*, (28), 31-45. [Fecha de Consulta 25 de mayo del 2019]. ISSN: 0716-050X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1735/173513847002>

Jorge, E. y Gonzalez, C. (2017). Estilos de crianza parental: una revisión teórica. *Infórmes Psicológicos*, 17(2), pp.39-66. <http://dx.doi.org/10.1856/6/Intps/c.v17n2a02>

Martínez Miguélez Miguel (2000). *La investigación-acción en el aula*. Universidad Simón Bolívar. *Agenda académica*, volumen 7, No.1 [Fecha de Consulta 20 de abril del 2019]. Disponible en: http://files.doctorado-en-educacion-2-cohorte.webnode.es/200000071-abf7bacf11/MARTINEZ_MIGUELEZ_La%20investigacion_accion_en_el_aula.pdf

Mieles-Barrera, María Dilia, y Henríquez-Linero, Iliana Margarita y Sánchez-Castellón, Ligia María (2009). Identidad personal y profesional de los docentes de preescolar en el distrito de Santa Marta. *Educación y Educadores*, 12 (1), 43-59. [Fecha de Consulta 25 de enero del 2019]. ISSN: 0123-1294. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=834/83411512005>

Muñoz-Muñoz, L. (2017). La autorregulación y su relación con el apego en la niñez. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15 (2),

pp. 807-821.[Fecha de consulta 25 de marzo del 2019].
DOI:10.11600/1692715x.1520201082016

Olivares Miranda, Maritza y Mairena Vargas, Nuria (2002). Retos didácticos en la práctica docente. *InterSedes: Revista de las Sedes Regionales*, III (5), 91-102. [Fecha de Consulta 24 de marzo de 2020]. ISSN: 2215-2458. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=666/66630508>

Pacheco Salazar, Berenice, (2017).Educación emocional en la formación docente:Clave para la mejora escolar.Republica Dominicana.Vol.42, núm.1 (enero-marzo,2017), pp.107-113 ISSN0378, ISSN-e 2613-8751[Fecha de Consulta 29 de junio de 2018] Disponible en file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-EducacionEmocionalEnLaFormacionDocente-7397950.pdf

Patiño Garzon Luceli (2007) Aportes del enfoque historico cultural para la enseñanza. [Fecha de consulta 15 de abril del 2021] file:///C:/Users/PC/Documents/TESINA%20NVA.%20MZO-2021/vigosrky%20cultural%20cosial.pdf

Pérez Lo Presti, Alirio y Reinoza Dugarte, Marianela (2011). El educador y la familia disfuncional. *Educere*, 15 (52), 629-634. [15 de Junio de 2021]. ISSN: 1316-4910. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35622379009>

Plutchik, R. (1987). *Las emociones*. U.S.A: Diana.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., última actualización 2020. [versión 23.4 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [Fecha de la consulta 15 de marzo del 2020].

Ruiz, Laura . *Psicología y Mente* . [Fecha de consulta 16 de 06 de 2020].
Obtenido de <https://psicologiaymente.com/psicologia/teroria-emocion-schachter-singer>

Rua, Bley,(2020).Emociones y sentimientos conceptos y diferencias .Orientacion psicológica para la familia.[Fecha de consulta 26 de marzo de 2021].Disponible en YouTube.com/warch?V6=1KVMMKNNhg8.

Secretaría de Educación Pública (2011). *Programa de estudio 2011. Guía para la educadora*. México Distrito Federal: Secretaría de Educación Pública, pp.234.

Secretaría de Educación Pública (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral*. México, Ciudad de México : Secretaría de Educación Pública, pp.364.

Secretaría de Educación Pública (2018). *Libro para las familias*. México, Ciudad de México. Secretaría de Educación Pública, pp.47.

Schimidt-Atzart, L. (1985). *Psicología de las emociones*. Barcelona, España : Herder.

Shonkoff, Jack.y Phillips, Deborah . (2004). *Avances recientes en el conocimiento de los niños en la edad preescolar*. México: Secretaria de Educación Pública.p.57

Villalobos González, Carmen María (2014). La afectividad en el aula preescolar: Reflexiones desde la práctica profesional docente. *Revista Electrónica Educare*, 18(1), 303-314. [Fecha de Consulta 6 de abril del 2020]. ISSN: Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1941/194129374016>

Villamizar, Gustavo y Donoso, Roberto (2013). Definiciones y teorías sobre Inteligencia. Revisión Histórica. *Psico gente*, 16 (30), 407-423. [Fecha de Consulta 6 de mayo de 2019]. ISSN: 0124-0137. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4975/497552364013>