



Universidad del Azuay
Facultad de Filosofía, Letras
y Ciencias de la Educación

Educación Inicial

**EDUCACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS
PREESCOLARES DE 4 A 5 AÑOS: GUÍA DE
APOYO PARA PADRES Y DOCENTES PARA
ENFRENTAR LA VIDA EN TIEMPOS DE
COVID-19.**

Autora:

Andrea Elizabeth Calle Lucero

Directora

Mg. Cindy López

Cuenca – Ecuador
2022

DEDICATORIA

Primero dedico este logro a Dios por su fidelidad conmigo, por ser mi guía y concederme sabiduría en este proceso.

A mi mamá por estar junto a mí en todo este procedimiento alentándome, orando por mí y dándome su mano para seguir.

A mi papá que siempre me apoyó en cada etapa de mi vida y sé que desde el cielo lo sigue haciendo.

A mis seres queridos que de una u otra forma han estado ayudándome en este proceso.

Finalmente, a mi tutora y docentes que han hecho un trabajo magnífico, sembrado en mí, esta semilla del conocimiento.

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios por permitirme lograr este anhelo del corazón.

A mis padres María y Ubaldo por el apoyo incondicional que me han dado.

A mi familia que en este tiempo nos han acompañado en todo sentido.

A mi tutora Mg. Cindy López, por la paciencia y constancia en este proceso.

A mis amigos por estar ahí a lo largo de la carrera y en este proceso de graduación.

RESUMEN:

La educación emocional es un proceso continuo que busca mejorar el bienestar social y personal a través del desarrollo de la capacidad de distinguir y expresar las emociones propias. La investigación tuvo como objetivo analizar las percepciones de padres y docentes sobre educación emocional. La metodología utilizada se basa en un estudio cualitativo descriptivo de tipo interpretativo, se aplicó entrevistas semiestructuradas a 6 padres de familia y 5 docentes del centro de educación inicial Carlos Zambrano Orejuela de la ciudad de Cuenca. Los resultados indican que la mayoría de padres desconocen el tema de las emociones por lo cual, al momento de atravesar una situación como berrinches, frustración o llanto no saben cómo manejarlo, en cuanto a los docentes se identifica que tienen conocimiento sobre el tema y lo aplican en el aula de clases, además afirman que sería útil una guía de educación emocional.

Palabras clave: docentes, emociones, educación emocional, guía de apoyo, padres de familia.

ABSTRACT

Emotional education is a constant process that seeks to improve social and personal well-being through the development of having the ability to distinguish and express one's emotions. This research pretends to analyze parents and teachers' perceptions regarding emotional education. The methodology used is based on a descriptive qualitative study with an interpretative type. Semi-structured interviews were carried out with 6 parents and 5 teachers from The Initial Education Center of Carlos Zambrano Orejuela in Cuenca. The results indicated that most parents are unaware of emotional issues. When the parents experienced situations such as tantrums, frustration, or crying they did not know how to handle the situation. As for teachers, it was identified that they have knowledge about the subject and apply it in the classroom. They also claimed that an emotional education guide would be useful.

Keywords: teachers, emotions, emotional education, support guide, parents.

Translated by:



A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Andrea Elizabeth Calle Lucero', is written in a cursive style.

Andrea Elizabeth Calle Lucero

ÍNDICE

Índice de contenido

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1	3
1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	3
1.1 Educación Inicial.....	3
1.2 Emociones.....	4
1.2.1 Clasificación de las emociones.....	5
1.3 Educación emocional.....	7
1.4 COVID-19 y Emociones.....	8
1.5 Contenidos, Estrategias y programas de educación emocional.....	10
1.6 Conocimientos, experiencias, percepción y rol sobre educación emocional por parte de los padres y docentes.	14
CAPÍTULO 2	18
2. METODOLOGÍA	18
2.1 Tipo de estudio.....	18
2.2 Participantes.....	18
2.3 Instrumentos.....	18
2.3.1 Técnica.....	18
2.3.2 Categorías	19
2.4 Procedimiento	19
CAPÍTULO 3	21
3. RESULTADOS	21
3.1 Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los padres.	22
3.2 Estrategias utilizadas para la educación emocional.....	25
3.3 Rol de la familia en educación emocional	28
3.4 Relevancia que se da a la educación emocional.	31
3.5 Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los docentes	33
3.6 Estrategias utilizadas para la educación emocional.....	36
3.7 Relevancia que se da a este tema	40
CAPÍTULO 4	45

Guía de apoyo para padres y docentes para enfrentar la vida en tiempos de COVID-19”	45
.....	63
.....	63
4.1 Socialización.....	165
CONCLUSIONES.....	167
REFERENCIAS.....	168

Índice de tablas

Tabla 1. Clasificación de las emociones.....	5
Tabla 2. Secuencia de contenidos de educación emocional	10
Tabla 3. Perfil de los participantes.....	21
Tabla 4. Perfil de los entrevistados.....	33

Índice de figuras

Figura 1. Red semántica categoría conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los padres.....	25
Figura 2. Red semántica categoría estrategias utilizadas para la educación emocional.....	28
Figura 3. Red semántica categoría rol de la familia en educación emocional	30
Figura 4. Red semántica categoría relevancia que se da al tema	32
Figura 5. Red semántica categoría conocimiento y experiencia sobre educación emocional.....	36
Figura 6. Red semántica categoría estrategias utilizadas para la educación emocional.....	39
Figura 7. Dimensión relevancia de la inteligencia emocional según docentes	43

INTRODUCCIÓN

Bisquerra (2011) menciona que la educación emocional tiene como objetivo desarrollar competencias emocionales. Las competencias emocionales son el conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes y capacidades indispensables para ser consciente, comprender, expresar y regular de forma adecuada los fenómenos emocionales. Dentro de las competencias emocionales se encuentra: el conocimiento, la autonomía y regulación emocional, competencia social, habilidades para la vida y el bienestar.

En marzo del 2020, debido a la crisis sanitaria que atraviesa el mundo por la COVID-19, algunos países, entre ellos Ecuador, tomo como medida de seguridad un aislamiento social para precautelar la salud de los ciudadanos. Durante este tiempo la educación se ha visto afectada, pues, los estudiantes no podían acudir a los centros educativos, por lo que se optó por clases online.

Frente a esta pandemia los niños presentaron diferentes actitudes entre ellas llanto, frustración, enojo o ira por no poder socializar con pares, divertirse en espacios recreativos o poder visitar a sus seres queridos. En este proceso es importante que los padres sean el apoyo y guía de los niños para expresar y conocer las emociones, por lo que se debe trabajar a través de estrategias lúdicas como música, cuentos, el dialogo entre otros. Es importante conocer las emociones para comprender lo que sienten las demás personas y lo que sentimos como ser humano.

Por lo antes expuesto, se considera importante trabajar sobre educación emocional, puesto que las emociones están presentes siempre, estas nos ayudan a conocer y expresar lo que sentimos para actuar de forma adecuada en una situación. Por lo tanto, se considera oportuno tratar este tema a través de una guía de educación emocional, para trabajar diferentes actividades que permitan desarrollar competencias emocionales.

El estudio se divide en 5 capítulos, el primer capítulo, se inicia con la introducción, luego la conceptualización teórica de las variables de estudio como, educación inicial, importancia de la educación inicial, las emociones, educación emocional, estrategias, contenido y programas de educación emocional, las emociones y COVID-19, aquí se presentan estudios, conceptos y estrategias. Finalmente se presenta la conclusión del capítulo.

El segundo capítulo se aborda la metodología, en donde se da a conocer el tipo de estudio y su diseño, con su enfoque; se describe la población. Se presenta la técnica, las categorías y el procedimiento.

En el tercer capítulo se presenta el análisis de las entrevistas y su resultado.

En el cuarto capítulo se abordan las guías dirigidas a padres y docentes sobre educación emocional en donde se presenta la teoría con los temas y estrategias relevantes, además se presenta actividades con su objetivo, material y el proceso y su anexo necesario para realizar las actividades.

Finalmente se presenta una conclusión general del trabajo.

CAPÍTULO 1

1. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Introducción

En este capítulo abordaremos los referentes teóricos que sustentan el proyecto de investigación “Educación Emocional para niños de 4 a 5 años para enfrentar la vida en tiempos de (COVID- 19)”.

Frente a la crisis sanitaria las emociones de los niños se han visto alteradas, presentando conductas desafiantes como: berrinches, llantos, frustración entre otras. Por lo que es fundamental que los docentes y padres trabajen el tema de educación emocional, tanto en las aulas de clase como en los hogares. Se consideró importante abordar los siguientes temas que ayuden a comprender y fundamentar el trabajo.

1.1 Educación Inicial

Es importante abordar el tema de educación para entender cómo esta se relaciona con las diferentes dimensiones del ser humano.

Degante *et al.* (2015); Tristán (2019) señalan que la educación no consiste únicamente en la trasmisión de conocimientos o el desarrollo de competencias, sino que está asociada a la formación del ser humano en todas sus dimensiones como: las de tipo axiológico, ético, estético, ontológico y epistemológico, por lo que, no se puede hablar de educación si no se toma en cuenta todos estos aspectos.

Por otra parte, es importante abordar el tema de educación, su relevancia y calidad en la primera infancia, puesto que, la educación inicial se encarga del desarrollo integral de los niños en los primeros años de vida y es la que guiará el proceso de enseñanza aprendizaje en los más pequeños.

Con respecto a educación inicial, esta puede plantearse como un proceso pleno que se centra en el desarrollo global de los niños, considerando los aspectos: afectivos, psicomotriz, cognitivo, autonomía y pertenencia a la comunidad, respetando y garantizando su diversidad cultural, propio ritmo de aprendizaje, crecimiento, derechos y lingüística, lo que permite potencializar sus habilidades, destrezas y capacidades

(Gutiérrez y Ruiz, 2018; Ley Orgánica de Educación Intercultural, 2011; Zabalza, 2016).

Además, León (2007) expresa que la educación en edades tempranas permite que se estimule y fortalezca las potencialidades de los niños, el deseo y la capacidad de conocer, interpretar y aprender el mundo; de esta manera se guiará su corazón y su mente al entendimiento, sabiduría y conocimiento.

Según Santi-León (2019) indica que las intervenciones tempranas permiten un adecuado desarrollo integral, es decir, el cuidado que se brinda a niños y niñas de 0 a 5 años debe buscar el desarrollo de habilidades y destrezas para un correcto desempeño durante su vida.

Por otro lado, Falabella *et al.* (2018) sobre calidad en educación inicial explica que a pesar de que existan diferentes definiciones de calidad en educación inicial, claramente hay ciertos consensos sobre el tema como la relevancia de las condiciones estructurales, la calidad de interacciones pedagógicas y el ambiente de bienestar socioemocional.

1.2 Emociones

Según Antoni y Zentner (2015) manifiestan que las emociones son un aviso de que algo está pasando (bueno o malo) en este momento concreto, lo que nos permite situarnos en el presente, puesto que, está referida a lo que vivimos y sentimos.

Igualmente, Smith (2019) indica que son respuestas biológicas que se dan a una situación, resulta interesante la rapidez con la que nuestro sistema biológico reacciona de tal manera que pone en marcha un conjunto de cambios que son involuntarios, estos se dan tanto en nuestra fisiología como en nuestra expresión, es así como nuestra expresión facial puede cambiar antes de que nos demos cuenta de nuestra reacción. Por otro lado, Rojas (2019) menciona que las emociones son procesos del aparato psíquico que nos permite detectar sucesos relevantes, lo que nos ayuda a responder frente a estos de forma adecuada e inmediata.

Así mismo, las emociones se producen en base a acontecimientos o estímulos que provocan una respuesta, este puede ser interna o externa, los estímulos externos provienen del mundo exterior, por ejemplo la reacción favorable del cuerpo a un medicamento, mientras que un estímulo interno es un pensamiento o dolor de alguna parte del cuerpo, lo que provoca una respuesta emocional, es decir, las emociones son reacciones inconscientes o estados de ánimo que tiene el ser humano frente a una situación, estas son producidas por ideas, recuerdos,

deseos, y sentimientos permitiendo que se manifieste alegría, frustración, tristeza entre otras (Bisquerra, 2014; Pallarés, 2010; Punset *et al.*, 2001).

1.2.1 Clasificación de las emociones

Rojas (2019) señala que cerca de cumplir los tres meses de vida más o menos, configuramos un conjunto de emociones denominadas básicas, estas vienen determinadas genéticamente en los seres humanos y son: ira, miedo, asco, tristeza, sorpresa y alegría.

A continuación, se presenta la tabla 1, en donde se abordará la clasificación de las emociones que propone Bisquerra (2016).

Tabla 1. Clasificación de las emociones

UNIVERSO DE LAS EMOCIONES	
Emociones negativas	
Miedo	Temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia, etc.
Ira	Rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, animadversión, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia, desprecio, acritud, animosidad, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo, etc.
Tristeza	Depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgana, morriña, abatimiento,

disgusto, preocupación.

Ansiedad Angustia, desesperación, inquietud, inseguridad, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo

Emociones positivas

Alegría Entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo, humor.

Amor Aceptación, afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, interés, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, ágape, gratitud, interés, compasión.

Felicidad Bienestar, satisfacción, armonía, equilibrio, plenitud, paz interior, tranquilidad, serenidad, gozo, dicha, placidez, etc.

Emociones ambiguas

Sorpresa La sorpresa puede ser positiva o negativa. En esta familia se pueden incluir: sobresalto, asombro, desconcierto, confusión, perplejidad, admiración, inquietud, impaciencia.

Relacionadas con la sorpresa, pero en el otro extremo de la polaridad pueden estar la anticipación y expectativa, que pretenden prevenir sorpresas.

Emociones sociales	Vergüenza, culpabilidad, timidez, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia.
Emociones estéticas	Las emociones estéticas son las que se experimentan ante las obras de arte y ante la belleza.

Fuente: Bisquerra, (2016)

Igualmente, al hablar de la clasificación de emociones en positivas o negativas es importante entender que estas no están relacionadas con lo bueno o malo y diferenciarlas, a veces el trabajo se centra en las últimas, sin desarrollar las primeras. Las emociones positivas se relacionan con sensaciones agradables como la alegría, la satisfacción o la sorpresa. Por el contrario, las emociones negativas están conectadas con sensaciones o situaciones desagradables, éstas comprenden emociones como la tristeza, el enfado o el miedo (Aguaded y Valencia, 2017).

1.3 Educación emocional

Después de conocer las emociones es relevante abordar el tema de educación emocional, con el fin de comprenderla, conocer cuál es su fin y ponerla en práctica en el hogar como en las instituciones.

Bisquerra (2005); Bisquerra y Pérez-Escoda (2014) sobre Educación Emocional mencionan que es un proceso constante, cuyo objetivo es acrecentar el bienestar social y personal mediante el desarrollo de la capacidad de percibir y comprender las emociones propias, expresarse asertivamente, generar emociones positivas, ser empáticos con uno

mismo y con las demás personas y sobre todo prevenir los efectos desfavorables de las emociones negativas.

Así pues, la educación emocional es un proceso continuo que permite que los alumnos se preparen para la vida, desarrollen habilidades sociales, comportamentales y de valores, así como el dominio de uno mismo frente a diferentes situaciones, lo que permite alcanzar un bienestar personal y social. El objetivo de la educación emocional es: conocer las emociones propias y de las demás personas, ser tolerantes frente a la frustración, tener alumnos más felices y con una autoestima alta y empatizar con los demás. (Aguaded y Valencia, 2017; Bisquerra y Pérez, 2012; Bisquerra, 2014; Soler *et al.*, 2016).

Por otra parte, al tratar el tema de educación emocional en edades tempranas, según De la Torre Sierra y Guichot-Reina (2019) señalan que es importante recordar que en niños de 3 a 5 años se presentan enfrentamientos a diario, puesto que, en esta edad tienen un pensamiento egocéntrico y ven el conflicto como algo competitivo en donde uno gana y otro pierde, se considera que una de las mejores formas de afrontar este conflicto es a través de la educación emocional en las aulas de clase; de ahí la importancia de atender este tema través de programas, los que deben ser sustentados por un marco teórico sólido, y trabajados por los docentes no de forma espontánea si no por todas las instituciones. (Muchiut, 2018; Bisquerra, 2014)

Aguaded y Pantoja (2015) en su trabajo de investigación, se plantearon dos objetivos, el primero busca favorecer el desarrollo adecuado de la personalidad y del conocimiento social para conseguir el máximo bienestar social del alumnado y el segundo prevenir la aparición de problemas o disfunciones en este desarrollo que podrían desembocar en conductas desadaptadas o violentas. Los resultados finales manifiestan que los alumnos partícipes de esta experiencia se familiarizaron más con el lenguaje emocional, hay mayor respeto por las emociones y opiniones de otras personas, el número de conflictos ha disminuido y reconocen las emociones de mejor manera; se recomienda trabajar las emociones en la asamblea (los niños se sientan alrededor de la profesora) utilizando cuentos y dramatizando.

1.4 COVID-19 y Emociones

Es importante abordar el tema de las emociones en los niños y cómo se han visto afectadas frente a la pandemia COVID-19, pues en el Ecuador debido a la situación que se vive se tomó como medida de seguridad permanecer en confinamiento en los hogares desde el 16 de marzo del 2020, viéndose afectadas diferentes áreas, entre estas la de educación, pues se pasó de tener clases presenciales a clases online, también se restringió las reuniones sociales, la salida a parques, espacios públicos e inclusive las visitas familiares, por lo que las emociones en los niños se han visto afectadas.

Sprang y Silman (2013) expresan que los niños y niñas que han vivido una situación de aislamiento lo sienten como una experiencia traumática y tienen una mayor probabilidad de presentar estrés como el trastorno de estrés postraumático.

Cifuentes (2020) sobre el efecto de la pandemia, menciona que puede afectar la parte psicológica de los niños, pues se enfrentan todos los días a diversos factores de estrés como: la duración del confinamiento, la falta de interacción con sus pares, el aburrimiento y frustración al no poder jugar ni ver a sus compañeros o la falta de espacio en casa.

Así pues, sabemos que los niños en edades tempranas se encuentran en desarrollo, en este proceso ellos están aprendiendo sobre las emociones, como expresarlas y manejarlas adecuadamente. Es normal que frente a esta situación de crisis sanitaria no sepan qué hacer o cómo manejar sus emociones. Los adultos que los rodean deben ser ese vínculo que permita a los niños expresarse y preguntar sobre la situación que se vive. Puede funcionar como factor protector para tener una buena comunicación frente a la situación (Pimienta, 2020).

Por otro lado, Hurtado (2020) señala que la pandemia ha puesto a prueba a las familias, llevándolas a cumplir varios roles. Se ha convertido en todo un reto, debido a que, se ha desafiado e incrementado los roles de los padres. Por ende, la familia debe promover los espacios en donde se fomente la colaboración, el diálogo, y la expresión de opiniones y emociones.

Además, es importante pensar en la relación de los docentes con los padres de familia como un componente importante en tiempos normales para la educación de los hijos, pero obligatoria en tiempos de pandemia, los padres han llegado a ser la mano derecha de los maestros (Fernández *et al.*, 2020).

Contreras (2020) sobre el rol de los docentes menciona que muchos profesores frente a esta situación de crisis sanitaria continúan con su labor de forma similar que en un ambiente presencial, suministrando información frente a un monitor, a pesar de que los entornos virtuales se caracterizan por la abundancia de medios, datos e información, convirtiéndolo en un guía en torno a las fuentes idóneas de información

1.5 Contenidos, Estrategias y programas de educación emocional

Por otro lado, es importante analizar el tema de los contenidos con los que se trabajará la educación emocional. A continuación, se presenta la tabla 2 en donde se muestra una propuesta de los contenidos de educación emocional, para niños de 3 a 6 años.

Tabla 2. Secuencia de contenidos de educación emocional

Propuesta de secuenciación de los contenidos de la educación emocional

Educación Infantil (3-6 años)	<p>Reconocimiento de las emociones de tristeza, miedo, rabia, alegría, amor y felicidad, a partir de la comunicación no verbal y verbal trabajada desde uno mismo y con los demás.</p> <p>Expresión de las emociones en situaciones supuestas o reales. Comprender las reacciones que nos provocan las emociones.</p> <p>Comprender las reacciones comportamentales que nos provocan las emociones.</p> <p>Reconocimiento de las emociones estéticas</p> <p>Aprendizaje de estrategias de respiración y relajación.</p>
----------------------------------	---

La expresión emocional como estrategia de regulación (con ayuda).

La distracción conductual como estrategia de regulación (con ayuda).

Imaginación proyectiva mediante el juego simbólico.

Reconocimiento de la propia valía personal y capacidad de cierta actuación autónoma (con ayuda)

Respeto y valoración de los demás.

Ayuda al otro (dirigida y espontánea).

Fuente: Pérez y Filella

(2019)

Igualmente, al tratar sobre la metodología más adecuada para desarrollar las competencias emocionales, Pérez y Filella (2019) indican que será la que considere lo siguiente: experiencias y conocimientos emocionales de los niños, vivencias, experiencias, intereses y necesidades personales y sociales. La práctica de educación emocional se debe realizar fundamentalmente guiada por una metodología vivencial y participativa que contemplen actividades que favorezcan la introspección y análisis: role playing, grupos de discusión y dramatización.

Además, sobre estrategias de educación emocional López (2011) señala que se puede trabajar a través de situaciones cotidianas, que se generan de forma natural, con el propósito de favorecer la comprensión emocional y el aprendizaje espontáneo. El juego, los cuentos, la música y los títeres son cuatro recursos que ayudan a trabajar la educación emocional. La música impulsa el despertar de las emociones y el fluir en ellas. Los cuentos permiten identificarse con sus personajes y sentimientos de esta forma se crean vínculos emocionales. Los títeres proporcionan buenas dinámicas y permiten crear vínculos con ellos. El juego permite una buena interacción y expresión libre de emociones. La disposición en forma de círculo o semicírculo de los niños y la maestra ayuda a un mejor contacto visual y corporal entre ellos; beneficia el diálogo y la

comunicación, así como el bienestar grupal e individual, puesto que, uno se siente mirado, acogido y escuchado.

Por otro lado, un estudio realizado por Nava (2015) tuvo como objetivo favorecer en los niños una actitud positiva ante la vida, que sepan identificar, expresar, comprender y regular sus emociones y que conecten con las emociones de otras personas. Se realizó una propuesta de intervención, la misma consistía en observar videos musicales de acuerdo con la emoción que va a aprender, posterior a esto se realizaron preguntas sobre el video lo que ayuda a la comprensión y expresión de las emociones y mientras el niño realizaba la actividad propuesta se escuchaba música anteriormente utilizada. En cuanto a los resultados, se desarrolló una evaluación diagnóstica y final, en donde se observó que hubo un avance en cuanto a la identificación, regulación y expresión de las emociones alegría, tristeza, miedo y enojo en las que se tenía dificultad antes de la intervención.

El programa Educación Emocional Cooperativo (EDEMCO) sobre educación emocional comprendía de dos módulos: el primero de “Reconocimiento de emociones” para ocuparse de la identificación de expresiones emocionales básicas en otras personas, este módulo tiene como objetivo trabajar sobre las habilidades de reconocimiento de expresiones faciales y corporales. El segundo módulo es “Comprensión emocional”, que tiene como objetivo ayudar a la comprensión que tienen los niños sobre las emociones, de forma que entiendan por qué surgen y se mantienen, así como las situaciones vinculadas a éstas. Los resultados que se obtuvieron apoyan la hipótesis de la investigación, avalando la eficacia del programa EDEMCO para incrementar la competencia emocional (reconocimiento de emociones y comprensión de emociones simples y complejas). Los datos de la evaluación de seguimiento realizada después de un año de la aplicación del programa ratifican que el beneficio se mantiene a largo plazo (Ambrona, *et al.*, 2012).

Un estudio realizado por Aguaded y Valencia (2017) cuyo objetivo fue describir los resultados obtenidos de trabajar la inteligencia emocional a través del Modelo de Mayer y Salovey (el modelo busca desarrollar cuatro habilidades específicas: Percepción emocional, esta busca conocer las propias emociones como las de las demás personas; facilitación emocional del pensamiento, es decir, asociar una emoción con una sensación, es la forma en la que las emociones influyen en el pensamiento; comprensión

emocional, esta me permite aclarar los problemas y equiparar qué emociones son iguales y regulación reflexiva de las emociones, capacidad de manejar las emociones suprimiendo las negativas e intensificando las positivas, no se trata de reprimir sino de regular las emociones) con niños del Segundo Ciclo de Educación Infantil del CEIP Juan Ramón Jiménez, de Huelva capital. Este se trabajó a través de 3 bloques: reconocimiento y expresión de emociones, comprensión de las emociones y regulación emocional. Se obtiene como resultados lo siguiente: la mayoría de los docentes afirman que es importante trabajar la inteligencia emocional desde la etapa de infantil y que los niños que participaron del estudio muestran abiertamente sus sentimientos y solucionan sus conflictos a través del diálogo.

Igualmente, un estudio realizado por Serrano *et al.* (2017) tuvo como objetivo comprobar la eficacia del Programa EMO-ACCIÓN de educación emocional, evaluando su impacto en niños de 4 a 5 años con necesidades específicas de apoyo educativo. Sobre este, se trata de un programa cuyo campo de acción es dentro de las aulas de clase, está dirigido a niños sin ninguna problemática específica. Tuvo también fines optimizadores, como ayudar al alumnado que pueda mostrar (o que muestre) dificultades, limitaciones o discapacidades. Se enfocó en una metodología activa y globalizada, fue flexible, lo que permitió un aprendizaje emocionalmente significativo y funcional. Los contenidos tratados se estructuraron en cuatro bloques didácticos: 1) Conciencia emocional; 2) Regulación emocional; 3) Autonomía emocional; 4) Habilidades socioemocionales y habilidades de la vida.

Los resultados muestran que los alumnos que participaron en el programa educativo desarrollaron de forma significativa sus competencias emocionales, encontrando una clara mejora en la conciencia, regulación, autonomía y habilidades emocionales. El programa favorece el desarrollo de las competencias emocionales, tanto para alumnado que presenta o no dificultades educativas.

Por otra parte, Solaz (2017) propone actividades de educación emocional para niños de 3 a 12 años. Trabajando con los siguientes aspectos:

"Conocimiento de las emociones" a través de cuentos y actividades que permitan conocer sobre el tema. ¿Tú que sientes? El objetivo de estas actividades es aprender a identificar los sentimientos y saber expresarlos.

“Rincón de la amistad”, cuyo objetivo es enseñar a los alumnos la capacidad para: escuchar y prestar atención a los demás, con una actitud de respeto, conocer y respetar las normas de convivencia, aprender a ponerse en el lugar del otro y buscar soluciones ante un problema.

“El banco de la paz” este se enfoca en solución de un problema o conflicto con la compañía de un mediador quien escuchará las dos partes del problema mediante un diálogo respetuoso y escucha activa de cada una de las partes, la empatía, desarrollando una actitud responsable y de respeto por los demás.

“Mindfulness”

“El rincón de la relajación”, busca que se aprenda y practique diferentes técnicas de relajación, disfrutar de la calma y la tranquilidad y desarrollar la capacidad para controlar la ansiedad y el estrés (Solaz, 2017)

1.6 Conocimientos, experiencias, percepción y rol sobre educación emocional por parte de los padres y docentes.

En cuanto a la percepción de los docentes sobre educación emocional Hortigüela *et al.* (2017) realizó un trabajo cuyo objetivo fue constatar la percepción de estudiantes del grado en Maestros de Educación Primaria, profesores universitarios de la citada titulación y maestros en activo en esta etapa obligatoria. Los Maestros en activo defienden un tratamiento específico dentro de las materias escolares, destacando la importancia de adquirir conocimientos sobre emociones por parte de los docentes mientras que los profesores universitarios no le dan tanta importancia, argumentando que la enseñanza universitaria debe centrarse en los aspectos más importantes de los conocimientos específicos reflejadas en las guías docentes de cada una de las materias.

Con respecto a la formación de los docentes en educación emocional, Torres (2017) menciona la importancia de estar capacitados sobre las emociones, pues son quienes enseñan y guían a los alumnos a regular y gestionar sus emociones a través de la práctica pedagógica. Igualmente, Pacheco (2017) señala que es de vital importancia la educación emocional en la formación inicial y profesional de los docentes. Al fomentar competencias socioemocionales en los profesores se permite que la educación se centre

en los niños, por tanto, se generan maestros empáticos, creativos y autónomos, que adopten una sana afectividad lo que beneficia sin duda alguna al profesorado, a los estudiantes y a mejorar la educación

En cuanto al rol de los docentes López y Guaimaro (2015) indica que los cuidadores o mediadores tienen en sus manos una gran responsabilidad, puesto que, la seguridad emocional de los niños dependerá del tipo de relación que se establece, del vínculo de apego y del desarrollo adecuado de la autoestima. Este rol se convierte en un reto, puesto que, además de tener conocimientos sobre desarrollo infantil, deben tener la capacidad de transmitir seguridad, confianza y proporcionar el desarrollo de la autoestima.

Igualmente, un estudio realizado por Rodríguez *et al.* (2014) indica que las personas capacitadas en educación cumplen una función importante en la vida de los educandos, su labor no se centra solo en la trasmisión de conocimiento académico, sino que es un modelo de actitudes personales y emocionales para sus estudiantes, en este sentido, el rol del docente es importante en la educación integral de sus alumnos, pues es quien moldea, enseña y entrena a estos en habilidades que son relevantes para toda la vida.

Además, Cifuentes (2020) menciona que los profesores tienen un papel fundamental durante esta pandemia, su labor no se basa únicamente en la entrega de materiales a los niños y la comunicación constante con los padres, si no, en ofrecer la oportunidad de interactuar con los estudiantes e incluso obtener apoyo psicológico de ser necesario. Es importante que los docentes promuevan en los niños buenos hábitos de higiene y sueño, seguir una dieta adecuada y una rutina de ejercicio físico.

Por otra parte, para desarrollar competencias emocionales en niños de preescolar es esencial que primero se realice una formación a los docentes y familia es el primer paso para su puesta en práctica. Otro aspecto importante es la manifestación de competencias emocionales por parte de padres y docentes en su comportamiento, debido a que, los niños aprenden más por lo que ven que por lo que se les pide que hagan, dicho de otra manera, se considera fundamental el desarrollo de competencias emocionales en los adultos como motor de desarrollo de los niños, puesto que, los mayores son una guía de cómo comportarse para los más pequeños (Bisquerra, 2011; Bisquerra y Pérez 2012).

En cuanto a la familia, Cifuentes (2020) indica que la educación que reciban los niños por parte de los padres mientras dure el confinamiento es importante. Además de supervisar el desempeño de los niños y su comportamiento, los padres deberán desarrollar habilidades de autodisciplina y respetar su espacio personal. Los niños están expuestos a las noticias sobre la pandemia, por lo que tener conversaciones sobre el tema puede ayudar a manejar la ansiedad y evitar el estrés.

También, Franco *et al.* (2017) señala que la familia juega un papel fundamental en la enseñanza de las emociones tanto en niños como en adolescentes, estos favorecen en gran medida la adquisición de habilidades sociales necesarias para un correcto desarrollo de los hijos. El hogar es un espacio relevante para este aprendizaje, en las interrelaciones personales que se dan en casa se presentan diferentes emociones, lo que provoca se tome una postura frente a circunstancias específicas, por tanto, se requiere de un aprendizaje para manejarlas con el fin de no afectar el funcionamiento familiar.

En cuanto a la función de los padres de familia deben estar atentos al comportamiento emocional de sus hijos, es importante que organice su tiempo con el fin vincularse con los acontecimientos socializadores en los diferentes contextos como los amigos y la escuela en donde se desenvuelven sus hijos. Sin embargo, de nada sirve que se eduquen las emociones de un niño si en casa se hacen cosas que van en contra de los discursos dados, los padres deben ser un modelo emocional para sus hijos (Guzmán *et al.*, 2019).

Un estudio realizado por Huyamave *et al.* (2019) tuvo como objetivo determinar cómo influye el rol de los padres en el comportamiento emocional de los niños de 3 años. Concluyendo que los padres ejercen influencia en la vida emocional de los hijos, ya que se gestionan los primeros vínculos afectivos y sociales, los mismos que servirán en la relación personal y con sus pares.

Conclusiones

Al finalizar el capítulo uno se comprende la importancia de trabajar las emociones en edades tempranas, puesto que son las encargadas de manifestar lo que sentimos, facilita el proceso de socialización con las personas que nos rodean, permite experimentar qué sucede en nuestro ser frente a un suceso y comprender las emociones de los demás. Es importante tratar este tema a través de educación emocional, para esto

se ha identificado diferentes formas de hacerlo: mediante canciones donde se puede conocer y sentir las mismas, a través de cuentos pues los niños suelen sentirse identificados con los personajes, el diálogo es una manera de conocer que sienten y que sienten las demás personas frente a una situación, además, permite se sientan escuchadas y valoradas, entre otras estrategias.

Al analizar varias investigaciones se encontró que los padres de familia y docentes juegan un papel fundamental sobre el conocimiento y puesta en práctica de las emociones pues los niños aprenden de lo que observan, por lo que, es importante que los cuidadores o guías tengan conocimiento sobre el tema y lo manejen de forma apropiada.

Debido a la situación de pandemia que vivimos y analizando las repercusiones emocionales que ha provocado en los niños se considera oportuno trabajar las emociones en las escuelas y en los hogares pues esto ayuda a disminuir el estrés, también, permite preparar a los niños para situaciones similares y ayuda a que los seres humanos puedan sentirse plenos pues se está tomando en cuenta todas las áreas para su correcto desarrollo, es por esto que se elabora una guía de apoyo para padres y docentes, con diferentes estrategias y actividades divertidas, que permitan trabajar la educación emocional en los hogares y escuelas.

CAPÍTULO 2

2. METODOLOGÍA

2.1 Tipo de estudio

La investigación se basó en un estudio cualitativo descriptivo de tipo interpretativo.

En cuanto a descripción e interpretación, Aguirre y Jaramillo (2015) mencionan que son dos procesos diferentes: en la descripción un sujeto usa su lenguaje para mostrar a otro como es un objeto, el éxito de esta depende de que la descripción sea de forma fiel o exacta del mismo, mientras que en la interpretación se parte de que el objeto a interpretar tiene un sentido ambiguo lo que exige un proceso reflexivo por parte de quien interpreta de modo que se garantice que el sentido que se propone para explicar algo sea viable.

En este sentido los autores dicen que en un trabajo de tipo cualitativo la descripción es garantía de la validación del mismo, puesto que nos permite distinguir un informe cualitativo aceptable de uno no aceptable, un buen informe se logra cuando el investigador consigue una adecuada interpretación del significado de los participantes en donde se diferencia su propio significado como intérprete, también lo hace de forma explícita y justificada lo que permite se proteja el sentido auténtico del texto.

2.2 Participantes

El estudio se realizó con los padres de familia y docentes de los niños que cursan el subnivel inicial dos del Centro de Educación Inicial Carlos Zambrano Orejuela de la ciudad de Cuenca. Los participantes con los que se trabajó fueron 5 docentes y 6 padres de familia.

2.3 Instrumentos

2.3.1 Técnica

Se utilizó una entrevista semiestructurada, según Hernández-Sampieri (2018) menciona que las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de preguntas, pero también se puede introducir otras adicionales para obtener mayor información, es decir no todas las preguntas están predeterminadas; en cuanto a la categorización para la

elaboración de las entrevistas los autores mencionan que el investigador considera dos segmentos los analiza y compara, si son diferentes en significado y concepto se inducirá una categoría, sino se da una en común.

Por otra parte con el fin de interpretar la entrevista de forma objetiva y facilitar la comprensión de los resultados obtenidos de las entrevistas se trabajó con la técnica de redes semánticas, estas proporcionan un medio empírico de acceso a la organización cognoscitiva la que indican como fue percibida la información individual en el transcurso de la constitución del aprendizaje social, dotando de indicios fundamentales sobre la forma de actuar basándose en ese universo cognitivo (Noriega *et al.* , 2005).

2.3.2 Categorías

Entrevista dirigida a padres de familia.

- Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los padres.
- Estrategias utilizadas para la educación emocional.
- Rol de la familia en educación emocional.
- Relevancia que se da a este tema.

Entrevista dirigida a docentes.

- Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los padres.
- Estrategias utilizadas para la educación emocional.
- Rol de la familia en educación emocional.
- Relevancia que se da a este tema.

2.4 Procedimiento

En la I fase se elaboró y aplicó el asentimiento informado a padres y docentes del Centro de Educación Inicial Carlos Zambrano Orejuela.

En la II fase se realizó un primer contacto con docentes y padres de familia a través de un mensaje por WhatsApp para acordar el horario de las entrevistas e indicar que estas se realizarían a través de la plataforma zoom. Las entrevistas tuvieron una duración de entre veinte minutos a una hora.

En la III fase se realizó la transcripción y análisis de las entrevistas

En una IV fase se diseñó la guía de apoyo dirigida a padres y docentes

Finalmente, en la V fase se socializaron las guías.

CAPÍTULO 3

3. RESULTADOS

El estudio se ejecutó con el objetivo de analizar las percepciones de padres y docentes sobre educación emocional. La muestra de la investigación está formada por cinco docentes y seis padres de familia del Centro de Educación Inicial Carlos Zambrano Orejuela de la ciudad de Cuenca.

La entrevista dirigida a padres de familia y docentes se estructuró mediante categorías para la evaluación de los resultados.

Padres de familia

- Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los padres.
- Estrategias utilizadas para la educación emocional.
- Rol de la familia en educación emocional.
- Relevancia que se da a la educación emocional.

Para el análisis se partirá con la interpretación de resultados realizada a los padres, los cuales se detallan a continuación:

Perfil de los entrevistados

En la tabla 3 se visualiza que del total de participantes entrevistados uno es hombre y seis son mujeres, de esta manera se demuestra la tendencia social, que las madres de familia son quienes se hacen cargo de los temas relacionados a los hijos.

Tabla 3. Perfil de los participantes

Participante	Padre	Madre
Participante 1	X	
Participante 2		X
Participante 3		X
Participante 4		X

Participante 5	X
Participante 6	X

Fuente: Entrevista padres de docente

Caldera *et al.* (2018) indica que las habilidades emocionales son adquiridas durante el proceso de desarrollo y crecimiento, se aprenden por medio de la observación a relacionarse, expresar y afrontar problemas, por ende las escuelas y los hogares son vitales, debido al diario convivir; entonces el aislamiento suscitado por el COVID-19 provoca inconveniente en los niños, considerando la falta de interacción con otras personas, razón por la cual la familia y educadores son piezas claves para evitar dificultades emocionales.

3.1 Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los padres.

Con relación al conocimiento de educación emocional, la mitad de progenitores tiene una idea sobre el tema; sin embargo, la otra mitad manifiesta no contar con una clara definición, esto podría darse por el poco interés que se da a las emociones pues se considera un tema poco significativo en el desarrollo de los niños.

¿Ha escuchado alguna vez sobre Educación emocional?

Participante 1: *“Es una rama muy alta que, sí, debe tener bastantes ámbitos a tratarse, pero en este caso en mi hija sería, como tratarle cuando ella está enojada”*

Bisquerra (2005); Bisquerra y Pérez-Escoda (2014) sobre Educación Emocional mencionan que es un proceso constante, cuyo objetivo es acrecentar el bienestar social y personal mediante el desarrollo de la capacidad de percibir y comprender las emociones, lo que coincide con lo expuesto por él participante uno “es como tratarle cuando ella está enojada”.

Participante 2: *“Es conocer las emociones que tenemos como: miedo, alegría, tristeza, felicidad, amor entre otros”.*

El objetivo de la educación emocional es: conocer las emociones propias y de las demás personas, ser tolerantes frente a la frustración, tener alumnos más felices y con una autoestima alta y empatizar con los demás (Aguaded y Valencia, 2017; Bisquerra y

Pérez, 2012; Bisquerra, 2014; Soler *et al.*, 2016). Concordando con lo mencionado por el entrevistado “es conocer las emociones que tenemos”.

Participante 3: *“Mmm, bueno la verdad no he escuchado sobre el término.”*

Participante 4: *“No he escuchado, para que le voy a decir, si nunca he escuchado”.*

Participante 5: *“Cuando frustramos a los niños con nuestras palabras, a veces le decimos eres un inútil y ellos se lo creen, no sé si tal vez a eso se refiere”.*

A pesar del desconocimiento del tema, los padres de familia indican la necesidad de ser capacitados y orientados por parte de los docentes, lo que concuerda con Escoria y Martínez (2020) quienes encontraron como uno de los resultados de su estudio que los padres manifiestan la necesidad de formarse en el tema de las emociones y realizar un seguimiento del estado emocional de niños, padres y docentes.

¿Qué tipo de conductas o emociones ha observado en los estudiantes a raíz del confinamiento?

Participante 1: *“Miedo, porque escuchaba que familiares se enfermaban grave y como se enfermó la mamá tuvimos que separarle”.*

Ante una situación de estrés como puede ser el confinamiento por (COVID-19) los niños y niñas pueden reaccionar de diferente manera a como lo harían normalmente (p. ej., tristeza, miedo, enfado, angustia etc.). La ansiedad en niños como en adolescentes puede ser manifestada a través de conductas desafiantes (Espada *et al.*, 2020), coincidiendo con lo que comenta el participante, *“miedo, porque escuchaba que familiares se enfermaban grave”*,

Participante 2: *“Demasiado apego a mí, si yo digo me voy al trabajo, él dice, no, yo quiero estar contigo, en esas cosas se hizo más mamitis”.*

El entrevistado menciona que el niño desea estar solo con ella *“demasiado apego a mí”*, Rangel y Calle (2020), sobre COVID-19, mencionan que los infantes adquieren y desarrollan sus emociones en la infancia inicial, estas se han visto alteradas por el confinamiento presentando dificultad para expresar lo que sienten, manifestando actitudes como: berrinches, llanto y apego a los familiares, por lo que, los padres de familia deberían ser un apoyo para los niños.

Participante 3: *“Él grita cuando no se le da lo que él quiere, hace pataletas, se pone bravo”.*

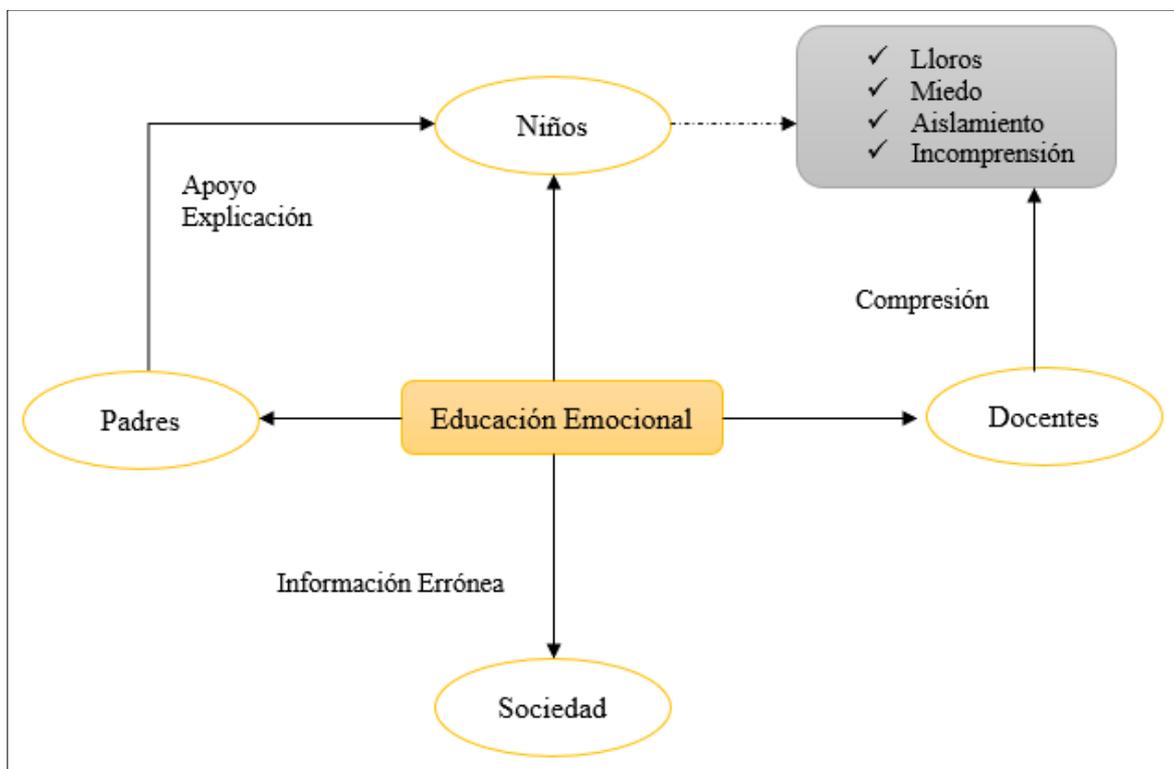
Participante 4: *“El sigue igual, como antes, a él le gusta estar en la casa, compartir”.*

Participante 5: *“Lloraba mucho, ella quería irse al parque, como al principio fue total el confinamiento no había cómo salir, ella estaba emocionada con irse a la escuela, ir a ver a sus abuelos, incluso a veces uno lloraba con a ella, uno también emocionalmente se afectó y se sigue afectando”.*

Participante 6: *“Le molesta estar encerrada, se aísla”.*

Etchebehere *et al.* (2020) Realizó un estudio que tuvo como objetivos identificar las percepciones que los niños y las niñas le atribuyeron al confinamiento por COVID-19. En cuanto a los resultados en el tema emocional, se identifican emociones ambivalentes, por un lado, se presenta la alegría pues los niños disfrutaban de pasar tiempo con los papás y de las actividades divertidas, pero también manifiestan sentirse tristes por estar encerrados en casa, encontrando similitud con lo que manifiestan los participantes, *“Hace pataletas, se pone bravo”*, *“lloraba mucho”*, *““El sigue igual, a él le gusta estar en la casa, compartir”*.

Figura 1. Red semántica categoría conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los padres.



Como se visualiza en la figura 1, el conocimiento acerca de la educación emocional por parte de los padres es bajo, ya que la mitad de los evaluados no tiene noción del tema analizado, adicional los que conocen el término es de una manera general, más no clara.

3.2 Estrategias utilizadas para la educación emocional

En cuanto a las estrategias utilizadas, dos padres de familia mencionan que desconocen del tema, un progenitor utilizó el diálogo para calmar los ánimos y una madre de familia manifiesta que han salido al campo, dialogado y preparado alguna receta, lo que ayudó a disminuir el estrés.

¿Qué hace cuando su hijo pierde el control, como enojarse, hacer berrinche, o frustrarse?

Participante 1: "Yo le tomo en ese sentido, por ejemplo: yo le digo Salome ya no estés así o no hagas eso entonces ella se enoja, ella se encierra ósea prácticamente

no me contesta, entonces se le dice bonito, haber hija ya no estés enojada pero no hagas eso”.

Participante 3: *“Por ejemplo: ellos tienen pegado en la nevera un calendario con los días de la semana con una carita feliz y una triste, ellos mismo como que se hacen una autoevaluación, si se portaban bien ponían la carita feliz o cuando hacían algo mal o hacían cosas que no deben hacer ponían su carita triste y dependiendo de cuantas caritas tenían recibían, por ejemplo: un premio”.*

Participante 5: *“Es aquí como campito, lo que nosotros hicimos es venirnos acá, quedarnos acá todo el tiempo y como aquí tenemos el chance de salir, entonces si salíamos, como que eso fue una solución y entre nosotros que nos reuníamos y hacíamos alguna comida, por ejemplo: a mi hija le gusta la pizza entonces hacíamos y siempre nos reuníamos para cualquier cosa, entonces como que íbamos reduciendo ese estrés de estar encerrados”.*

Rueda y Filella (2016), aconsejan trabajar las emociones con las siguientes estrategias.

- Desde que nos levantamos hasta que nos acostamos sentimos emociones, pregúntate: ¿cómo te sientes?
- Ayuda al niño a tomar conciencia de sus emociones. El secreto está en expresarlas (hablando, escribiendo, dibujando, pintando)
- Ayuda al niño a expresar las manifestaciones de las emociones, tanto las negativas como las positivas. Por ejemplo: ¿estás triste porque no pudiste realizar aquello que tanto querías? Responde abiertamente a los sentimientos de malestar, para que aprenda a expresar su malestar sin vergüenza y a responder con empatía a las necesidades de los otros.
- Intenta solucionar juntos los problemas.

Algunas de las estrategias sugeridas para padres de familia concuerdan con los testimonios, *“por ejemplo: ellos tienen pegado en la nevera un calendario con los días de la semana con una carita feliz y una triste,”*, *“es aquí como campito, lo que nosotros hicimos es venirnos acá, quedarnos acá todo el tiempo y como aquí tenemos el chance de salir, entonces si salíamos, como que eso fue una solución”.*

Participante 2: *“No, no utilizo ninguna estrategia”.*

Participante 4: *“Para serle sincera no conozco ni uso ninguna estrategia”.*

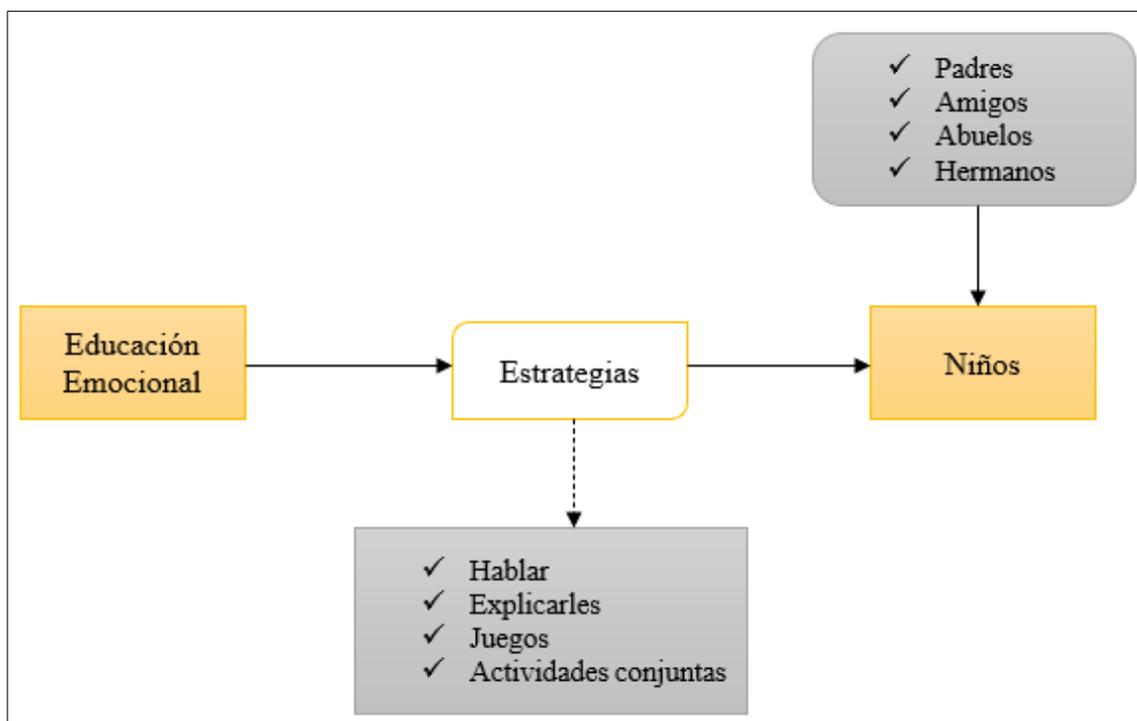
Los padres de familia manifiestan desconocer estrategias para tratar las emociones, no obstante, López (2011) indica que se puede trabajar a través de situaciones cotidianas, que se generan de forma natural, con el propósito de favorecer la comprensión emocional y el aprendizaje espontáneo. El juego, los cuentos, la música y los títeres son cuatro recursos que ayudan a trabajar las emociones, con las que podrían tratar el tema.

Participante 6: *“La única estrategia que en sí lo hicimos y resultó muy bien, fue con música, de acuerdo con los sonidos*

Un estudio realizado por Buzzian y Herrera (2014) tuvo como objetivo determinar qué tipo de emociones despiertan en los niños la escucha de determinados géneros musicales, encontrando los siguientes resultados, los niños en edades comprendidas entre cuatro y ocho años experimentan fácilmente la emoción de alegría mientras que en las demás emociones que se analizaron resulta complicado el reconocerlas, coincidiendo con lo que manifiesta la madre de familia, *“ella sabe que es música de alegría, que es música de tristeza, música de miedo”*.

A continuación, se muestra la red semántica que analiza las estrategias que se utilizaron.

Figura 2. Red semántica categoría estrategias utilizadas para la educación emocional



En la figura antes presentada, se mira la existencia de una serie de estrategias que los progenitores suelen utilizar con los infantes, no obstante, la mayoría son usadas sin saber que son estrategias.

3.3 Rol de la familia en educación emocional

¿Quién se debería hacer cargo de la educación emocional de los niños y por qué?

Participante 1: *“Quien se debería de hacer cargo, prácticamente serían los papás en mayor parte, en la escuela prácticamente yo creo que por mayor conocimiento la profesora nos puede ayudar”.*

Participante 3: *“Yo creo que obviamente en la casa, porque, ahí es donde mm osea los niños pasan su tiempo, y yo creo que de los papás también depende la formación de la personalidad de ellos, entonces yo pienso que en la casa comenzaría todo, pero obviamente en las escuelas, los psicólogos, porque, como que serían un apoyo nada más a la educación que le daría los papás en la casa.”*

Participante 6: *“Primerito parte del hogar, todo parte del hogar, el docente únicamente moldea o refuerza lo que en el hogar le enseñan, entonces yo pienso que principalmente a nosotros como padres deberían educarnos en eso, enseñarnos, capacitarnos como tratar a las guaguas”.*

Franco *et al.* (2017) señala que la familia juega un papel fundamental en la enseñanza de las emociones tanto en niños como en adolescentes, estos favorecen en gran medida la adquisición de habilidades sociales necesarias para un correcto desarrollo de los hijos, encontrando concordancia entre los autores y lo indicado por los padres, *“prácticamente serían los papás”*, pues el hogar es en donde los niños adquieren conocimientos sobre emociones a través de las actitudes de los padres, forma de resolver los problemas y expresión emocional.

Participante 4: *“Sería yo, tal vez, osea los padres y los profesores.*

Participante 2: *“Yo pienso verá tanto la escuelita como nosotros, pero ahora nosotros yo digo un dicho es que nadie nos enseña a ser padres, a veces no sabemos si estamos educándoles bien o mal pero ya pues toca”.*

Participante 5: *Creo que iría a la par no, claro, ya sabiendo del tema no, porque a veces nosotros no sabemos de algunos temas.*

¿Considera que se debería trabajar sobre educación emocional en los hogares y de qué manera, esto ayudaría a enfrentar la situación de emergencia sanitaria que vivimos?

Participante 1: *“En este caso obviamente fuera bueno de trabajar, ¿cómo se podría trabajar en casa? prácticamente ayudándonos a nosotros como padres a conocer cómo podríamos trabajar, porque Dios no quiera por ejemplo haya un rebrote de este virus y sea muchísimo más fuerte, y si nosotros no sabemos sobre el tema o bases principales sobre esto, emocionalmente prácticamente los niños van a sufrir mucho empezando por nosotros, para uno poder dar apoyo tiene que estar bien”.*

Participante 2: *“Sí, se debería trabajar, esto ayudaría mucho porque no sabemos cómo, ya estamos veinticuatro siete con los chicos y como que uno también se*

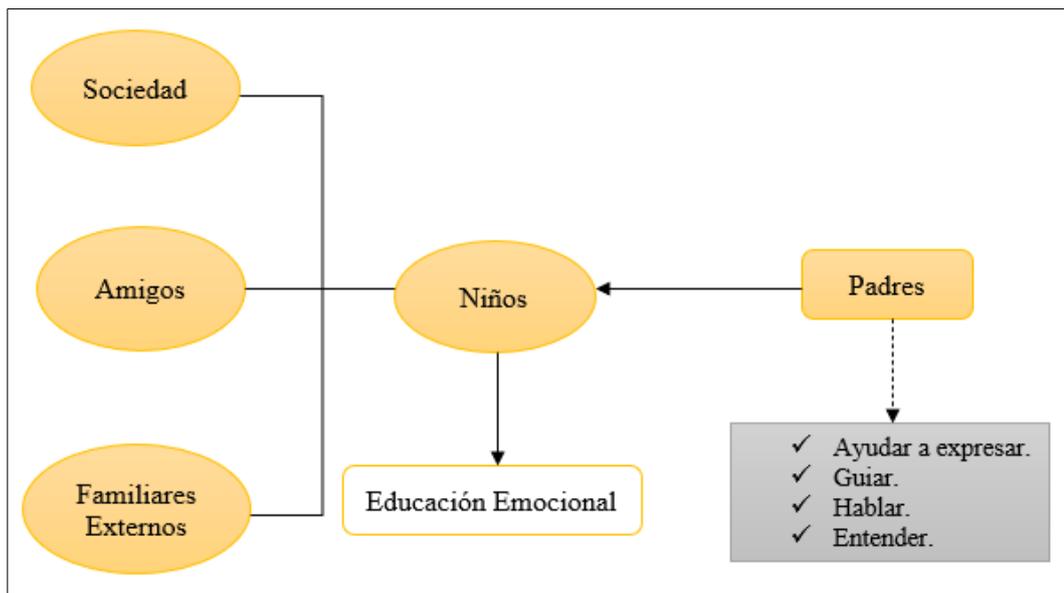
estresa y como que estamos en un balde de agua, que ya a punto estamos de ahogarnos ya”.

Participante 6: *“Estoy totalmente de acuerdo que se trabaje en educación emocional con las guaguas, porque, si lo hiciéramos evitaríamos incluso en la actualidad muchos femicidios, muchas cosas malas, porque del hogar es de donde sale todo y nosotros como padres somos los primeros responsables de nuestros hijos más no los maestros”.*

Los participantes expresan que sería importante primero formarlos a ellos, como lo exponen a continuación, *“en este caso obviamente fuera bueno de trabajar, ¿cómo se podría trabajar en casa? prácticamente ayudándonos a nosotros como padres a conocer cómo podríamos trabajar”*, como consecuencia, Aguaded y Pantoja en Badajoz-España (2015) realizaron el estudio “Innovar desde un proyecto educativo de inteligencia emocional en primaria e infantil, en donde se encontró que es importante realizar una alfabetización emocional en edades tempranas, en cuanto al trabajo con las familias se observa que después de los talleres mostraron interés por el tema, incluso compraron material referente a emociones y lo trabajan en casa.

Con estos resultados se muestra la red semántica que asocia los aspectos importantes sobre la categoría.

Figura 3. Red semántica categoría rol de la familia en educación emocional



En la figura 3, se observa la importancia e influencia de los padres, amigos, familiares externos y de la sociedad en general en el manejo de las emociones y sentimientos de los niños, sin embargo, es importante señalar que los padres cumplen un papel fundamental, debido a que son quienes fundan, moldean y enseñan estos aspectos en los niños.

3.4 Relevancia que se da a la educación emocional.

La relevancia de la educación emocional depende de la forma de concebir el tema, sin embargo; es un proceso educativo que requiere ser analizado, evaluado e instruido de manera continua, tanto por parte de los padres como de los docentes, formar de una manera correcta es vital para que el infante se desenvuelva y desarrolle.

¿Le gustaría tener alguna guía o material para trabajar las emociones en este tiempo en donde se han visto alteradas las mismas?

Participante 1: *“Si nos podrían ayudar con una guía fuera muchísimo mejor para nosotros, porque prácticamente yo de la forma en la que trabajo con mi hija es de forma inconscientemente, a ella trato de demostrarle las emociones, tal vez, esté haciendo mal o como puedo estarlo haciendo bien, con una guía nosotros sabríamos que hacer y qué no hacer”.*

Participante 2: *“Claro, me gustaría capacitarme y aprender, me serviría mucho esta guía”.*

Participante 3: “Yo creo, no si jajajaj, yo sí necesito urgente algo que me sirva como guía, como mamá y como persona, hermana y todo obviamente todos necesitamos mejorar nuestras emociones”.

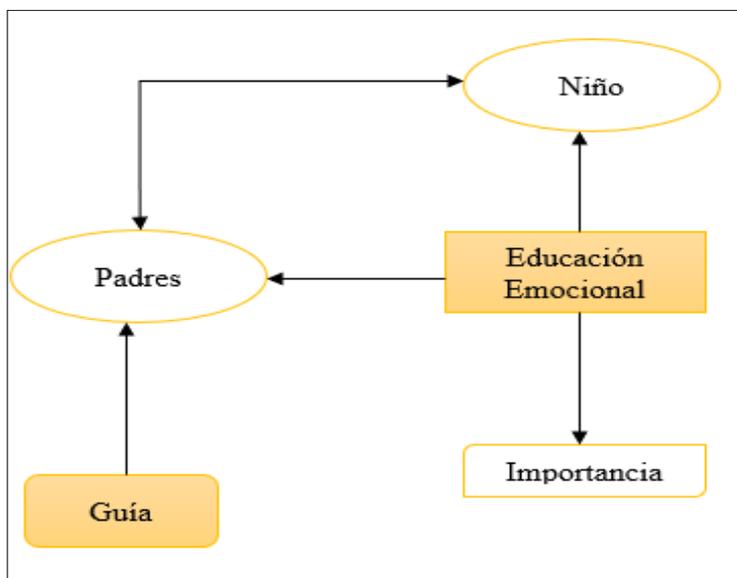
Participante 4: “Si fuera bueno una guía para poder aprender, me gustaría mucho tener algo que me ayude en este sentido”.

Participante 5: “Claro, fuera chévere, hace falta para poder trabajar”.

Participante 6: “Sí muchísimo, me gustaría tener un material, sobre todo enseñarle a mi hija a manejar su temperamento, que aprenda a tener paciencia”.

Fragoso-Luzuriaga (2015), en la investigación ejecutada de forma bibliográfica, plantea que la educación emocional con el pasar de los años ha adquirido mayor importancia. Por otra parte, se registra que las personas buscan con frecuencia guías, métodos o procesos que permitan mejorar y manejar las emociones en niños y adolescentes, concordando con lo expuesto por los padres “sería interesante tener una guía”. A continuación, se presenta la red semántica de la dimensión

Figura 4. Red semántica categoría relevancia que se da al tema



En la figura 4, se visualiza la relevancia que los padres le dan a la educación emocional. En las respuestas obtenidas se identifica el requerimiento de una guía para tratar las emociones, puesto que la mayoría de las familias no saben cómo manejar el tema.

Docentes

En el siguiente apartado, se exhiben las interpretaciones de resultados de las entrevistas aplicadas a los docentes, mismos que se mostrarán a través de categorías.

- Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los docentes.
- Estrategias utilizadas para la educación emocional.
- Relevancia que se da a la educación emocional.

Perfil de los entrevistados

En la tabla 4 se muestra que las docentes entrevistadas son en su totalidad mujeres, cuyos datos se justifican por la tendencia en la docencia por parte del sexo femenino, más aún en edades iniciales.

Tabla 4. Perfil de los entrevistados

Participante	Hombre	Mujer
Participante 1		X
Participante 2		X
Participante 3		X
Participante 4		X
Participante 5		X

3.5 Conocimientos y experiencias sobre educación emocional por parte de los docentes

Al examinar los conocimientos sobre educación emocional, se encontró lo siguiente, los docentes manifiestan que el conocimiento que tienen se debe a la experiencia adquirida en las aulas de clase y otros a su formación, esto les permite abordar el tema emocional en las aulas.

¿Ha escuchado alguna vez el término Educación Emocional?

Docente 1: *“Bueno, sobre educación emocional había un montón durante las vacaciones de webinars, cursos y cosas sobre educación emocional, pero el termino sonó más tras la pandemia”.*

Docente 2: *“Sí, he escuchado y justo también nos hablaban de una capacitación de eso, pero yo personalmente no he recibido”.*

Docente 4: *“Para mí la educación emocional es estar en paz, aceptar al resto, el saber demostrar sus sentimientos, demostrar libremente sus emociones y el saber expresar sus emociones y recibir del resto también las emociones, pienso yo”.*

Docente 5: *“Sí, de hecho, fui parte de un equipo de investigación en la universidad sobre el tema de inteligencia emocional”.*

Con respecto a la formación de los docentes en educación emocional, Torres (2017) menciona la importancia de estar capacitados sobre las emociones, pues son quienes enseñan y guían a los alumnos a regular y gestionar sus emociones a través de la práctica pedagógica, concordando con lo expuesto por los docentes, en donde manifiestan que de una u otra forma conocen sobre el tema de las emociones lo que ha permitido trabajar sobre el tema en este tiempo.

Por otra parte, de una manera más centralizada se consultó a los profesores sobre el conocimiento de emociones positivas y negativas, en donde:

¿Conoce sobre los términos emociones positivas y negativas?

Docente 1: *“No, no he sabido que, habido emociones positivas y negativas, sino que simplemente son las emociones”.*

Docente 4: *“Bueno, lo que conozco y lo que siempre o generalmente tendemos es a tildar de negativo, pero toda emoción es buena pienso, porque la emoción es lo que usted siente, pero como usted lo saque es lo negativo, osea si esta con ira es bueno sentir la ira, osea sacar esa ira, pero no sacar pegando, gritando en ese sentido, pero yo considero que no hay emociones positivas o negativas, todas son emociones y todas son válidas sentirse”.*

Docente 3: *“Sí, sí he escuchado que hay emociones que, por ejemplo, no sé si estaré en lo correcto, por ejemplo, la ira es una emoción negativa porque a veces cuando uno no expresa o no saca lo que siente adentro esa emoción le hace a uno enfermarse psicológicamente y luego eso se torna en algo físico, entonces empieza con estrés con cansancio, con dolor de cabeza, pereza así”*

Los entrevistados manifiestan que han escuchado el término emociones positivas y negativas como lo manifiestan a continuación *“La ira es una emoción negativa*

porque a veces cuando uno no expresa o no saca lo que siente adentro esa emoción le hace a uno enfermarse psicológicamente y luego eso se torna en algo físico,”, concordando con Aguaded y Valencia (2017) quienes indican que las emociones positivas se relacionan con sensaciones agradables como la alegría, la satisfacción o la sorpresa. Por el contrario, las emociones negativas están conectadas con sensaciones o situaciones desagradables, éstas comprenden emociones como la tristeza, el enfado o el miedo (Aguaded y Valencia, 2017).

¿En su formación profesional o experiencia laboral qué tipo de conocimientos adquirió sobre educación emocional?

Docente 1: *“Tuve la oportunidad de estudiar desarrollo personal en una fundación, ah, en esa fundación, por ejemplo, era lo principal la parte del cuerpo, el desarrollo del cuerpo, el conocimiento del cuerpo, lo espiritual, lo emocional, trabajamos con niños vulnerables, niños de riesgo, trabajamos con niños trabajadores del arenal específicamente”.*

Docente 3: *“Bueno, sobre educación emocional he aprendido que se refiere más o menos como indagar al niño sin que se sienta presionado, ni estresado, cómo se siente a observarle, más que nada a través de la observación del comportamiento, la actitud dice mucho de cómo está el estado de ánimo del niño”.*

Docente 4: *“En la práctica docente también hemos aprendido, se ha investigado todo este tiempo en internet, se ha tenido capacitaciones a cerca de la misma, la maestra transmite el estado emocional, si uno está enojado y va así entonces los niños, o si uno está triste o está cansado transmite a los niños, entonces, hay que estar siempre pendiente de ellos, hay que estarles motivando para transmitir energía positiva”.*

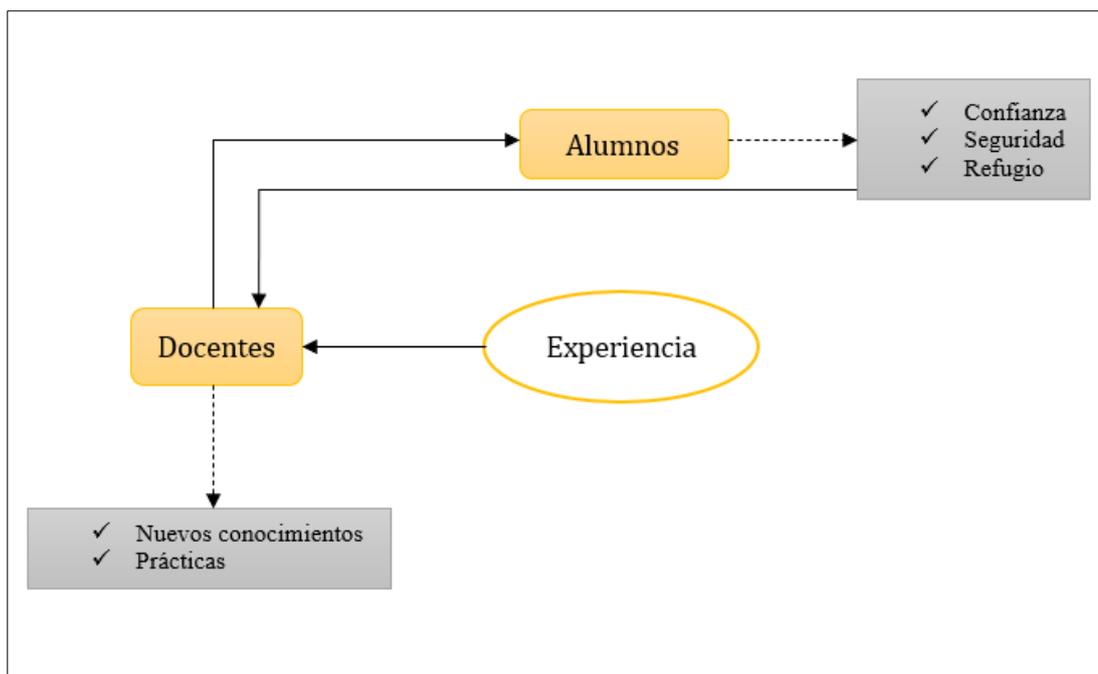
Docente 5: *“Fui parte de un equipo de investigación sobre inteligencia emocional, además de las diferentes cátedras que me tocó dar en la universidad, en las que obviamente tuve que prepararme con mucha profundidad sobre el tema”.*

Gutiérrez-Torres y Buitrago-Velandia (2019), mencionan que las aulas son el espacio en donde los seres humanos reciben formación en diferentes aspectos como: cognitivos, emocionales, sociales etc. Por lo que, la experiencia y conocimiento de educación emocional de los maestros es fundamental, debido a que, son un modelo para los alumnos, estos sirven de refugio, seguridad y confianza, concordando con lo

expuesto por los participantes “*Tuve la oportunidad de estudiar desarrollo personal en una fundación,*”, “*en la práctica docente también hemos aprendido, se investigó todo este tiempo en internet, se ha tenido capacitaciones a cerca de la misma*”.

Enseguida, se presenta la relación de la categoría analizada.

Figura 5. Red semántica categoría conocimiento y experiencia sobre educación emocional



En la figura antes expuesta, se presenta la experiencia como un factor importante en la enseñanza, razón por la cual, la constante preparación y actualización de los docentes es un requisito, los alumnos tienden a buscar en los profesores un refugio, tranquilidad, seguridad, entonces el saber guiar y expresar apoyo es vital.

3.6 Estrategias utilizadas para la educación emocional

Es necesario conocer las emociones manifestadas en este tiempo de confinamiento por parte de los niños para emplear estrategias adecuadas en educación emocional.

¿Qué tipo de conductas o emociones ha observado en los estudiantes a raíz del confinamiento?

Docente 1: *“Los niños cuando empezó el confinamiento aparentemente y a pesar de los miedos que pudo haber habido en los padres de familia, a pesar de todo, se les notaba más relajados, como un poco más contentos de estar con sus padres en casa, sin embargo, ahora en este tiempo desde que comenzó clases es diferente el ambiente, bueno, nosotros les hicimos una encuesta que nos encomendó también el Ministerio de Educación, se realizó una encuesta en lo relacionado a lo emocional, para ver cómo están, cómo se sienten, qué piensan, es, entonces a pesar de que los niños ya sabían un poco más de COVID, como deben de cuidarse etc., hay un notorio estrés por parte de los papás”.*

Docente 3: *“A las guaguas lo que se les ve es inquietos, se les ve con mucho cambio de temperamento, hay veces que están alegres o que extrañan, lo que ellos querían es ir a la escuelita para estar compartiendo con los compañeros, jugando y al tener las clases así virtuales, es para ellos como una frustración no poder compartir físicamente con los compañeros verles virtualmente, a la mayoría de ellos se les vio es una frustración, esto en algunos casos se les preguntó, ellos dicen o les dan diciendo, porque realmente fue con la compañía de los papás, en ningún caso los papás les dejaron solos, si no, que estaban, di esto, di el otro, pero habla les daban ya respondiendo”.*

¿Qué le han dicho los padres sobre las emociones de los niños en esta época?

Docente 3: *“Algunos me han dicho que están bien, que se sienten bien, que están en casa, pero otra cosa es ya verlos en pantalla, una cosa es lo que ellos me dicen para la entrevista y otra cosas es verlos en clase, entonces, uno sí me dijo está triste está llorando y no quiere entrar, entonces le dije, no le obligue si no quiere entrar que no entre que haga la tarea en casa y luego me manda un foto de la tarea y ya vamos a ver cómo le va la próxima clase”.*

Docente 4: *“Que extrañan a los abuelitos, extrañan salir, extrañan lo hacían”.*

Docente 5: *“Extrañan mucho el poder salir, muchos extrañan a su familia por ejemplo extrañan el visitar, el estar en espacios con sus tíos, con sus primos y eso les genera tristeza a pesar del miedo que sienten a un posible contagio”.*

Los entrevistados mencionan haber observado diferentes actitudes por parte de los niños, *“Hay veces que están alegres o que extrañan, lo que ellos querían es ir a la escuelita para estar compartiendo con los compañeros”*, *“uno sí me ha dicho está triste está llorando,* Cifuentes (2020) sobre el efecto de la pandemia, menciona que puede afectar la parte psicológica de los niños, pues se enfrentan todos los días a diversos factores de estrés como: la duración del confinamiento, la falta de interacción con sus pares, el aburrimiento y frustración al no poder jugar ni ver a sus compañeros o la falta de espacio en casa.

Con base a la información antes expuesta, los maestros ayudan a los padres mediante estrategias para minimizar el impacto emocional, además, los docentes mencionan que el trabajo realizado sobre educación emocional en las aulas es relevante.

¿Considera que se debería trabajar sobre educación emocional en las aulas de clase y de qué manera?

Docente 1: *“Osea no veo que sea una materia especial, que venga la profe que da educación de las emociones y ahí tenga la clase, porque, pienso que es una educación que se les da como un eje transversal, que todos utilizan el tema para enseñar, entonces eso sí pues es básico, para mi es una parte integral, porque desde el modo de cómo la profe, eee también los guaguas se presentan y usted les dice hola como están y como han pasado, sin necesidad de que la profe sea el payaso de la clase uno se interesa con ellos de forma sincera, que te pasó, entonces por eso los guaguas a uno le cuentan”.*

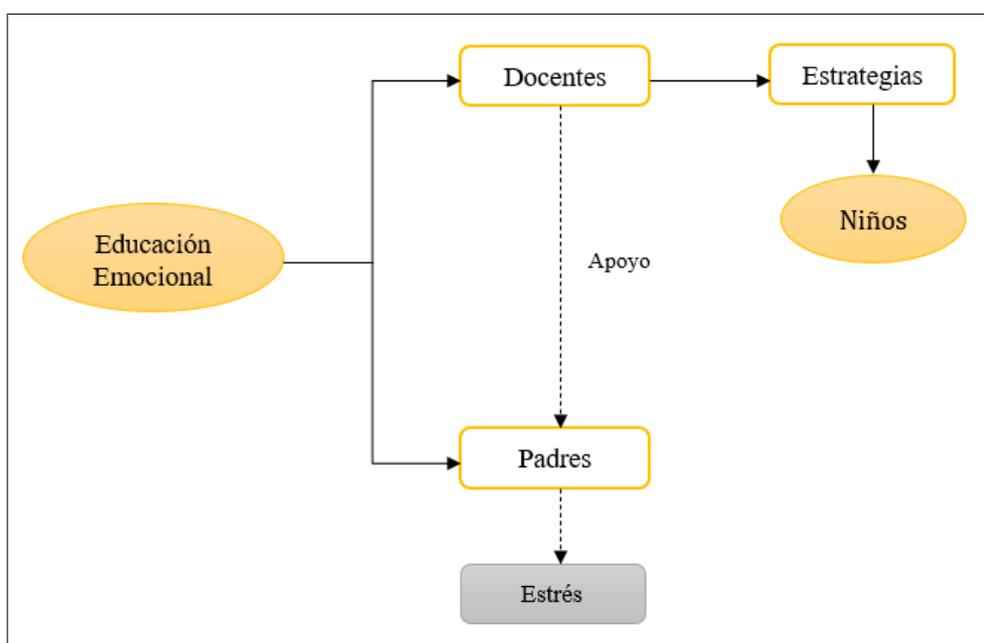
Docente 2: *“Desde mi percepción, el trabajo no sería con los niños sino con los padres, con las personas adultas, porque somos quienes formamos a los niños tanto padres como docentes”.*

Docente 5: *“Estamos conscientes de que no puede ser de otra forma en la que debemos enseñar a través del juego, a través de actividades llamativas, a través de situaciones significativa, para que el niño no aprenda sino más bien sienta y tenga la posibilidad de expresar, debe ser parte del currículo como digo, el sistema educativo actual está poniendo énfasis en esto”.*

Al explorar estrategias para tratar las emociones, López (2011) señala que se puede trabajar a través de situaciones cotidianas, que se generan de forma natural, con el propósito de favorecer la comprensión emocional y el aprendizaje espontáneo. El juego, los cuentos, la música y los títeres son cuatro recursos que ayudan a trabajar la educación emocional.

Por otra parte, para desarrollar competencias emocionales en niños de preescolar es esencial que primero se realice una formación a los docentes y familia es el primer paso para su puesta en práctica. Otro aspecto importante es la manifestación de competencias emocionales por parte de padres y docentes en su comportamiento, debido a que, los niños aprenden más por lo que ven que por lo que se les pide que hagan, dicho de otra manera, se considera fundamental el desarrollo de competencias emocionales en los adultos como motor de desarrollo de los niños, puesto que, los mayores son una guía de cómo comportarse para los más pequeños (Bisquerra, 2011; Bisquerra y Pérez 2012).

Figura 6. Red semántica categoría estrategias utilizadas para la educación emocional



En la figura 7, se observa las estrategias usadas por los maestros para manejar las emociones en los infantes, es preciso rescatar que es un trabajo conjunto, debido a la actual pandemia, los padres exponen niveles de estrés por el cambio rotundo. Además, los docentes manifiestan que se debería trabajar las emociones de forma cotidiana e incluyendo a los padres puesto que; son quienes los orientan en los temas emocionales.

3.7 Relevancia que se da a este tema

¿Piensa que la educación emocional va de la mano con la educación cognitiva?

Participante 1: *“Tanto el aspecto emocional como cognitivo tiene que ir a la par para que un niño pueda desarrollarse en un ambiente adecuado”.*

Participante 3: *“Con la educación emocional se evitaría la deserción escolar y se ayudaría mucho a las familias para superar época de crisis”.*

Participante 4: *“Primerito es lo emocional y por ende un niño seguro, un niño satisfecho, un niño contento, un niño feliz, desempeña muy bien, pero un niño triste, un niño frustrado, un niño violentado, eee necesariamente por más inteligente que sea ya no va a rendir igual, entonces yo pienso que en ese sentido si va a la par las dos cosas”.*

Participante 5: *Por supuesto, si, eee lo cognitivo tiene que ver con, la coherencia con las explicaciones, con el razonamiento y si los niños aprenden en diversas situaciones, repuesta y también va de acuerdo con el desarrollo moral que es diferente en cada una de las etapas evolutivas que atraviesa el ser humano.*

Participante 6: *“Necesitamos ver al ser humano como un todo y no solo la parte intelectual, antes por ejemplo se creía que el que es bueno para las matemáticas es inteligente y ahora sabemos que hay inteligencias múltiples y si los padres están conscientes a que pese que no es bueno para relaciones lógico-matemáticas tiene múltiples habilidades que deberán cultivar y enfocarse”.*

Según Retana (2012) Los procesos de aprendizaje son complejos, debido a que, resultan de varias causas que articulan un producto, estas causas provienen de dos órdenes, cognitiva y emocional, a pesar de esto el modelo educativo vigente tiende a minimizar o ignorar los aspectos emocionales. Debido a la revolución educativa formada por el constructivismo y el impacto de la teoría de las inteligencias múltiples

surge un nuevo debate en pedagogía que incluye el papel de las emociones como uno de los aspectos importantes a ser considerados en la formación adecuada de los estudiantes.

En cuanto a la importancia de la educación emocional todos los docentes revelan el carácter imperioso de conocer y aplicar estrategias que permitan el desarrollo integral de los alumnos.

¿Cree que es importante la educación emocional y por qué?

Participante 1: *“Claro, yo pienso que es básica la educación emocional, porque en este caso, como digo, a nuestros pequeñines hay que irles preparando para que puedan expresar, porque puede ser una medida de protección y una medida de protección muy fuerte”.*

Participante 4: *“Claro que es importante, es importante en los niños que aprendan de control, a manejar más que nada sus emociones, porque a veces tienen mucha frustración o tienen sentimientos de ira y no saben cómo manejar eso, entonces a veces se pegan con la mamá o si están en clases se pegan con el compañerito o lo que sea entonces es importante que aprendan ellos mismos a autocontrolarse”*

Participante 6: *“Totalmente, eee, está comprobado científicamente que las personas que tienen un alto coeficiente intelectual, que tienen un récord académico sobresaliente, no son siempre los que tienen éxito en la vida, muchos dicen que nos contratan por nuestras habilidades intelectuales, nos despiden por la falta de habilidades emocionales”*

Según Guil *et al.* (2018), la primera infancia es una etapa crucial para el inicio del control de emociones y el manejo de las habilidades sociales, puesto que, durante las edades tempranas, los infantes se enfrentan a los primeros espacios de comunicación que implica la construcción del lenguaje interpersonal, los docentes manifiestan que es fundamental la educación emocional en los niños como se observa a continuación, *“Claro, yo pienso que es básica la educación emocional, porque en este caso, como digo, a nuestros pequeñines hay que irles preparando para que puedan expresar,”*, *“Claro que es importante, es importante en los niños que aprendan de control, a manejar más que nada sus emociones, porque a veces tienen mucha frustración o tienen sentimientos de ira y no saben cómo manejar eso”*

Desde la perspectiva de los docentes, otro de los criterios de relevancia surge como una medida para hacer frente a la pandemia actual.

¿Frente a la pandemia que estamos atravesando, sería útil tratar sobre las emociones de forma regular en los hogares y escuelas?

Participante 1: *“Sí, claro, sería importante abordar tanto en las casas como en las escuelas las emociones, no solo ahora porque las emociones son una parte importante del desarrollo de los niños.”*

Participante 2: *“Porque igual con la institución tenemos reuniones encuentros con las docentes y hay momentos en las que todas están agotadas emocionalmente nos sentimos mal y necesitamos un espacio para dar a conocer lo que estamos viviendo”.*

Participante 3: *“Sí, yo considero que sí, porque, en los hogares les ayuda también a los papás, a la familia a los niños.”*

Participante 4: *“Claro pienso que es básico, pero no les agrada mucho a los papás, no les agrada mucho porque las veces que hemos tenido situaciones así mmm no van a las reuniones o ponen pretextos”*

Participante 5: *“Es el objetivo que tiene el gobierno, no, pero debe ser insisto, no, hay que dar herramienta a los profesores, pero también a los padres, hay mucho agotamiento, yo también, se están dando muchos cuadros de Burnout debido a que hay un desgaste a nivel físico, emocional y afectivo con el tema de las evidencias con el tema del teletrabajo.”*

Las docentes manifiestan que es importante abordar las emociones en los hogares como en las escuelas, *“Sí, yo considero que sí, porque, en los hogares les ayuda también a los papás, a la familia a los niños”*, *“Claro pienso que es básico”*, La educación emocional es un proceso continuo que permite que los alumnos se preparen para la vida, desarrollen habilidades sociales, comportamentales y de valores, así como el dominio de uno mismo frente a diferentes situaciones, lo que permite alcanzar un bienestar personal y social. (Aguaded y Valencia, 2017; Bisquerra y Pérez, 2012; Bisquerra, 2014; Soler *et al.*, 2016).

Caldera *et al.* (2018) indica que las habilidades emocionales son adquiridas durante el proceso de desarrollo y crecimiento, se aprende por medio de la observación a relacionarse, expresar y afrontar problemas, por ende, las escuelas y los hogares son vitales, debido al diario convivir, en cambio una docente manifiestan que *“Claro pienso que es básico, pero no les agrada mucho a los papás, no les agrada mucho porque las*

veces que hemos tenido situaciones así mmm no van a las reuniones o ponen pretextos”, evidenciando que algunos padres aún piensan que estos temas no son relevantes.

Por tanto, las incorporaciones de guías metodológicas complementan las prácticas docentes a favor de la educación y la vinculación con las emociones durante situaciones de dificultades.

¿Le gustaría tener alguna guía o material para trabajar las emociones en este tiempo en donde se han visto alteradas las mismas y cómo apoyaría su práctica docente?

Participante 1: *“Eee, yo pienso que sí, uno siempre anda buscando actividades, jueguitos para trabajar las emociones, obviamente porque a esta edad es el medio con el que uno puede llegar al guagua.”*

Participante 3: *“Insisto, hay material muy variado con las ventajas de estar conectado a través de las redes y claro será útil un material que pueda aportar para la formación emocional”.*

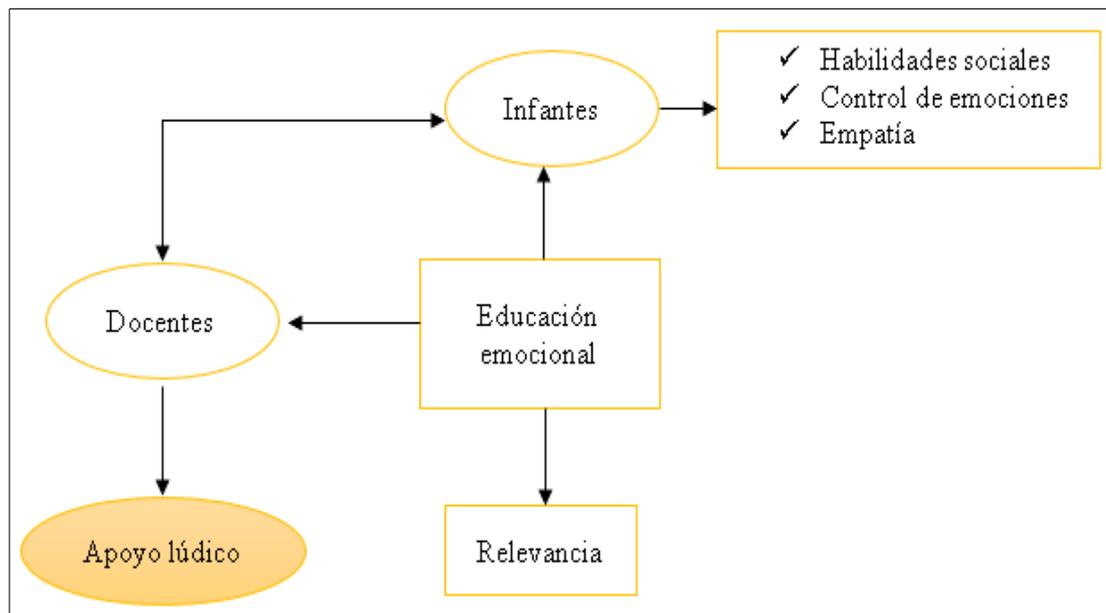
Participante 4: *“Claro, a mí me encantaría tener una guía para educación emocional, me ayudaría en las clases diarias, sería una guía para emociones durante la clase, para manejar las emociones de los pequeños.”*

Participante 5: *“Una guía es como un compendio y sería una herramienta útil, como un libro base para poder esté aportar en el día a día tipo diccionario”.*

Las profesoras mencionan que les gustaría disponer de un material que les ayude a trabajar el conocimiento de emociones, *“Eee, yo pienso que sí, uno siempre anda buscando actividades, jueguitos para trabajar las emociones”, “Claro, a mí me encantaría tener una guía para educación emocional, me ayudaría en las clases diarias”,* como lo manifiesta Fragoso-Luzuriaga (2015) en su investigación las personas buscan métodos o guías que ayuden en el manejo y mejora de las emociones en niños como adolescentes.

A continuación, se presenta la red semántica de la dimensión

Figura 7. Dimensión relevancia de la inteligencia emocional según docentes



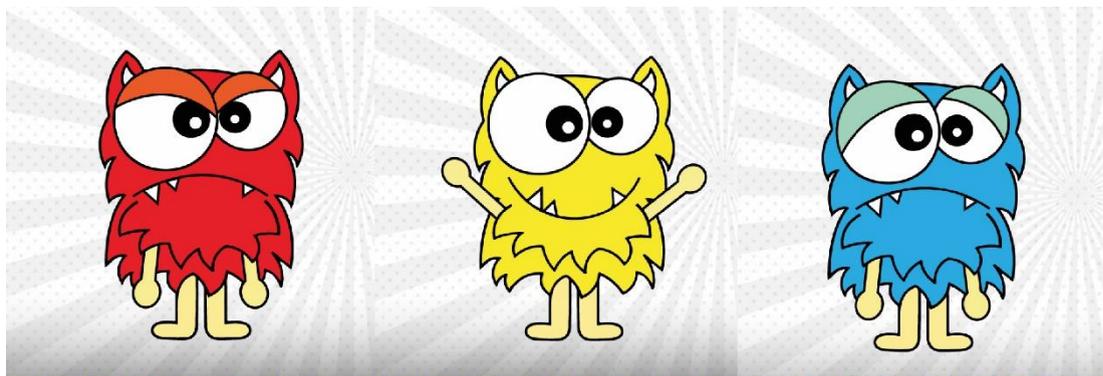
Ante lo señalado, el personal docente manifiesta que, les agradaría tener una guía que ayude a la puesta en acción el trabajo de las emociones en el aula de clase, que de esta manera podrían trabajar el tema emocional unos minutos todos los días alcanzando grandes beneficios, como conciencia emocional, regulación de las emociones y su expresión.

CAPÍTULO 4

Guía de apoyo para padres y docentes para enfrentar la vida en tiempos de COVID-19”

Posterior al análisis de las entrevistas se elaboró la guía “tejiendo nuestras emociones”, la que está dividida en dos secciones, en la primera sección se presenta el marco teórico que sustenta la guía y en la segunda sección se muestra actividades lúdicas para trabajar las emociones.

A continuación, se presentan las guías



UNIVERSIDAD
DEL AZUAY

FACULTAD DE FILOSOFÍA

AUTORA: ANDREA CALLE LUCERO

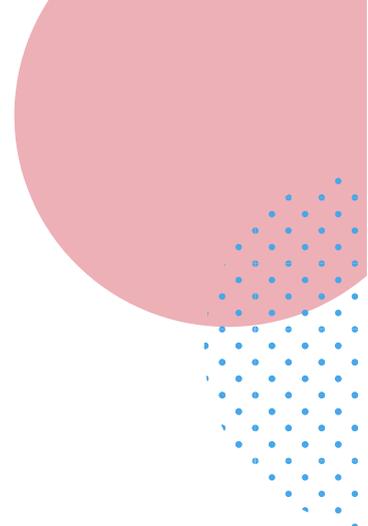
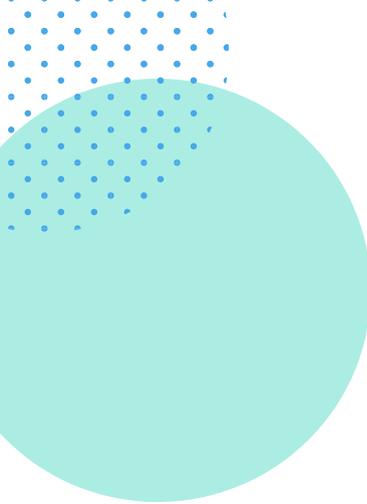
TUTORA: MG. CINDY LÓPEZ

• TEJIENDO NUESTRAS EMOCIONES •

GUÍA PARA PADRES

2020-2021

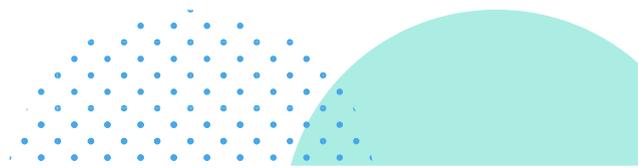
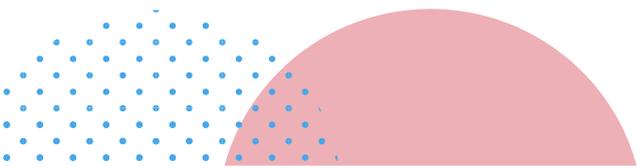




Universidad del Azuay
Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación
Escuela de Educación Inicial

Andrea Elizabeth Calle Lucero

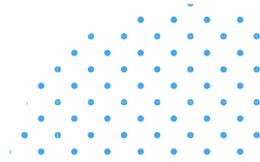
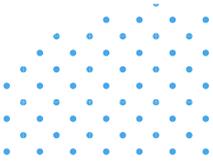
Cuenca-Ecuador 2021

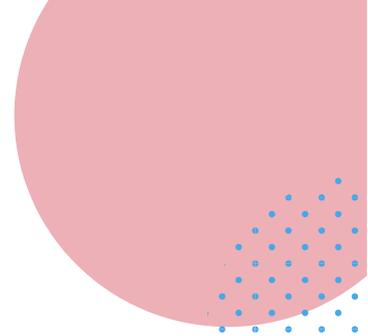
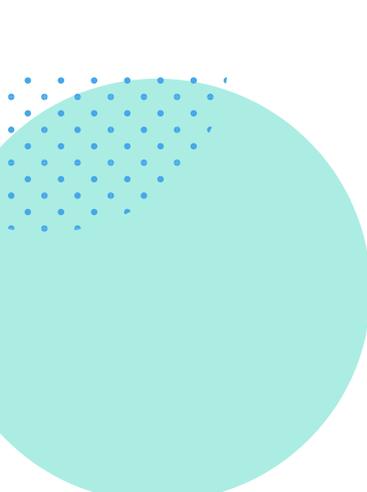




Índice de Contenido

INTRODUCCIÓN	1
Objetivo general	3
Objetivos específicos	3
CAPÍTULO 1	5
LO MAS IMPORTANTE SOBRE EDUCACION EMOCIONAL	5
¿Cómo se clasifican las emociones?	6
Las emociones de los niños y la familia	7
Pandemia y la familia	7
consejos que ayudan a regular las emociones tanto en padres como niños	8
Contenidos y estrategias para trabajar la Educación Emocional	9
Reconocimiento de las emociones	9
Las emociones desde el juego, cuentos, música y títeres	10
CAPÍTULO 2	11
Actividades	11
Reconocimiento de las emociones	11
Expresión de las emociones, respiración y relajación	19
REFERENCIA	31
ANEXOS	32
Reconocimiento emocional	32
1 Dado emocional	32
2. Mandala emocional #3	34
3 Mandala emocional	35
4. Emociómetro	39
5 Monstruitos emocionales	40
6 Conociendo las emociones	41
7 Yoga en Familia Actividad #5	42
8 Títere emocional	43

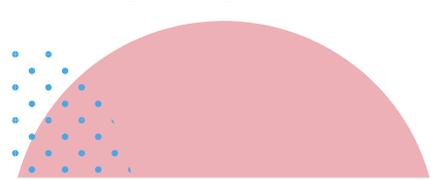




INTRODUCCIÓN

Debido a la situación que se está atravesando en el mundo frente a la crisis sanitaria por el COVID -19, el gobierno de Ecuador tomó la decisión de que los ciudadanos permanezcan en confinamiento en los hogares desde el 16 de marzo del 2020, lo que ha provocado cambios en el diario vivir, entre una de ellas la educación, por lo que, se consideró oportuno tomar clases virtuales en casa. En esta crisis las emociones de los niños se han visto afectadas, pues se evidencia la presencia de diferentes actitudes como, berrinches con presencia de llanto, agresividad o aislamiento.

Es importante trabajar el tema de las emociones en los hogares, puesto que la familia juega un papel fundamental en el tema; los niños de entre 4 a 5 años están en el proceso de conocer sus emociones e incluso aprenden a manifestar las mismas a través de lo que observan de los adultos que los rodean, por lo que, es importante que los padres conozcan sobre este tema y que lo trabajen en familia, pues si las emociones no son abordadas de manera conjunta entre escuela y hogar se pierde el trabajo realizado por las instituciones, por otra parte frente a la pandemia de COVID-19 que se vive los niños pasan la mayor parte de tiempo en los hogares por lo que el trabajo de los padres se ha vuelto fundamental para el desarrollo adecuado de los niños, por lo que, se considera oportuno elaborar una guía de apoyo sobre educación emocional dirigida a padres de familia de niños de 4 a 5 años.



La guía está dividida en dos secciones: en la primera sección se presenta información bibliográfica que fundamenta la importancia de la Educación Emocional y en la segunda sección se muestra actividades lúdicas que permiten trabajar sobre el tema.

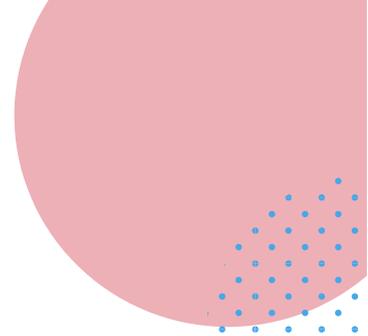
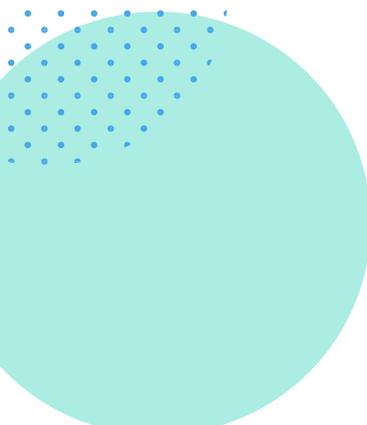


Objetivo general

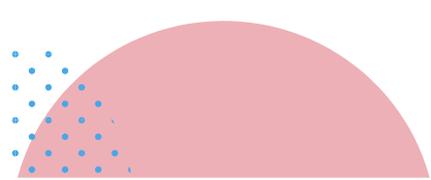
- Aprender estrategias y actividades de educación emocional para trabajar en el hogar.

Objetivos específicos

- Ayudar a los niños a conocer sus emociones y las de los demás
- Ayudar a los niños a expresar las emociones de forma apropiada
- Mejorar la convivencia familiar en tiempos de pandemia a través de la educación emocional



**TEJIENDO NUESTRAS
EMOCIONES**
GUÍA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN
EMOCIONAL DIRIGIDA A
PADRES DE FAMILIA
DE NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS
PARA ENFRENTAR LA VIDA
EN TIEMPOS DE COVID-19



CAPÍTULO 1

LO MÁS IMPORTANTE SOBRE EDUCACIÓN EMOCIONAL



5

Las emociones son un
aviso de que algo
ocurre (bueno o malo)

lo que nos permite
situarnos en el presente

nos indica lo que
sentimos y vivimos

Por ejemplo, si observamos a una persona enojada, con miedo, rabia, etc. Tenemos una información, en el presente, acerca de cómo está la persona, (Antoni y Zentner 2015).

Las emociones son respuestas biológicas que se dan a una situación, nuestro sistema biológico reacciona de tal forma que pone en marcha un conjunto de cambios que son involuntarios, estos se dan tanto en nuestra fisiología como en nuestra expresión (Smith, 2019).

¿Cómo se clasifican las emociones?



6

Cerca de cumplir los tres meses de vida más o menos, configuramos un conjunto de emociones denominadas básicas, estas vienen determinadas genéticamente en los seres humanos y se conoce que son seis, ira, miedo, asco, tristeza, sorpresa y alegría (Rojas, 2019).

Otra clasificación Según (Bisquerra, 2011)

- ✚ Ira: Se presenta ante situaciones que se ven como injustas o que van contra los valores y la libertad.
- ✚ Miedo: El miedo ha sido una parte muy importante en el desarrollo de la humanidad, puesto que, mediante esta detectamos el peligro, lo que ha permitido la supervivencia.
- ✚ Tristeza: La tristeza nace del conocimiento de la pérdida de algo o alguien con quien hemos establecido un vínculo afectivo.
- ✚ Felicidad: La felicidad es diferente a la ausencia de dificultades y malestar emocional, cada persona es responsable de crear circunstancias para ser felices.





Las emociones de los niños y la familia

La vida en familia es la primera escuela para aprender sobre las emociones, aquí se experimenta qué sentimientos tenemos hacia nosotros mismos y cómo reaccionan las personas que nos rodean a estos sentimientos (Bisquerra, 2011).

Pandemia y la familia

Frente a esta situación de aislamiento, es importante aceptar lo que está pasando y normalizar las emociones de los niños, aprender a expresar nuestras emociones de forma correcta e intentar regularlas a través de estrategias como ser optimistas, controlar la impulsividad, control de la euforia y tolerancia a la frustración.

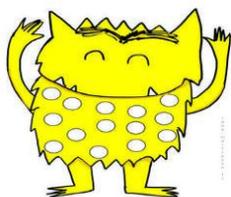
Según Santos *et al.* (2020)

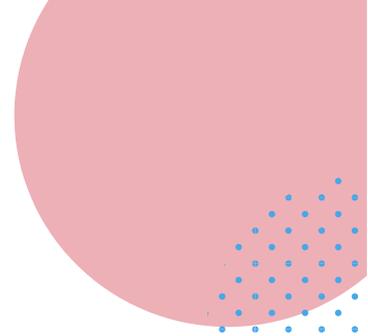
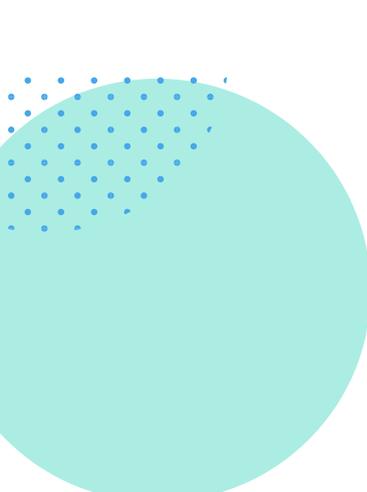


consejos que ayudan a regular las emociones tanto en padres como niños

- ❖ Identificar y controlar nuestras emociones
- ❖ Intentar tomar distancia de la situación, si algo nos produce enojo, por ejemplo, distancia física
- ❖ Trabajar la autorregulación, tratar de evitar aquellas situaciones que producen los conflictos y plantearnos si podemos cambiar esa situación

- ❖ Si no es posible cambiar la situación, modificar la forma de enfrentarnos a ella
- ❖ Utilizar actividades de escritura o relajación para manifestar nuestras emociones.
- ❖ Generar emociones que nos lleven al bienestar, centrarnos en lo positivo de la situación y a partir de ahí Generar emociones positivas.
- ❖ Respetar las emociones de cada miembro de la familia.





Contenidos y estrategias para trabajar la Educación Emocional

9

Pérez y Filella (2019) proponen el reconocimiento y expresión de las emociones, aprendizaje de estrategias de respiración y relajación, imaginación proyectiva (poner de manifiesto cuestiones de interior) mediante el juego simbólico, respeto y valoración de los demás y ayuda al otro. También Bisquerra (2011) indica que se puede trabajar a través de situaciones cotidianas, mediante el juego, cuentos, la música y títeres.

Reconocimiento de las emociones

López (2019) menciona que los seres humanos tenemos multitud de sensaciones, emociones y sentimientos frente a diferentes situaciones; para ser conscientes de las emociones que experimentamos es fundamental saber darles un nombre, felicidad, tristeza o alegría.

El lenguaje emocional (expresión de las emociones) es el primer paso para reconocer que está pasando en nuestro mundo interior.

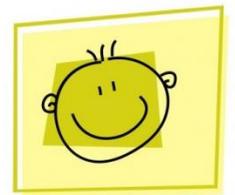
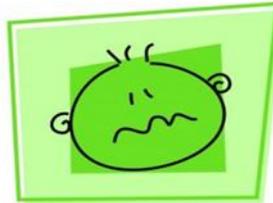
Las emociones desde el juego, cuentos, música y títeres

López (2011) señala que se puede trabajar a través de:

1. La música: impulsa el despertar de las emociones y el fluir en ellas.
2. Los cuentos: permiten identificarse con sus personajes y sentimientos de esta forma se crean vínculos emocionales.
3. Los títeres: proporcionan buenas dinámicas y permiten crear vínculos con ellos.
4. El juego: permite una buena interacción y expresión libre de emociones.
5. La disposición en forma de círculo o semicírculo de los niños y la maestra: ayuda a un mejor contacto visual y corporal entre ellos; beneficia el diálogo y la comunicación, así como el bienestar grupal e individual, puesto que, uno se siente mirado, acogido y escuchado

CAPÍTULO 2

Actividades



Reconocimiento de las emociones

Actividad N. 1

Título: Dado emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivos: Conocer y expresar las emociones

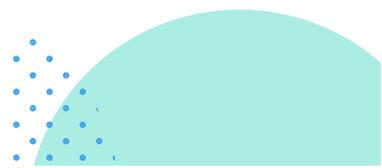
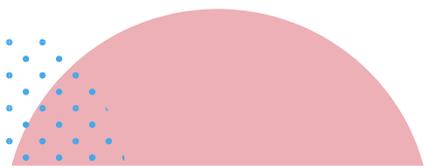
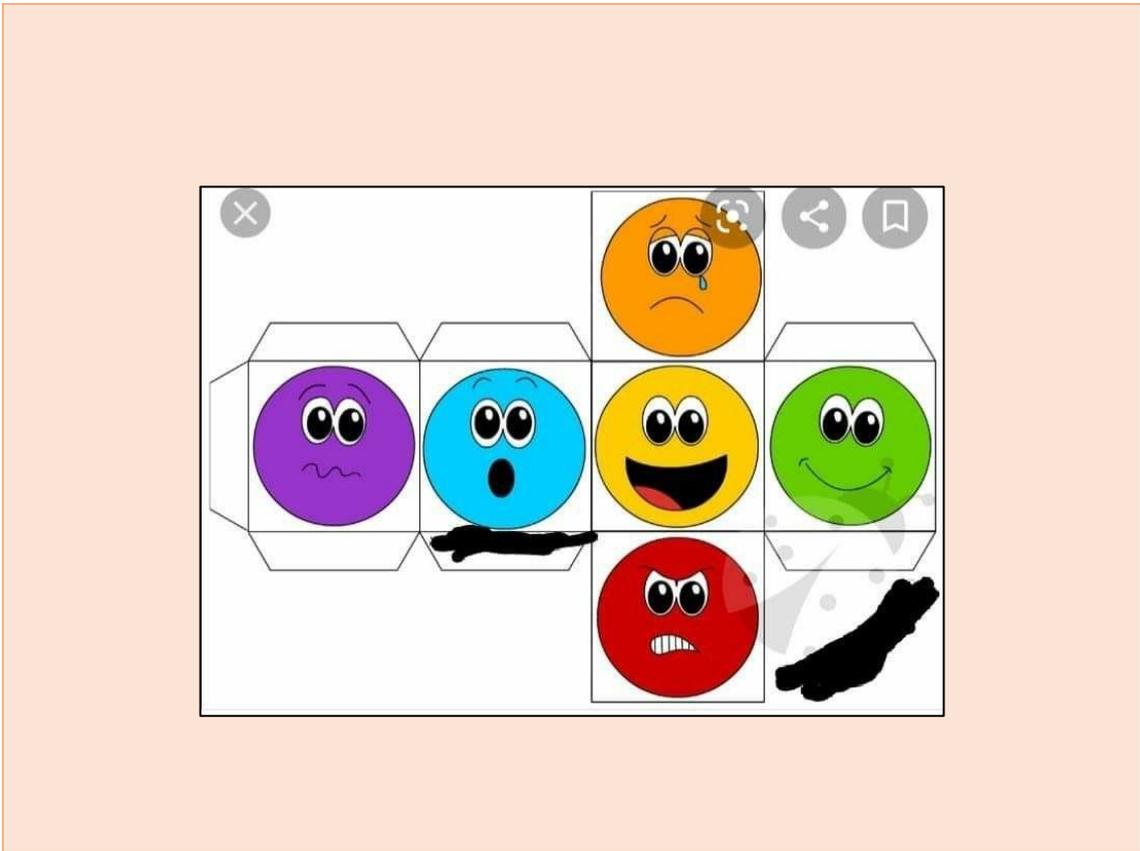
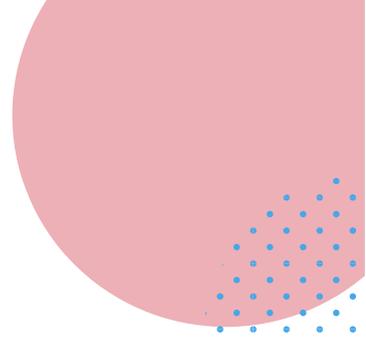
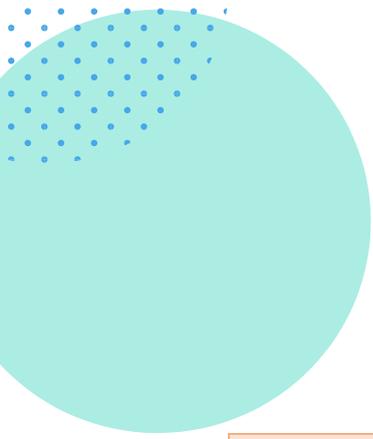
Proceso

1. Recortar y armar el dado con las emociones, anexo #1 pág. 36.
2. Conocer las emociones que se encuentran en el dado.
3. Lanzar el dado.
4. Expresar la emoción que sale.
5. Decir en qué situación me siento así.

Lugar recomendado: patio o cuarto del niño

Tiempo: 5 minutos

Materiales: Dado anexo #1 pág. 36



Actividad N. 2

Título: Ordeno mis emociones

Edad: 4 a 5 años

Objetivos

Conocer e identificar las emociones y que situaciones las provocan

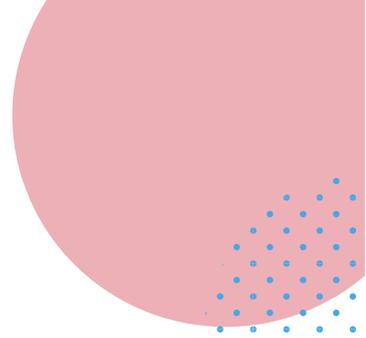
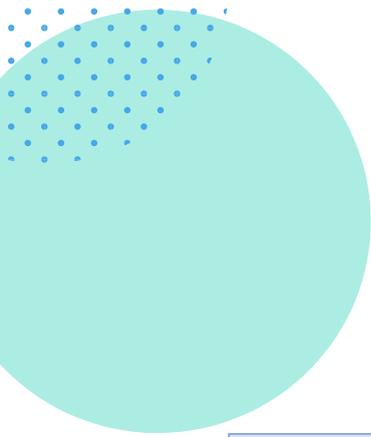
Proceso

1. Observar el gráfico y describir que se observa.
2. Indicar que emoción representa cada color (Amarillo-felicidad, verde-calma, rojo- ira, celeste-tristeza y negro miedo).
3. Pintar los frascos de arriba con el color que corresponde.
4. Conversar sobre qué situaciones me hacen sentir feliz, triste, calmado, irático o con miedo.

Lugar recomendado: patio o habitación del niño

Tiempo: 8 minutos

Materiales: Hoja de trabajo anexo #2 pág. 37



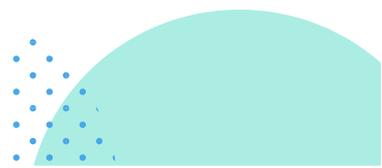
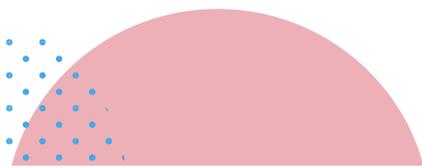
¡ Mis emociones se han escapado! Necesito ayuda para ponerlas en su lugar.



Tristeza

Calma Enjo Miedo Alegría

¡ Ayúdame! arrastra cada frasco con su color correspondiente.



Actividad N. 3

Título: Conociendo mis emociones a través de mandalas

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Conocer las emociones y que situaciones las provocan

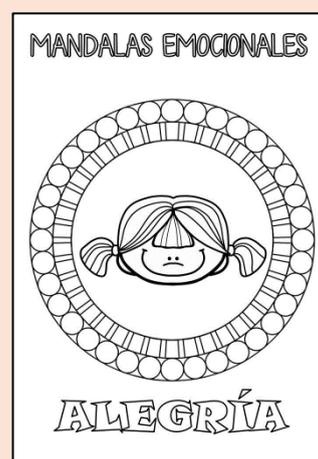
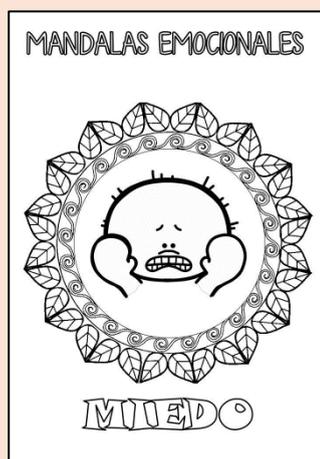
Proceso

1. Imprimir los mandalas de la pág. 38 a la 41.
2. Conocer cada una de las emociones.
3. Conversar sobre qué cosas me hacen sentir esta emoción.
4. Colorear la emoción y colocarla en un lugar donde la observe todos los días.

Lugar recomendado: Habitación o lugar de estudio

Tiempo: 5 minutos

Materiales: mandalas de las emociones anexo #4 pág. 34 a la 38



Actividad N. 4

Título: Emociómetro

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Conocer e identificar las emociones

Proceso

1. Conocer las emociones que están presentes en el Emociómetro.
2. Identificar qué cosas me hacen sentir las emociones anteriormente aprendidas.
3. Conversar sobre la emoción o emociones que tuvo a lo largo del día y analizar la razón.
4. Colorear la emoción que más le haya impactado en ese día y conversar sobre esta.

Lugar recomendado: patio, habitación o rincón de estudio

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Emociómetro anexo #4 pág.42



Actividad N. 5

Título: Conociendo las emociones de mi familia

Edad: 4 a 5 años

Objetivos

Conocer las emociones

Mejorar la convivencia familiar

Proceso

1. Conversar sobre cómo fue el día de mamá, papá o hermanos
2. Hablar sobre las emociones que se pudieron sentir en el día
3. Conversar como puedo expresar las emociones de forma correcta para no herir a las personas que me rodean

Lugar recomendado: sala o comedor

Tiempo: 10 minutos

Materiales:



Actividad N. 6

Título: Mis mounstruito emocionales

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: conocer e identificar las emociones

Proceso

1. Observar los gráficos de la lámina pág. 43.
2. Identificar cada emoción y que causa cada una de estas.
3. Unir con una línea cada emoción con el niño que corresponde.
4. Elegir una emoción y dialogar cuando nos sentimos así.

Lugar recomendado: habitación o rincón de estudio

Tiempo: 10 minutos

Materiales: anexo #5 pág. 43



Actividad N. 7

Título: Conociendo las emociones

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Conocer e identificar las emociones

Proceso

1. Imprimir las imágenes de la pág. 44.
2. Conocer a cada emoción y cuando la sentimos.
3. Colocar en el cuarto del niño en donde pueda observarlas.
4. Recomendación: se puede trabajar en las noches antes de dormir una emoción, identificando como me sentí en el día.

Lugar recomendado: habitación

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Imágenes anexo#6 pág. 44



Expresión de las emociones, respiración y relajación



Actividad N. 1

Título: Mis emociones a través de cuentos

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Identificar y expresar las emociones

Proceso

1. En la noche antes de dormir relatar un cuento que tenga en casa.
2. Conversar sobre las emociones de los personajes.
3. Comparar las emociones de los personajes con mis emociones.
4. Expresar las emociones que encontré en el cuento.

Lugar recomendado: habitación del niño

Tiempo: 10 minutos



Actividad N. 2

Título: Expreso lo que siento

Edad: 4 a 5 años

Objetivo

Expresar las emociones y

Afianzar los lazos familiares

Proceso

1. Conversar sobre las emociones que conozco (miedo, ira, felicidad y tristeza) qué situaciones provocan estas emociones.
2. Aprender a expresar todas mis emociones, si quiero llorar, si quiero reír, si quiero estar solo puede hacerlo.
3. Explicar que todas las emociones son buenas que no debo esconder ninguna porque como adulto yo también río, lloro, canto, grito, bailo entre otras cosas. Explicar que estas actitudes están bien, que lo que decida hacer no debe afectar a las personas que me rodean, por ejemplo, puedo tener iras y lo que haré es respirar, pensar que me puso así, alejarme un momento de la situación que lo provocó, pero nunca puedo golpear a alguien porque estoy enojado o romper algo porque tengo iras porque esto provocará otro problema.

Lugar recomendado: sala, comedor o dormitorio del niño

Tiempo: 8 minutos

Materiales:



Actividad N. 3

Título: Expreso lo que siento con harina

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Expresar las emociones

Proceso

1. Esta actividad se la trabajara después de observar un incidente en casa puede ser: alegría al ver llegar a papá, enojo porque no me dan algo, triste porque alguien se fue, etc. Incentivar al niño a que exprese lo que siente frente a la situación que vive.
2. Invitar a la mesa o mesón al niño en donde colocaremos un poco de harina pedir que dibuje en la harina la emoción que sintió antes y que diga su nombre (si no identifica la emoción podemos ayudarle identificando qué emoción es).
3. Conversar sobre qué ocasionó que sienta la emoción y como la expresó por ejemplo si estoy feliz puedo abrazar a alguien, cantar o bailar etc. Si estoy enojado me pongo rojo, quiero explotar etc. Explicar al niño que puedo expresar lo que siento de tal manera que no lastime a los demás sin embargo siempre debo expresar lo que me pasa.

Lugar recomendado: Salón de clase o patio

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Harina



Actividad N. 4

Título: Me hincho como un globo

Edad: 4 a 5 años

Objetivo

Autorregular las emociones

fortalecer la relación familiar

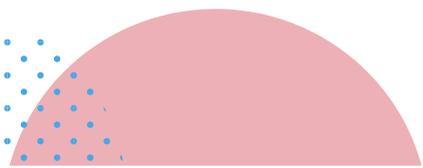
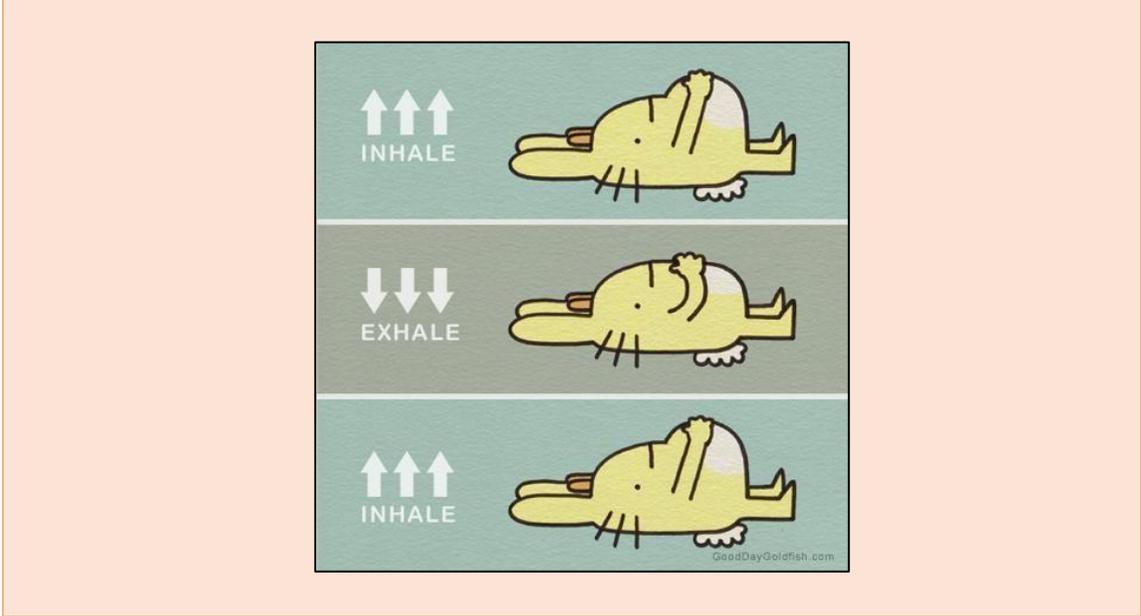
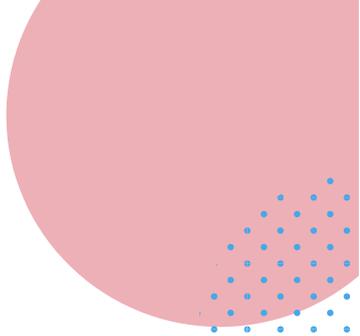
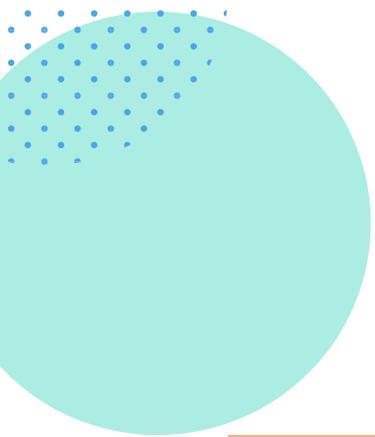
Proceso

1. Acostarse en la cama y cerrar los ojos.
2. Inhalar hinchando la barriga.
3. Mantener el aire por 5 segundos.
4. Exhalar suavemente.
5. Repetir 5 veces.
6. Al finalizar abrazar a nuestro hijo o hija
7. Mencionar lo importante que es en nuestra vida y qué cosas ha hecho bien en el día.
8. Indicar que esta alternativa de respirar me ayuda a calmarse, pensar las cosas y que puedo utilizar la respiración cuando este enojado, me frustre, tenga ira, etc.

Lugar recomendado: habitación del niño

Tiempo: 7 minutos

Materiales:



Actividad N. 5

Título: Yoga en familia para relajarnos

Edad: 4 a 5 años

Objetivo:

Reconocer las emociones,
Fortificar los lazos familiares y
Expresar las emociones.

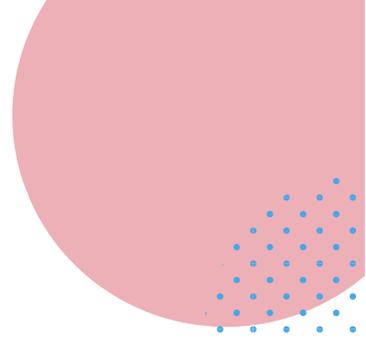
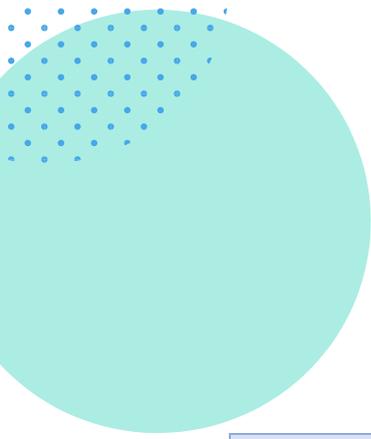
Proceso

1. Recortar y armar el dado de la pág. 45.
2. Conocer las diferentes posturas que tiene la lámina.
3. Lanzar el dado.
4. Repetir los ejercicios de yoga según el número que salió.
5. Realizar la actividad en familia.
6. Conversar sobre la actividad y cómo se sintieron.

Lugar recomendado: Salón de clase o patio

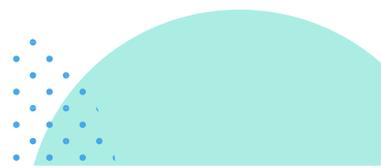
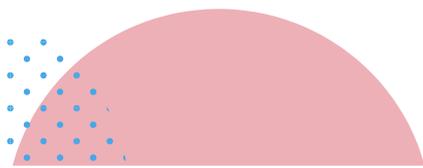
Tiempo: 5 minutos

Materiales: hoja de ejercicios de yoga pág. 45



www.jufsanne.com



Actividad N. 6

Título: Receta emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo:

expresar las emociones

mejorar la relación familiar

Proceso

Ingredientes

-  Leche en polvo (funda pequeña)
-  Leche condensada (Frasquito pequeño)
-  Colorante vegetal
-  Coco rallado

Preparación

1. Colocar en un pozuelo la leche en polvo y la leche condensada, amasar hasta conseguir una masa.
2. Dividir en varios trocitos, añadir colorante vegetal del agrado del niño (elegir por lo menos tres colores).
3. Hacer bolitas.
4. Con la ayuda de un adulto dibujar las emociones en las bolitas de colores (se

puede dibujar con la punta de un cuchillo).

5. Meter las bolitas en el coco rallado.
6. Preguntar cómo se sintió realizando la actividad identificar que emoción o emociones sintió.

Lugar recomendado: Cocina

Tiempo: 15 minutos

Materiales: Leche condensada, leche en polvo y colorante vegetal



Actividad N. 7

Título: Varita Mágica

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Expresar las emociones

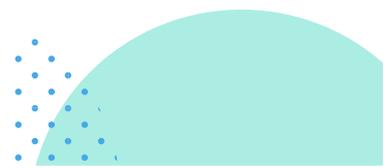
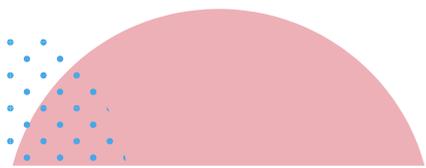
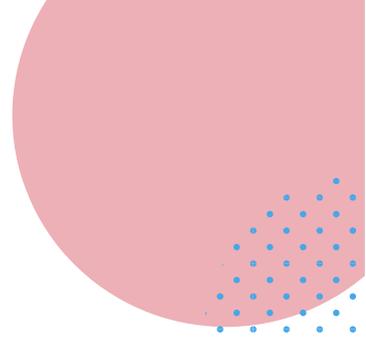
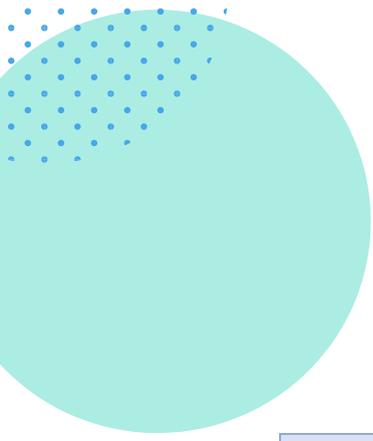
Proceso

1. Recortar las imágenes de la pág. 36 anexos.
2. Colocar en una bolsa (Cartuchera, caja, bolsita de plástico etc.) las imágenes que recortamos.
3. Utilizar un lápiz, esfero, ramita, etc. Esto se utilizará como una varita.
4. Sacar una lámina al azar.
5. Tocar en la cabeza del niño con la varita.
6. El niño tendrá que imitar la emoción que salió.

Lugar recomendado: sala, dormitorio o patio

Tiempo: 5 minutos

Materiales: lámina de emociones, bolsa, varita



Actividad N. 8

Título: Títere emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Identificar y expresar las emociones

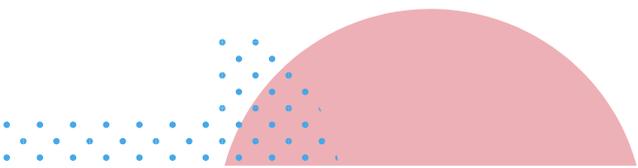
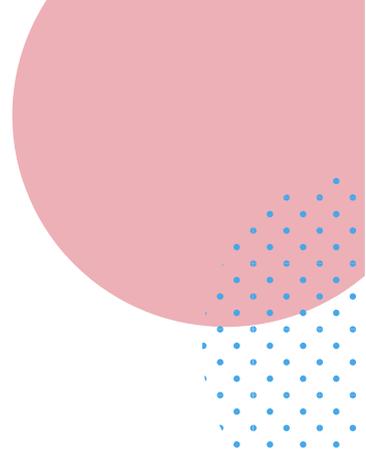
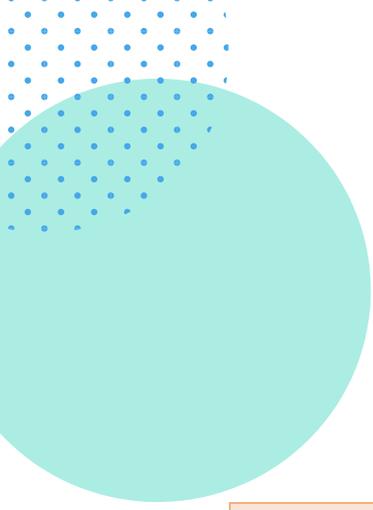
Proceso

1. Recortar, colorear y pegar en una paleta al títere de la pág. 47.
2. Relatar una historia cosas cotidianas que les pasa a los niños como, asustarse porque se fue la luz, ponerse triste porque no le compran algo, etc.
3. Preguntar tú te has sentido así, cuándo y qué has hecho o que podrías hacer.
4. Esto ayudará a que los niños expresen sus emociones y busquen una solución al problema.

Lugar recomendado: habitación del niño, patio o comedor

Tiempo: 7 minutos

Materiales: títere, paleta, goma y tijeras, anexo # 8, pág. 46



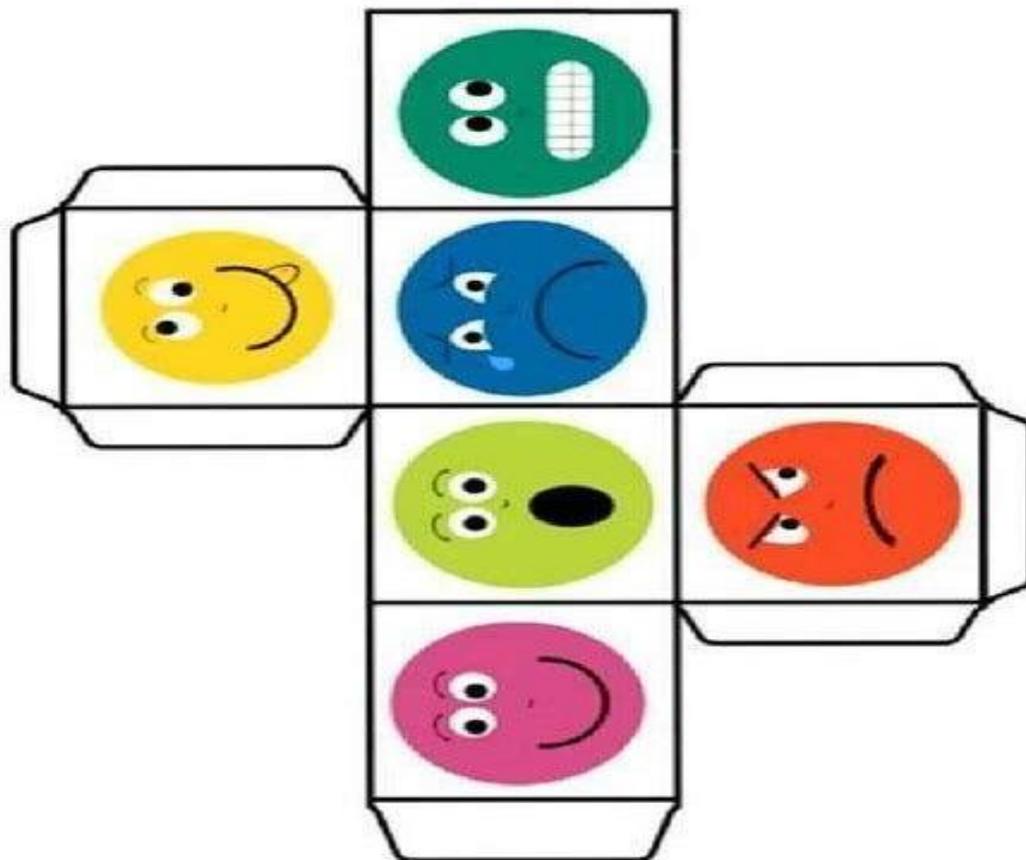
REFERENCIA

- Antoni, M., y Zentner, J. (2015). Las cuatro emociones básicas. Herder Editorial. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/45725>
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional: propuestas para educadores y familias. Bilbao, Spain: Editorial Desclée de Brouwer. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/47962?page=90>.
- López Cassà, É. (2011). Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años): reflexiones y proponer prácticas. Wolters Kluwer. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/63167>
- López Cassà, É. (2019). Educación emocional: programa para 3-6 años (3a. ed.). Wolters Kluwer. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/125439?page=42>
- Pérez, N., y Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis y Saber*, 10(24), 23-44. [Estrategias y marco teórico.pdf](#)
- Santos, M. (Director)., Alvarado, A., Blázquez, J., Cid, E., Diaz de Roda, P., Eguizabal, M., Fortea, M., Gamarra Magdalena., Gamarra, M., Garde, R., Gómez, L., Gómez, P., Ibáñez, E., Manero, B., Mesanza, C., Llechuga, V., León Del Rio, R., López, S., Olasolo, E., Piloñeta, R., Redondo, T., Yyanguas, M., y Zzangróniz, M. (2020). COVID-19. Consejos para familias. Los docentes se reinventan. Gestión emocional. Comunicación digital. <https://www.orientacionriojabaja.info/?s=coronavirus>
- Rojas Pedregosa, P. (2019). Inteligencia y gestión emocional del profesorado en la escuela. Sevilla, Wanceulen Editorial. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/111787?page=24>

ANEXOS

Reconocimiento emocional

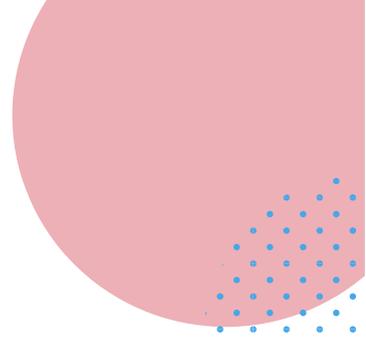
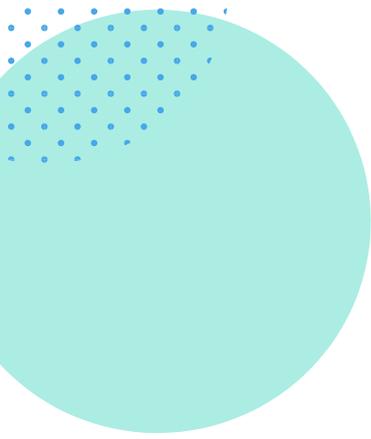
1 Dado emocional



Tomado de: Orientación Andujar - recursos educativos

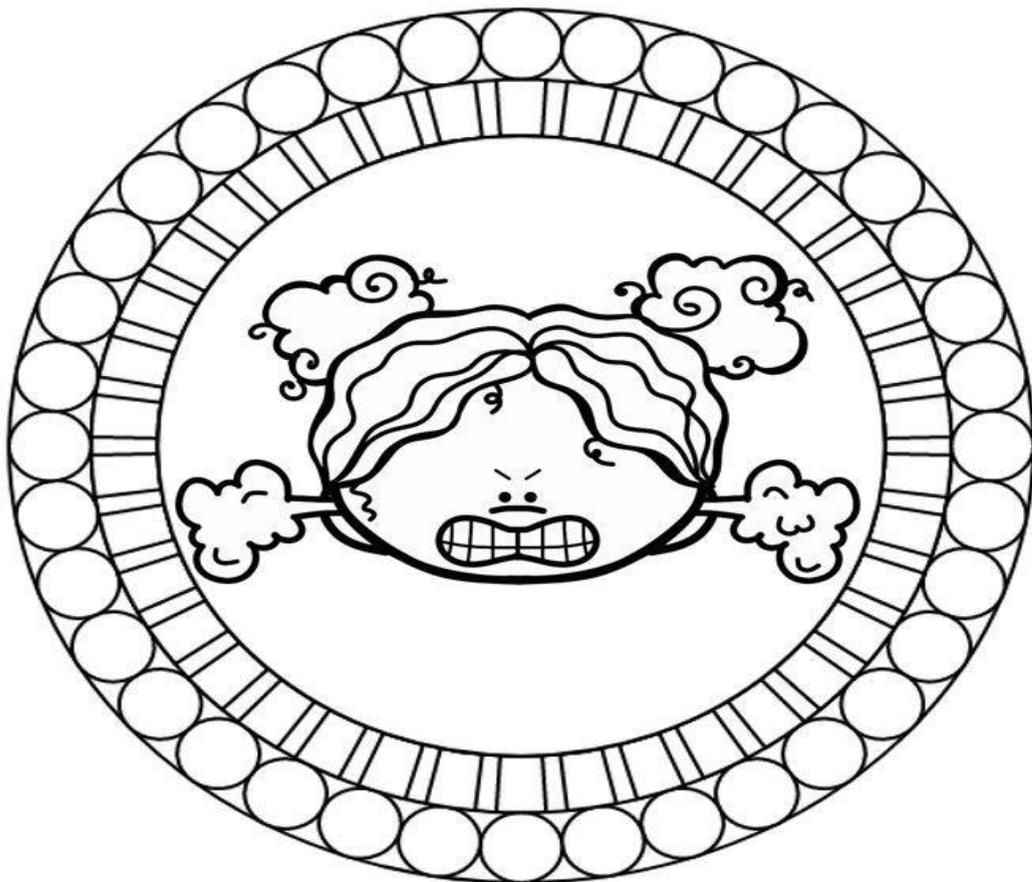
2. Ordeno mis emociones





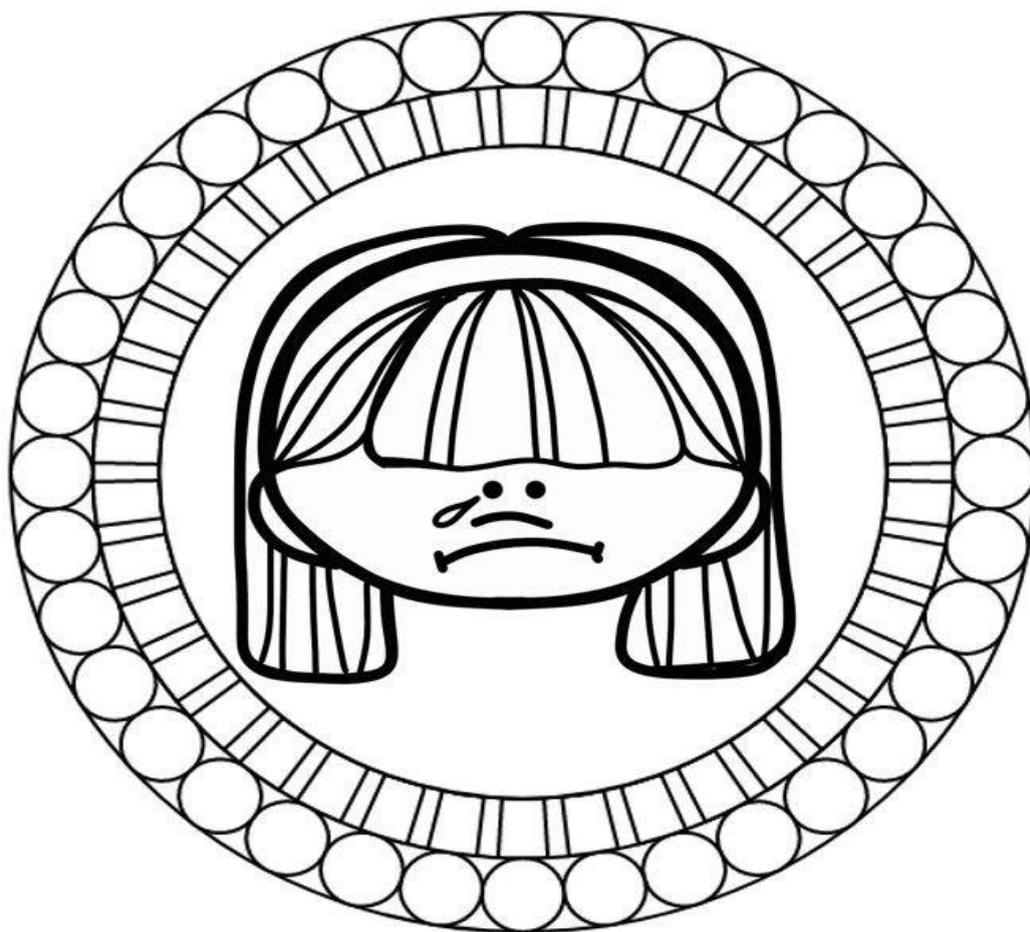
3 Mandala emocional

MANDALAS EMOCIONALES



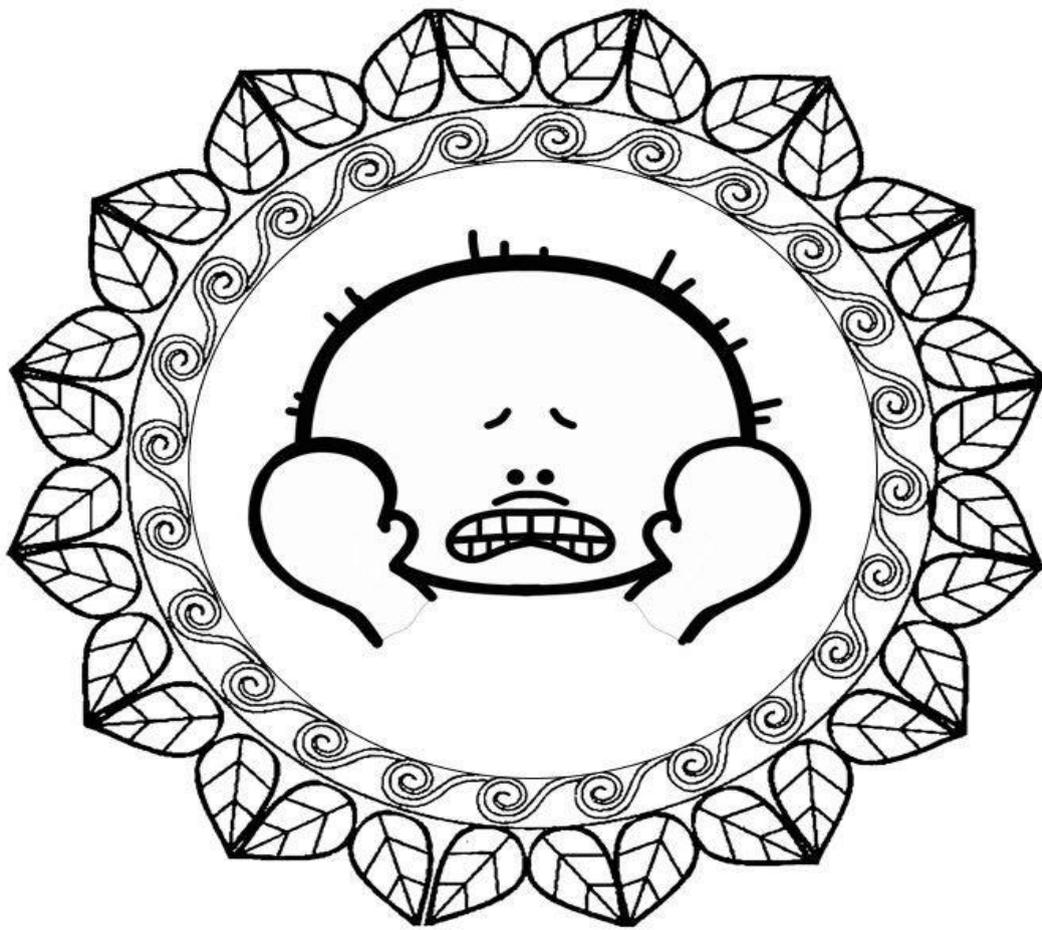
ENFADADO

MANDALAS EMOCIONALES



TRISTEZA

MANDALAS EMOCIONALES



MIEDO

5. Emocímetro

EMOCIÓMETRO

Relaciona cada emoción con un color y registra en tu emociómetro cómo te sientes durante todos los días de la semana.



calma



amor



alegría



tristeza



miedo



enojo



confusión



Escribe tu nombre

Semana # _____



5 Monstritos emocionales

SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Une cada niño con la emoción correcta



6 Conociendo las emociones

Alegría

Sentimiento que se tiene ante determinadas cosas o personas

PISTA
Nuestros ojos pueden llorar de la risa y nuestro estómago sentir mariposas



WWW.BOSQUEDEFANTASIAS.COM

Tristeza

A veces las situaciones o las personas pueden hacernos sentir dolor

PISTA
Podemos tener ganas de llorar y de encerrarnos en nosotros mismos



WWW.BOSQUEDEFANTASIAS.COM

Enfado

Sentimiento negativo que surge cuando, por ejemplo, no podemos tener lo que queremos

PISTA
No podemos pensar y nos ponemos muy feos



WWW.BOSQUEDEFANTASIAS.COM

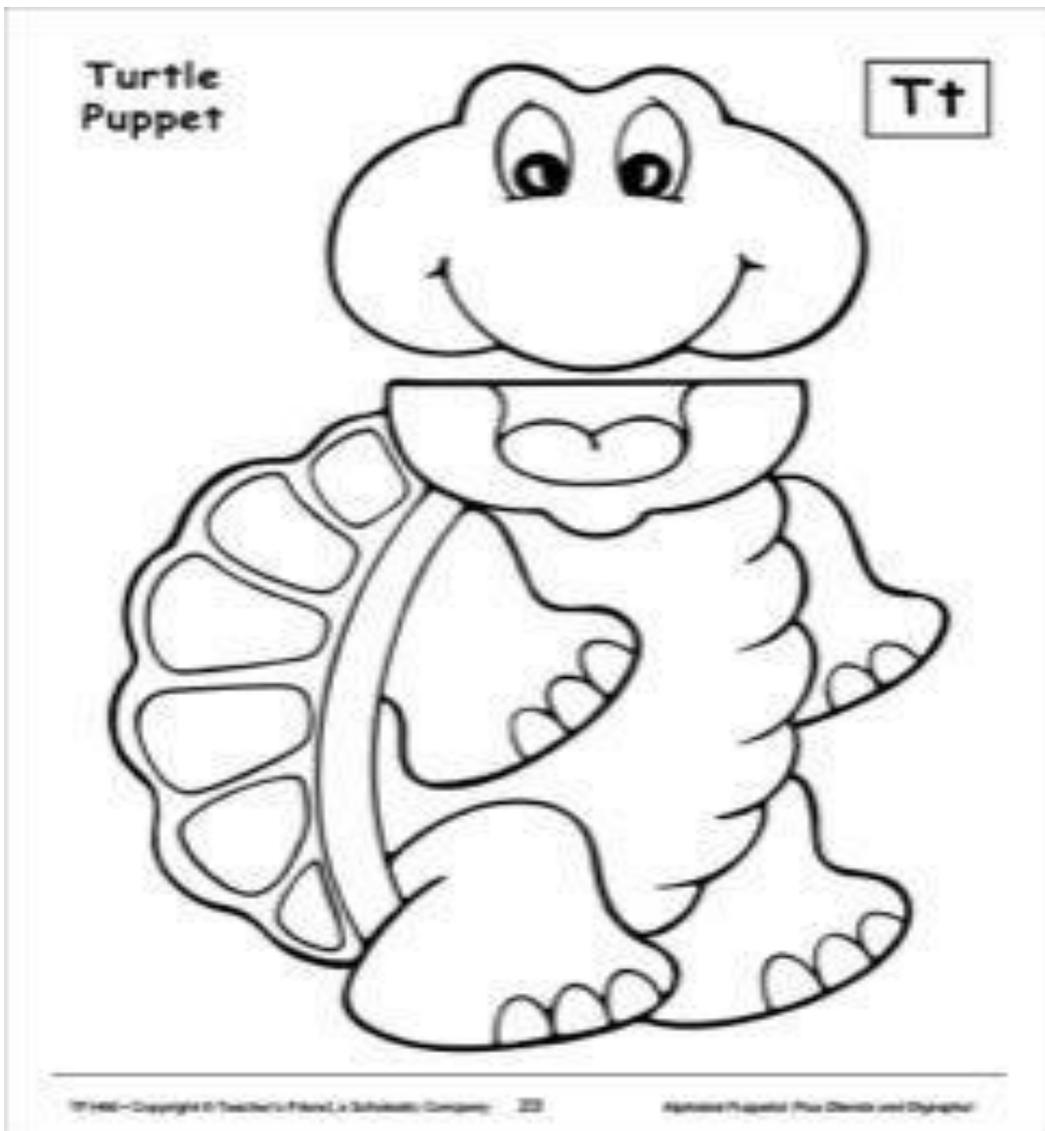
Expresión de las emociones, respiración y relajación

7 Yoga en Familia Actividad #5

www.jufsanne.com

8 *Títere emocional*





UNIVERSIDAD
DEL AZUAY

FACULTAD DE FILOSOFÍA

AUTORA: ANDREA CALLE LUCERO

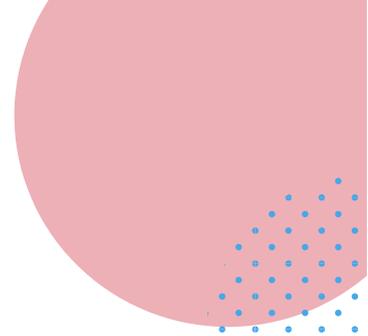
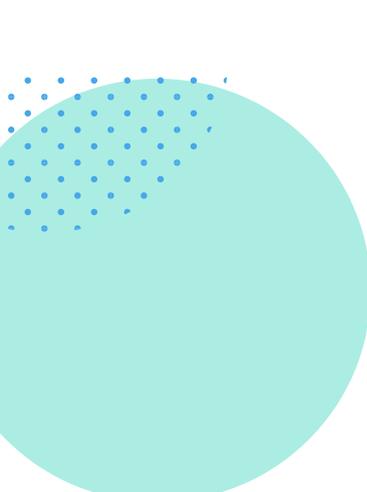
TUTORA: MG. CINDY LÓPEZ

• TEJIENDO NUESTRAS EMOCIONES •

GUÍA PARA DOCENTES

2020-2021

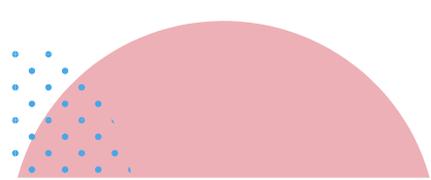




Universidad del Azuay
Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación
Escuela de Educación Inicial

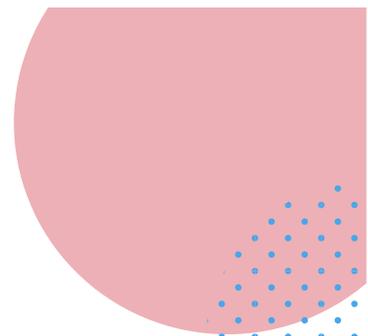
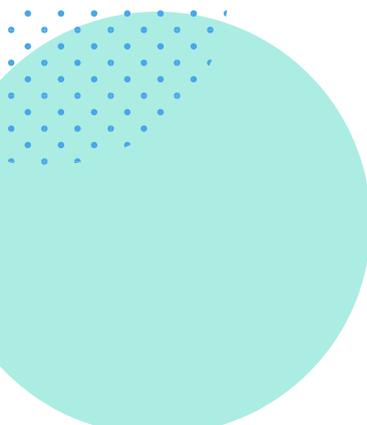
Andrea Elizabeth Calle Lucero

Cuenca-Ecuador 2021



Índice de contenido

<u>INTRODUCCIÓN</u>	1
<u>Objetivo general</u>	3
<u>Objetivos específicos</u>	3
<u>CAPÍTULO 1</u>	5
<u>IMPORTANTE</u>	5
<u>¿Qué son las emociones?</u>	5
<u>Clasificación de las emociones</u>	6
<u>Importancia de la Educación Emocional</u>	7
<u>objetivos que busca la educación emocional</u>	7
<u>Contenidos y estrategias para trabajar la Educación Emocional</u>	8
<u>IMPORTANTE</u>	8
<u>Reconocer las emociones</u>	9
<u>Recomendaciones para poner en práctica la expresión de las emociones</u>	9
<u>Las emociones desde el juego, cuentos, música y títeres</u>	10
<u>CAPÍTULO 2</u>	11
<u>Actividades</u>	11
<u>Reconocimiento de las emociones</u>	11
<u>Expresión de emociones respiración y relajación</u>	22
<u>REFERENCIA</u>	38
<u>ANEXOS</u>	39
<u>Reconocimiento de las emociones</u>	39
<u>1. Cuento Monstruitos de colores</u>	39
<u>2.Emoticones</u>	57
<u>3. Identifico las emociones actividad #4</u>	58
<u>4Monstruito emocional</u>	59
<u>4 Rueda emocional</u>	60
<u>Armo las emociones actividad #5</u>	58
<u>Expresión de emociones respiración y relajación</u>	59
<u>Me expreso a través del arte actividad #3</u>	59
<u>1 Me relajo a través de yoga, actividad # 4</u>	62
<u>2 Gorro emocional</u>	63

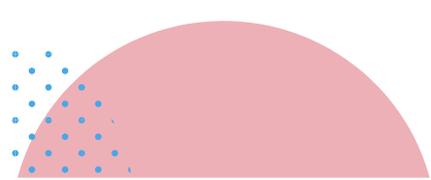


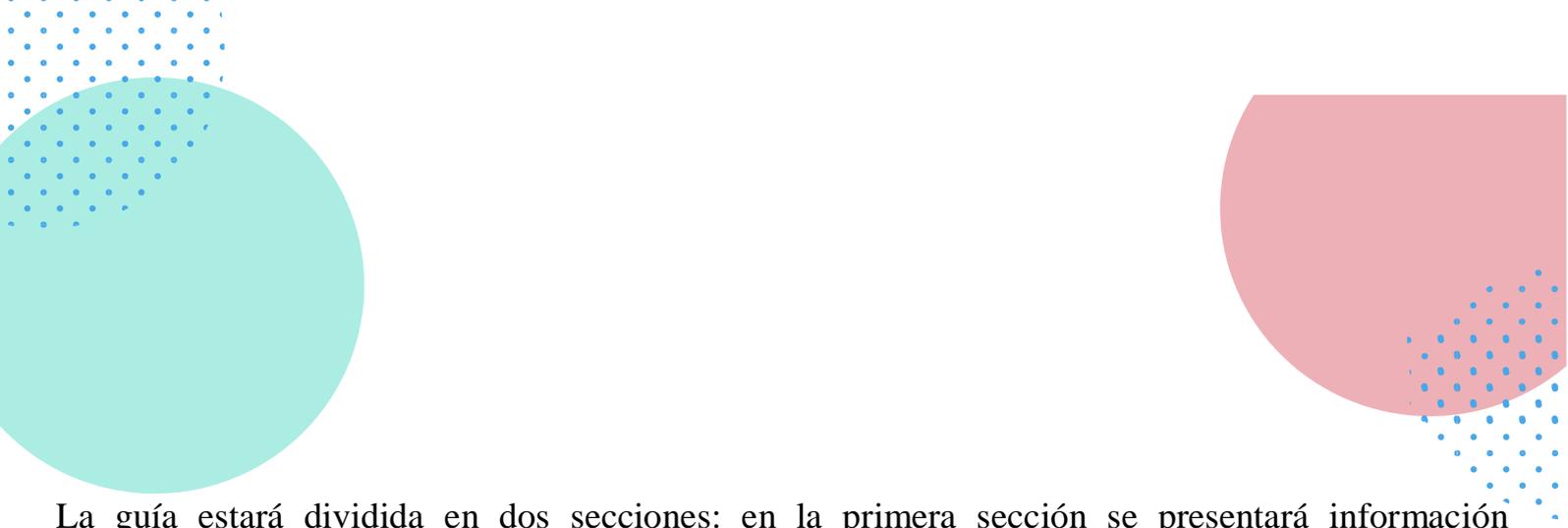
INTRODUCCIÓN

Debido a la situación que se está atravesando en el mundo frente a la crisis sanitaria por el COVID -19,

el gobierno de Ecuador tomó la decisión de que los ciudadanos permanezca en confinamiento en los hogares desde el 16 de marzo del 2020, lo que ha provocado se vean afectadas las actividades cotidianas, entre una de ellas la educación, es por ello, por lo que, se ha considerado oportuno tomar clases virtuales en casa. En esta crisis las emociones de los niños se han visto afectadas, pues se evidencia la presencia de diferentes actitudes como, berrinches con presencia de llanto, agresividad o aislamiento.

Es relevante tratar el tema de las emociones en edades tempranas, pues están presentes desde el vientre materno hasta el final de nuestros días; el desarrollo integral de los niños dependerá de la potenciación que se realice sobre las emociones, la socialización entre pares, resolución de problemas e inclusive la empatía hacia las demás personas, por lo que se considera importante trabajar este tema en las instituciones de educación inicial de forma cotidiana a través de: cuentos, dramatizaciones, canciones, entre otros recursos, es por esto, por lo que, se ha considerado oportuno elaborar una guía de apoyo sobre educación emocional dirigida a docentes de niños de 4 a 5 años.





La guía estará dividida en dos secciones: en la primera sección se presentará información bibliográfica, estudios e investigaciones internacionales, latinoamericanos y nacionales que fundamenten la importancia de la Educación Emocional y en la segunda sección se enseñarán actividades lúdicas que permitan trabajar sobre el tema.

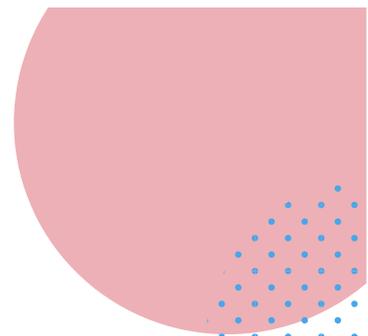
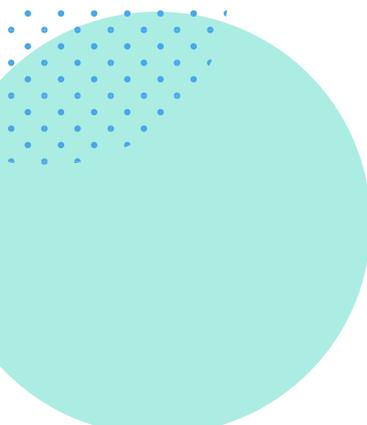
Objetivo general

- Aprender estrategias y actividades de educación emocional para trabajar en la escuela.

Objetivos específicos

- Ayudar a los niños en el reconocimiento de sus emociones y las de los demás
- Ayudar a los niños a expresar las emociones de forma apropiada
- Mejorar la convivencia escolar en tiempos de pandemia a través de la educación emocional





TEJIENDO NUESTRAS

EMOCIONES

GUÍA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN
EMOCIONAL DIRIGIDA A
DOCENTES DE NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS
PARA ENFRENTAR LA VIDA
EN TIEMPOS DE COVID-19.

CAPÍTULO 1



IMPORTANTE

¿Qué son las emociones?

Las emociones son un aviso de que algo ocurre (bueno o malo) esta situación se da en este momento concreto lo que nos permite situarnos en el presente (Antoni y Zentner 2015).

Las emociones son respuestas biológicas que se dan a una situación, es así como nuestro sistema biológico reacciona de tal forma que pone en marcha un conjunto de cambios que son involuntarios, estos se dan tanto en nuestra fisiología como en nuestra expresión (Smith, 2019).

Clasificación de las



emociones

Presentamos las emociones básicas con las que se trabajará en el aula de clase, Ira, miedo, tristeza y felicidad (Bisquerra, 2011).

- 1) Ira: se presenta ante situaciones que se ven como injustas o que van contra los valores morales y la libertad.
- 2) Miedo: es una de las emociones básicas que compartimos tanto humanos como animales, ha sido una parte muy importante en el desarrollo de la humanidad, en su supervivencia.
- 3) La tristeza: nace del conocimiento de la pérdida de algo o alguien con quien hemos establecido un vínculo afectivo.
- 4) Felicidad: es diferente a la ausencia de dificultades y malestar emocional, cada persona es responsable de crear circunstancias para ser felices.



Las emociones sirven para la adaptación de la especie (función biológica)



Y adaptación externa o del medio cultural.



Integran a las personas a un grupo social y contribuye a la construcción social de su identidad personal.

(Gondim y Estramiana, 2010)



Importancia de la Educación Emocional

La educación emocional, es un proceso continuo que permite a los alumnos prepararse para la vida, desarrollando habilidades sociales, comportamentales y de valores, así como el dominio de sí mismo frente a diferentes situaciones,

objetivos que busca la educación emocional

conocer las emociones propias y las de las demás personas, ser tolerantes frente a la frustración, tener alumnos más felices y con una autoestima alta y empatizar con los demás (Aguaded y Valencia, 2017; Bisquerra y Pérez, 2012; Bisquerra, 2014;

Contenidos y estrategias para trabajar la Educación Emocional

contenidos para trabajar el tema de educación emocional

- ✚ Reconocimiento y expresión de las emociones.
- ✚ Aprendizaje de estrategias de respiración y relajación.
- ✚ Imaginación proyectiva mediante el juego simbólico, respeto y valoración de los demás y ayuda al otro (Pérez y Filella 2019).

IMPORTANTE

Bisquerra (2011) señala que la educación emocional se puede trabajar a través de situaciones cotidianas, mediante el juego, cuentos, la música y títeres.

A continuación, se enfatizará en los contenidos de educación emocional con los que se trabajará en la guía.

9

Reconocer las emociones



Según López (2019) los seres humanos tenemos multitud de sensaciones, emociones y sentimientos frente a diferentes situaciones; para ser conscientes de las emociones que experimentamos es fundamental saber darles un nombre; felicidad, tristeza, etc. El lenguaje emocional (expresión de las emociones) es el primer paso para reconocer que está pasando en nuestro mundo interior.

Recomendaciones para poner en práctica la expresión de las emociones

- ✚ Metodologías vivenciales y participativas que consideren el entorno del niño, sus vivencias y necesidades. Por ejemplo, si un niño está pasando por un proceso de adaptación escolar es importante que el docente respete las emociones con total abertura.
- ✚ No hay que prohibir la expresión de las emociones. El día a día ayuda a que los niños pongan nombre a sus emociones y a la de las demás personas.

✚ El docente debe ayudar a dirigir las emociones que les generan malestar y desarrollar las emociones positivas (López, 2011).



Las emociones desde el juego, cuentos, música y títeres

Además, al hablar sobre estrategias con las que se pueden trabajar López (2011) señala que se puede trabajar a través de: el juego, los cuentos, la música y los títeres:

La música impulsa el despertar de las emociones y el fluir en ellas.

Los cuentos permiten identificarse con sus personajes y sentimiento, de esta forma se crean vínculos emocionales.

Los títeres proporcionan buenas dinámicas y permiten crear vínculos con ellos.

El juego permite una buena interacción y expresión libre de emociones.

La disposición en forma de círculo o semicírculo de los niños y la maestra ayuda a un mejor contacto visual y corporal entre ellos; beneficia el diálogo, la comunicación y el bienestar grupal e individual.

CAPÍTULO 2

Actividades

Reconocimiento de las emociones

Actividad N. 1

Título: Conociendo mis emociones con un lindo cuento

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: conocer y expresar las emociones

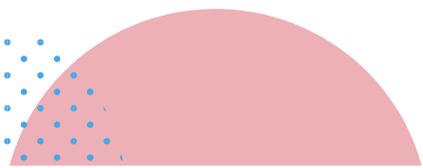
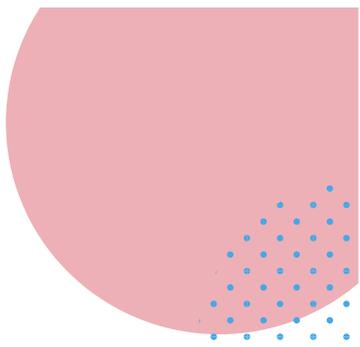
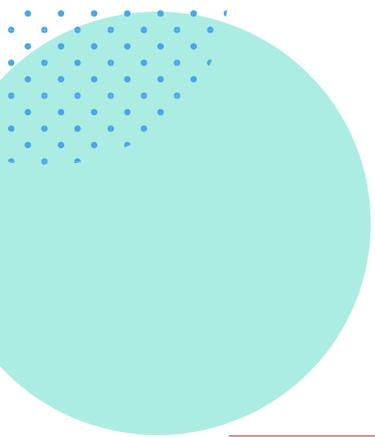
Proceso

1. Relatar el cuento “El monstruito de colores”.
2. Realizar preguntas sobre el cuento:
 - ¿Quién ayudó al monstruito de colores?
 - ¿Cómo se sentía el monstruito de colores?
 - ¿Qué hicieron para ordenar sus emociones?
3. Preguntar qué sintieron cuando se leyó el cuento.

Lugar recomendado: Salón de clase o patio

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Cuento “El monstruito de colores”, anexo #1 pág. 25 a la 42



Actividad N. 2

Título: Conociendo mis emociones a través de emoticones

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Conocer las emociones y expresarlas

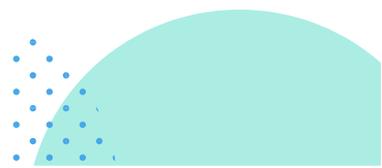
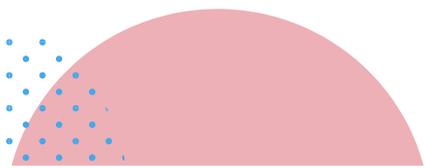
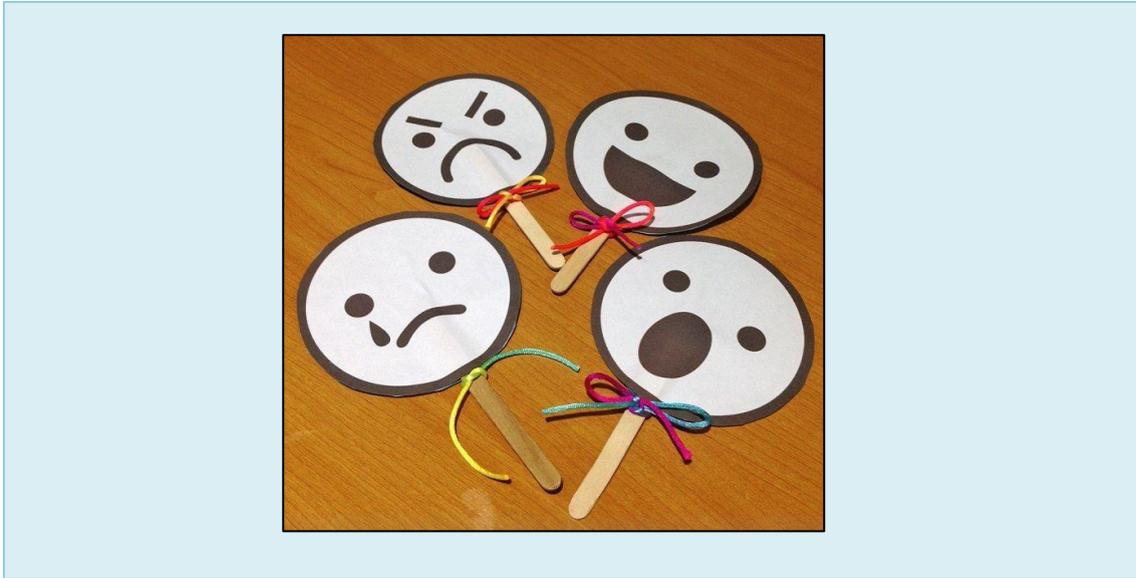
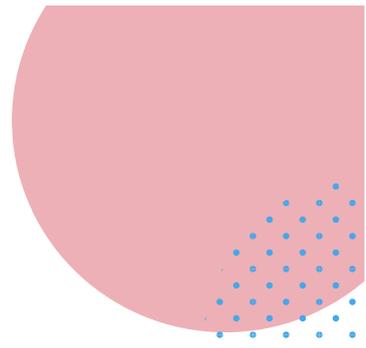
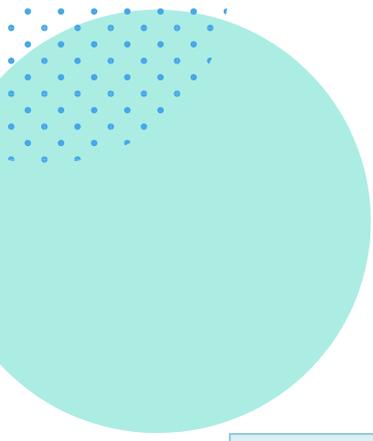
Proceso

1. Recortar los emoticones de la pág. 43.
2. Pegar los emoticones en paletas, palo de chuzo, palo de chupete, etc. (utilizar el material que disponga)
3. Preguntar cuando sienten miedo, tristeza, ira etc.
4. Preguntar cómo se han sentido al realizar la actividad, para esto deben elegir una de las emociones y explicar por qué.

Lugar recomendado: Salón de clase

Tiempo: 7 minutos

Materiales: Emoticones anexo # 2, pág. 43



Actividad N. 3

Título: Converso y aprendo sobre mis emociones

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Identificar las emociones propias y las de los demás

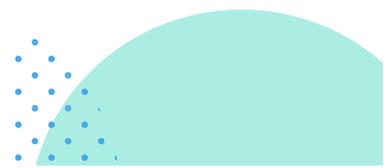
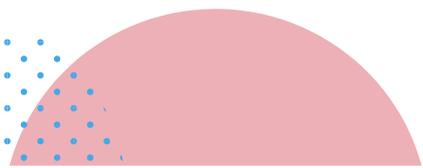
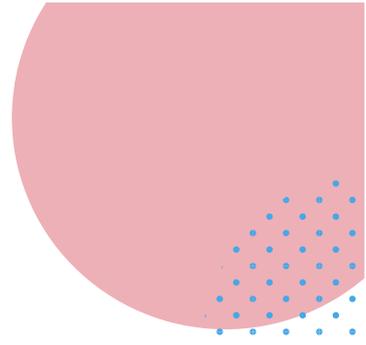
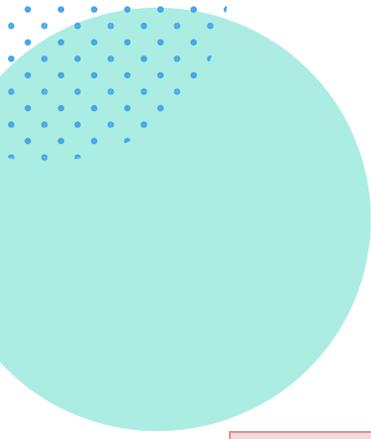
Proceso

1. Sentarse en forma circular junto a los niños para conversar
2. Preguntar cómo me siento cuando mis papis me dejan en la escuela (se puede preguntar diferentes temas como: salud, alimentación, ocio, vacaciones, etc.)
3. Orientar al niño a conocer y expresar lo que siente
4. Conversar con todo el grupo sobre la emoción o emociones que el amiguito tuvo e incentivar a que todos expresen lo que sienten en futuros conversatorios.

Lugar recomendado: Salón de clase o patio

Tiempo: 5 minutos

Materiales:



Actividad N. 4

Título: uno las emociones con cada situación

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Identificar las emociones y que situaciones las provocan

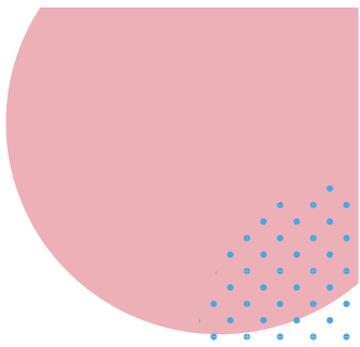
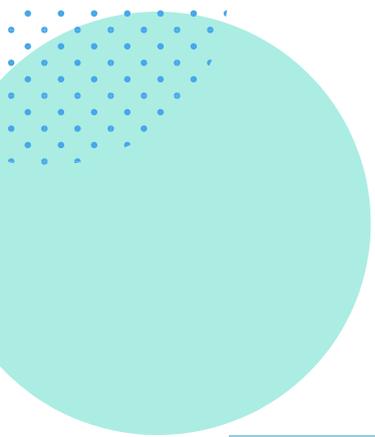
Proceso

1. Observar las imágenes del lado izquierdo y unir con las emociones del lado derecho
2. Mencionar las emociones
3. Imitar las emociones del lado derecho

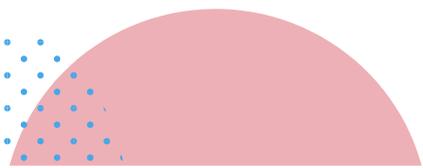
Lugar recomendado: Salón de clase

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Lámina anexo #3, pág. 44



Ενώνω το εικονίδιο του συναίσθηματος με την κατάσταση που του αντιστοιχεί.



Actividad N. 5

Título: Armo las emociones

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Conocer e identificar las emociones

Proceso

1. Recortar los rompecabezas de la pág. 43
2. Armar el rompecabezas
3. Decir que emoción es y mencionar en qué situaciones me siento así

Lugar recomendado: Salón de clase o patio

Tiempo: 5 minutos

Materiales: Lámina anexo # 4, pág. 43



Actividad N. 6

Título: Monstruito emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Conocer las emociones

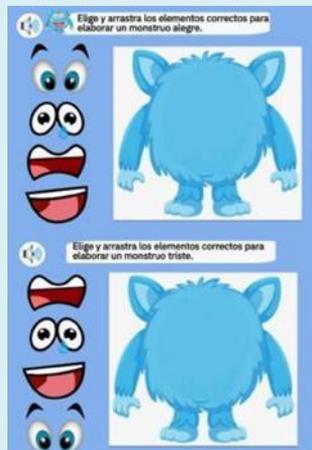
Proceso

1. Observar la lámina de la pág. 45
2. Recortar las bocas y ojos de la lámina
3. Colocar una boca, unos ojos y observar que emoción tiene el monstruito

Lugar recomendado: Salón de clase

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Lámina anexo #3 , pág.45



Actividad N. 7

Título: Rueda Emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Conocer las emociones y que situaciones las provocan

Proceso

1. Recortar la lámina de la pág. 46
2. Hacer hueco y poner una tachuela en el centro de la rueda (en el círculo color negro de la rueda y flecha)
3. Girar la rueda para conocer la emoción, contar historias cotidianas que me hacen sentir esta emoción

Lugar recomendado: Salón de clase o patio

Tiempo: 5 minutos

Materiales: Lámina anexo # 4, pág. 46



Expresión de emociones respiración y relajación

Actividad N. 1

Título: Música expresiva

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Generar confianza en los niños para expresar lo que sienten

Proceso

1. Escuchar la canción “si tú tienes muchas ganas de aplaudir”
2. Invitar al niño a bailar y expresar lo que indica la canción
3. Conversar como se han sentido expresando las emociones
4. Indicar a los niños que puedo expresar lo que siento día a día como lo he realizado con la canción

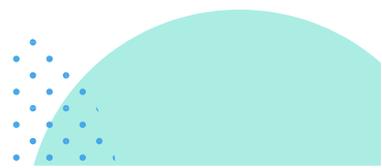
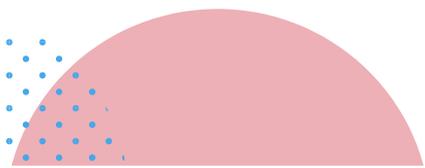
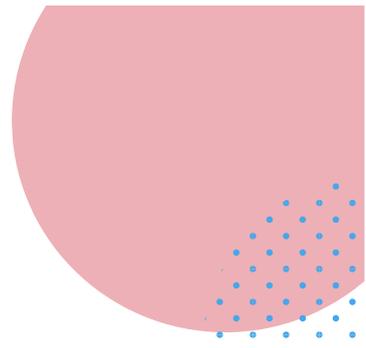
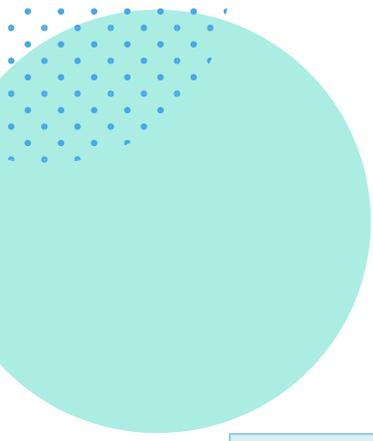
Lugar recomendado: patio o salón de motricidad

Tiempo: 5 minutos

Materiales: Canción “Si tú tienes muchas ganas de aplaudir”

<https://www.youtube.com/watch?v=TX5k37YeIa0>

Tomado de: Toycantando



Actividad N. 2

Título: Espejo emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Identificar y expresar las emociones

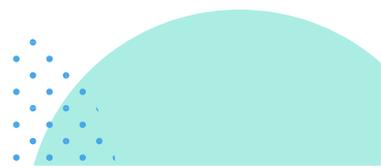
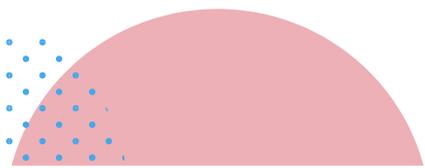
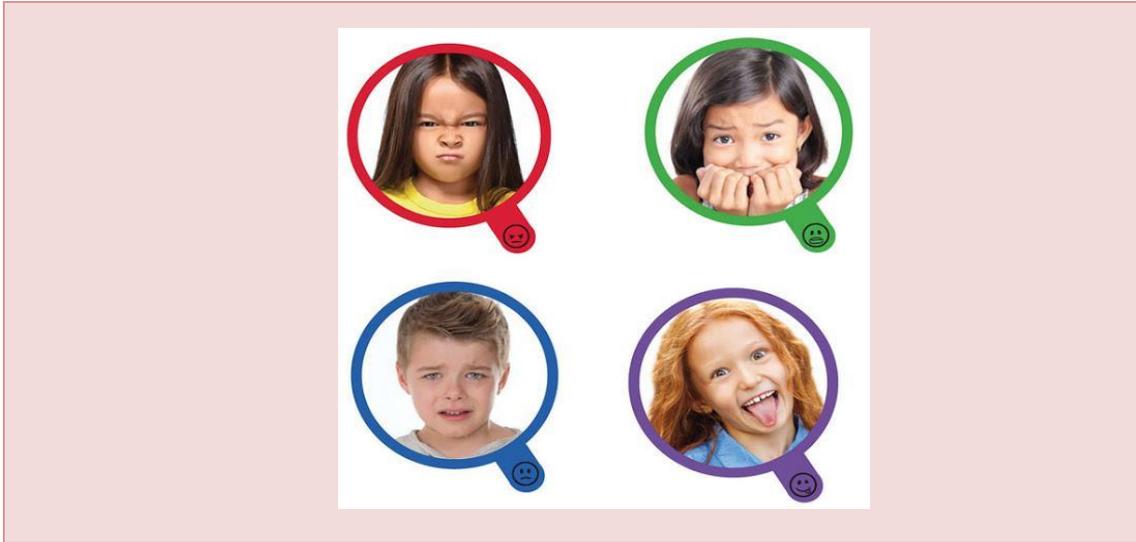
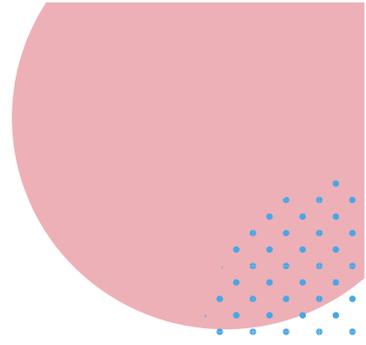
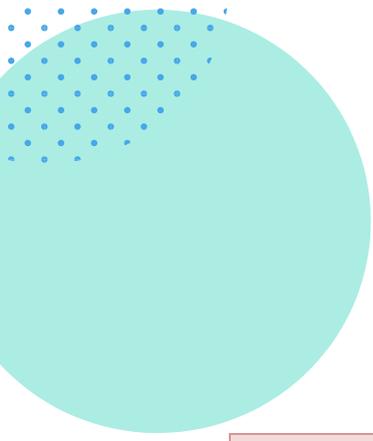
Proceso

1. Observar la emoción que me indica mi profesora (emoticones anexos # 2 pág. 41)
2. Mirarme al espejo y expresar la emoción
3. Observar a cada niño la expresión que hace y preguntarle cuando se siente de esta manera

Lugar recomendado: aula de clase

Tiempo: 8 minutos

Materiales: emoticones anexos # 2 pág. 43



Actividad N. 3

Título: Arte emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Expresar las emociones

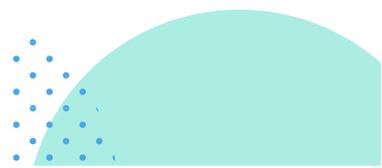
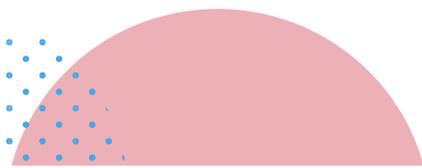
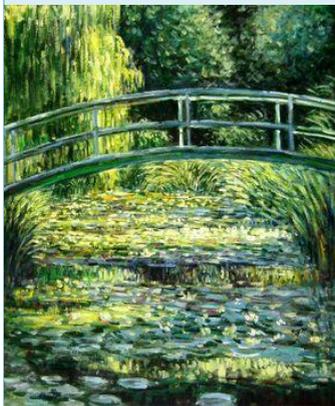
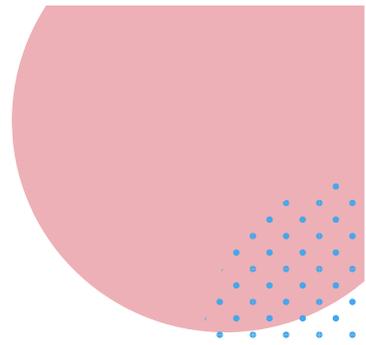
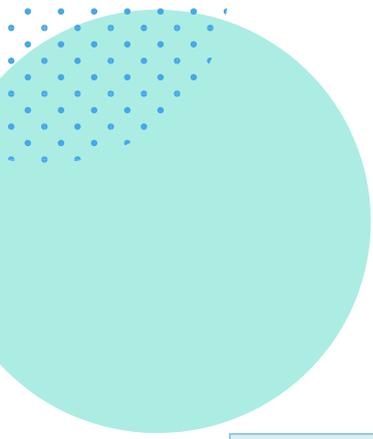
Proceso

1. Observar y escuchar los datos de las tres pinturas (El grito, puente japonés de Monet y la vaca amarilla). Anexo # 5, pág. 43-46
2. Preguntar cuál de estas pinturas le gusto al niño
3. El niño elegirá con el material que quiera trabajar (acuarela, crayón, pintura, papel etc) para plasmar en una hoja de papel bond la emoción que sintió con la pintura que le gustó.

Lugar recomendado: Rincón de arte, aula de motricidad o patio al aire libre

Tiempo: 15 minutos

Materiales: Anexo # 5, pág. 43-46



Actividad N. 4

Título: Me relajo al final del día

Edad: 4 a 5 años

Objetivos

Relajarse

Experimentar emociones

Mejorar la convivencia escolar

Proceso

1. Elegir posturas de la lámina yoga para niños anexo # 6, pág. 47
2. Poner música instrumental o música relajante para niños
3. Trabajar las posturas elegidas
4. Al realizar la postura inhalar o tomar aire, mientras dejamos de hacer la postura exhalar o botar el aire.
5. Al finalizar la actividad conversar que siento y dar nombre a las emociones experimentadas

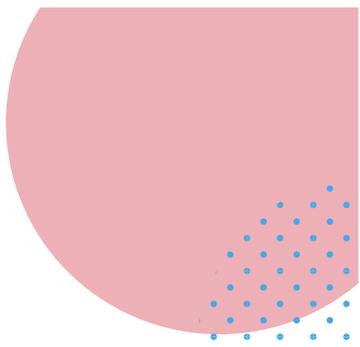
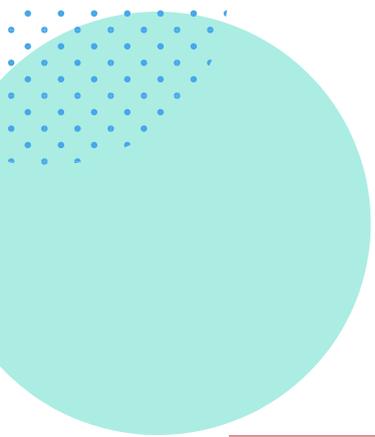
Lugar recomendado: aula de motricidad o patio

Tiempo: 7 minutos

Materiales: lámina de yoga anexo # 6, pág. 47 y música relajante

<https://www.youtube.com/watch?v=5ZgISozP9Us>

Tomado de: Tvinfantil

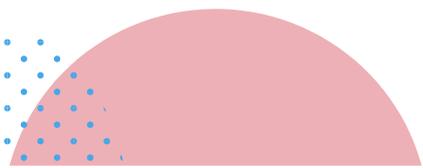


YOGA PARA NIÑOS

Dos veces al día invita a tus niños a realizar una actividad

 ÁRBOL	 MONTAÑA	 PERRO	 AVIÓN
 ARMADILLO	 PINZA	 LOTO	 ARDILLA
 BARCO	 VELA	 ARCO	 ARADO
 PUENTE	 LEÓN	 NIÑO RELAJADO	 GUERRERO

 www.materialeseducativos.net



Actividad N. 5

Título: La música me armoniza

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: relajar, respirar y expresar las emociones a través de la música

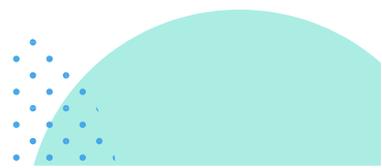
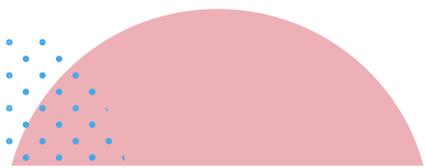
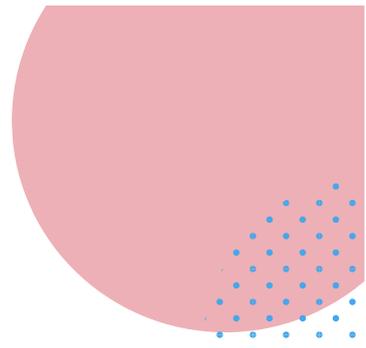
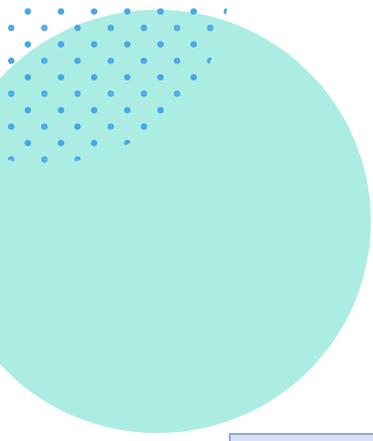
Proceso

1. Escuchar música instrumental o relajante para niños
2. Acostarse en un lugar seguro y cómodo, cerrar los ojos, inhalar y exhalar mientras escucho la pieza musical
3. Al terminar la canción abrir lentamente los ojos y sentarse
4. Conversar como me siento

Lugar recomendado: Salón de clase o sala de psicomotricidad

Tiempo: 10 minutos

Materiales: Música https://www.youtube.com/watch?v=5ntRzg_FOqQ



Actividad N. 6

Título: Gorro emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: Reconocer y expresar las emociones

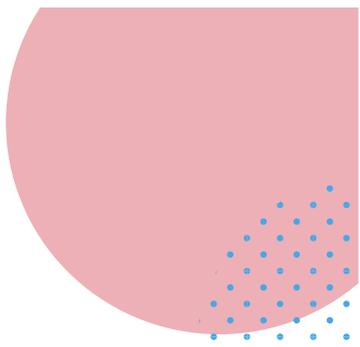
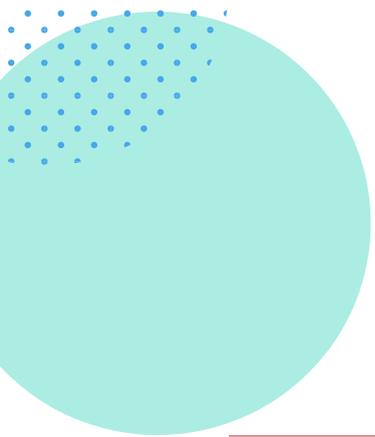
Proceso

1. Entregar al niño una lámina con gorritos para colorear
2. Recortar y colorear los gorritos (azul y verde)
3. Mostrar una lámina con diferentes situaciones
4. Colocar en cada situación un gorrito (verde si está feliz y azul si esta triste)
5. Expresar que emociones me ponen tristes o felices

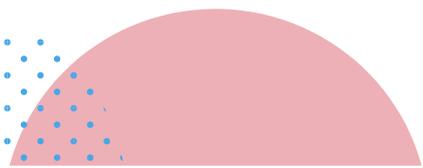
Lugar recomendado: aula de motricidad o patio

Tiempo: 7 minutos

Materiales: Lámina de gorros y lámina de situaciones



<p>¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO? ¿QUÉ CREE QUE LE HA PASADO?</p>  <p>Imagen de freepik.es</p>	<p>¿CÓMO ESTÁ EL NIÑO? ¿QUÉ CREE QUE LE HA PASADO?</p>  <p>Imagen de freepik.es</p>
<p>¿CÓMO ESTÁ LA NIÑA? ¿QUÉ CREE QUE LE HA PASADO?</p>  <p>Imagen de freepik.es</p>	<p>¿CÓMO ESTÁ LA NIÑA? ¿QUÉ CREE QUE LE HA PASADO?</p>  <p>Imagen de freepik.es</p>



Actividad N. 8

Título: Burbujas emocionales

Edad: 4 a 5 años

Objetivo

Expresar las emociones de forma adecuada, conocer que situaciones las provocan
Mejorar la relación escolar

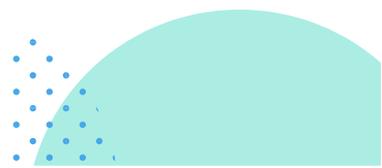
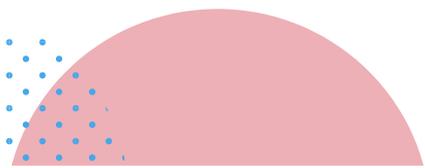
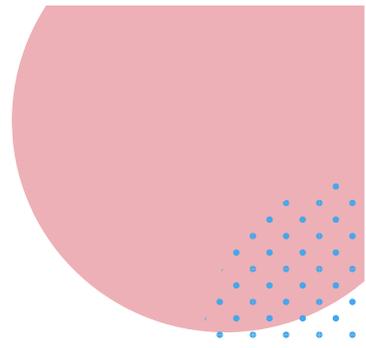
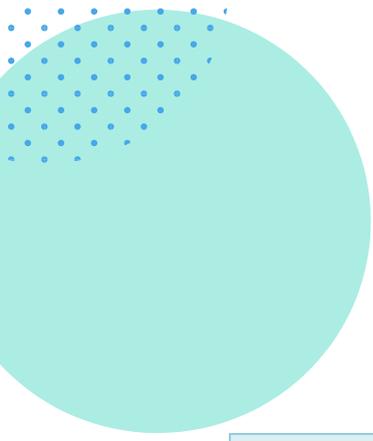
Proceso

1. Decorar un frasco de burbujas con lo que más me guste (sello de superhéroes, dinosaurios, carros, etc.)
2. Indicar al niño que las burbujas permanecerán en un lugar de la clase, las utilizaremos cuando sienta ira, enojo o ganas de agredir a un compañerito.
3. Dialogar, respirar, calmarse y pensar que provocó la ira o el enojo, soplar las burbujas mientras me calmo
4. Conversar sobre qué provocó esta emoción, indicarle que es válido enojarse, llorar, aislarme por un momento, pero esto no debe ser un motivo para agredir a los demás o lastimarme yo

Lugar recomendado: Salón de clase o sala de psicomotricidad

Tiempo: 10 minutos

Materiales: burbujas



Actividad N. 8

Título: plato emocional

Edad: 4 a 5 años

Objetivo: conocer e identificar las emociones propias y las de los demás

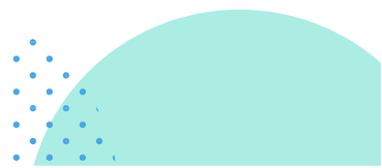
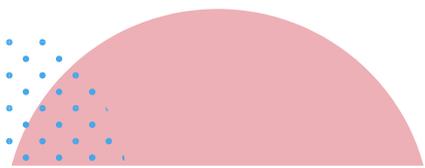
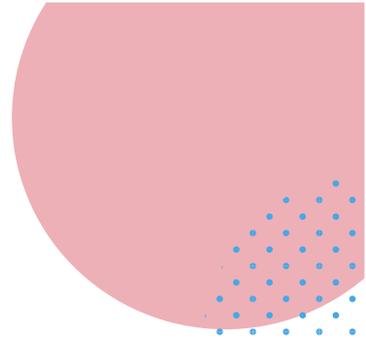
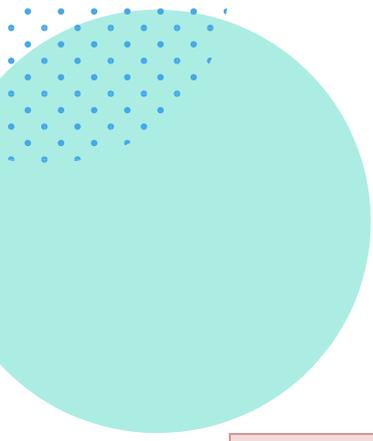
Proceso

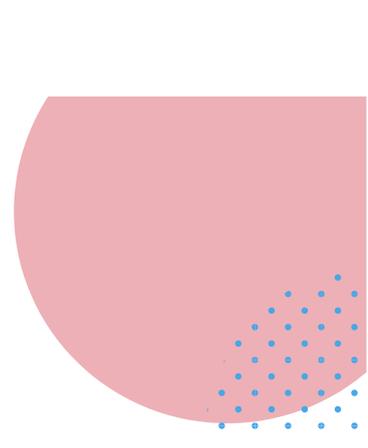
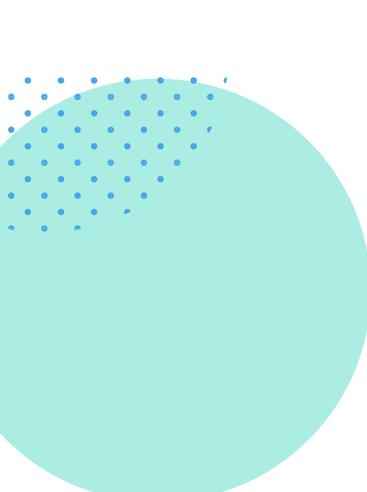
1. Dividir por la mitad tres platos de cartón
2. Dibujar las cuatro emociones básicas (ira, miedo, tristeza y felicidad)
3. La docente contará cómo le fue ayer y elegirá una de las emociones para expresar con su rostro las emociones
4. Invitar a que los niños cuenten cómo les fue en casa, elegir una emoción o varias para expresar como se sintió

Lugar recomendado: aula de motricidad o patio

Tiempo: 10 minutos

Materiales: platos de cartón con emociones





REFERENCIA

Antoni, M. y Zentner, J. (2015). Las cuatro emociones básicas. Herder Editorial.

<https://elibro.net/es/ereader/uazuay/45725?page=19>.

Bisquerra, R. (2011). Educación emocional: propuestas para educadores y familias. Editorial Desclée de Brouwer.

<https://elibro.net/es/ereader/uazuay/47962?page=90>

Bisquerra, R y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Avances en Supervisión Educativa*, (16), 1-11. <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/502>

Bisquerra, R. (2014). Educación emocional e interioridad. En L. López, Maestros del corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad (223-250). Wolters Kluwer. <https://online.ucv.es/resolucion/files/Bisquerra-R.-2014.-Educaci%C3%B3n-emocional-e-interioridad.pdf>

Gondim, S. M. G., y Estramiana, J. L. Á. (2010). Naturaleza y cultura en el estudio de las emociones. *RES. Revista Española de Sociología*, (13), 31-47.

López Cassà, É. (2011). Educar las emociones en la infancia (de 0 a 6 años): reflexiones y propuestas prácticas. Wolters Kluwer. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/63167>

López Cassà, È. (2019). Educación emocional: programa para 3-6 años (3a. ed.). Wolters Kluwer.

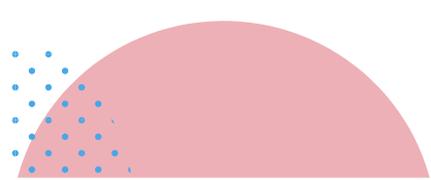
<https://elibro.net/es/ereader/uazuay/125439?page=42>.

Pérez, N., y Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis y Saber*, 10(24), 23-44. [Estrategias y marco teórico.pdf](#)

Rojas Pedregosa, P. (2019). Inteligencia y gestión emocional del profesorado en la escuela. Wanceulen Editorial.

<https://elibro.net/es/ereader/uazuay/111787?page=24>.

Soler, J., Aparicio, L., Días, O., Escolano, E., y Rodríguez, A. (2016). Inteligencia emocional y bienestar II Reflexiones. Universidad San Jorge Ediciones. <file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-InteligenciaEmocionalYBienestarII-655308.pd>

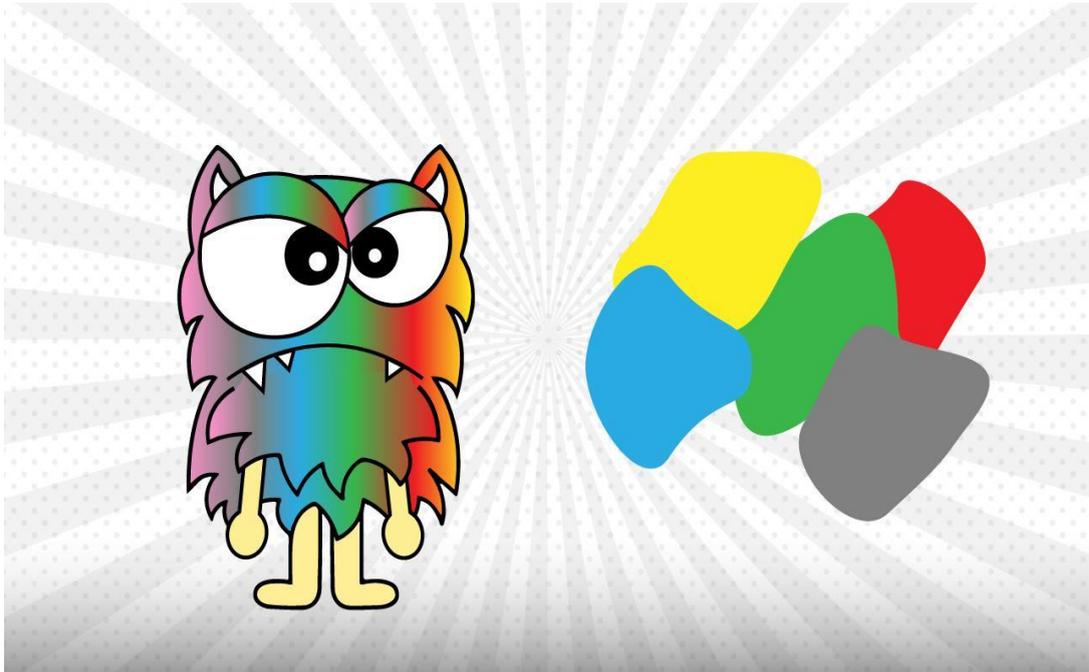


ANEXOS

Reconocimiento de las emociones

1. Cuento Monstruitos de colores





Este es el monstruo de colores
hoy se ha despertado raro,
confuso, enfadado...
no sabe qué le pasa.



¿Te has vuelto a enojar?, no aprenderás nunca



Se han mezclado tus emociones, así todas revueltas no
funcionan

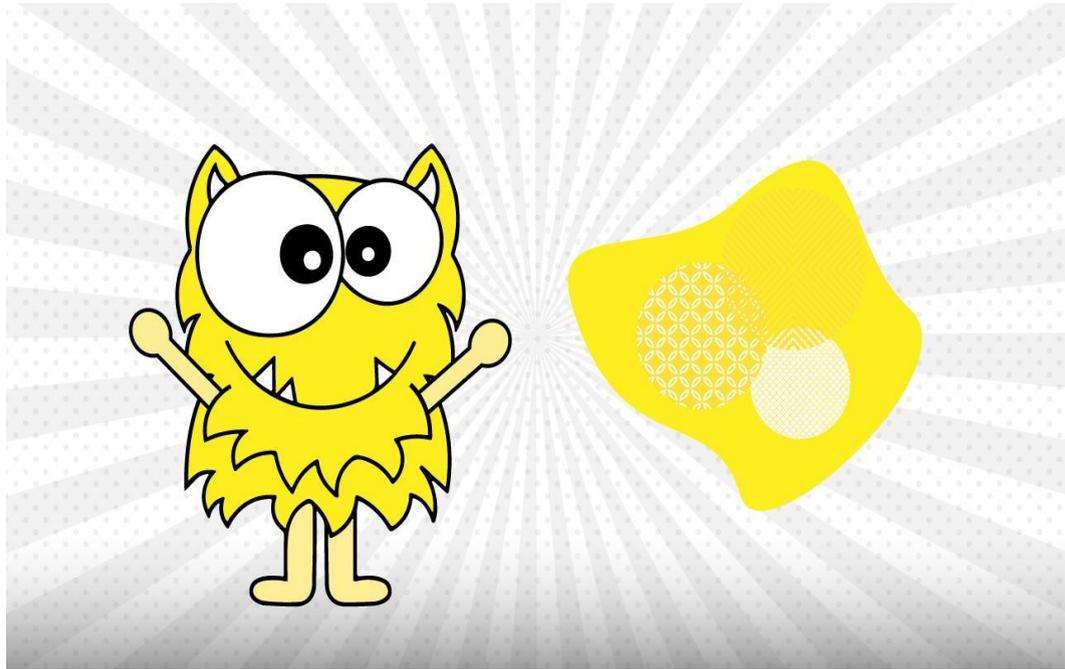
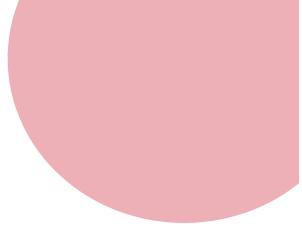
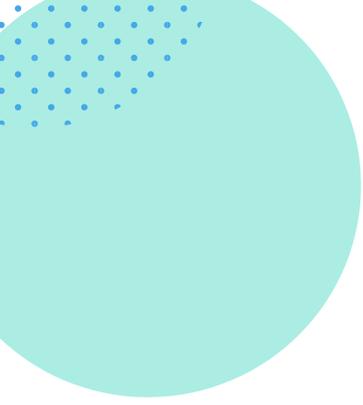


Tendrías que separarlas y colocarlas cada una en su bote.

Si quieres, te ayudo a poner orden



Cuando estas alegre... ríes, saltas, bailas, juegas
y quieres compartir tu alegría con los demás.



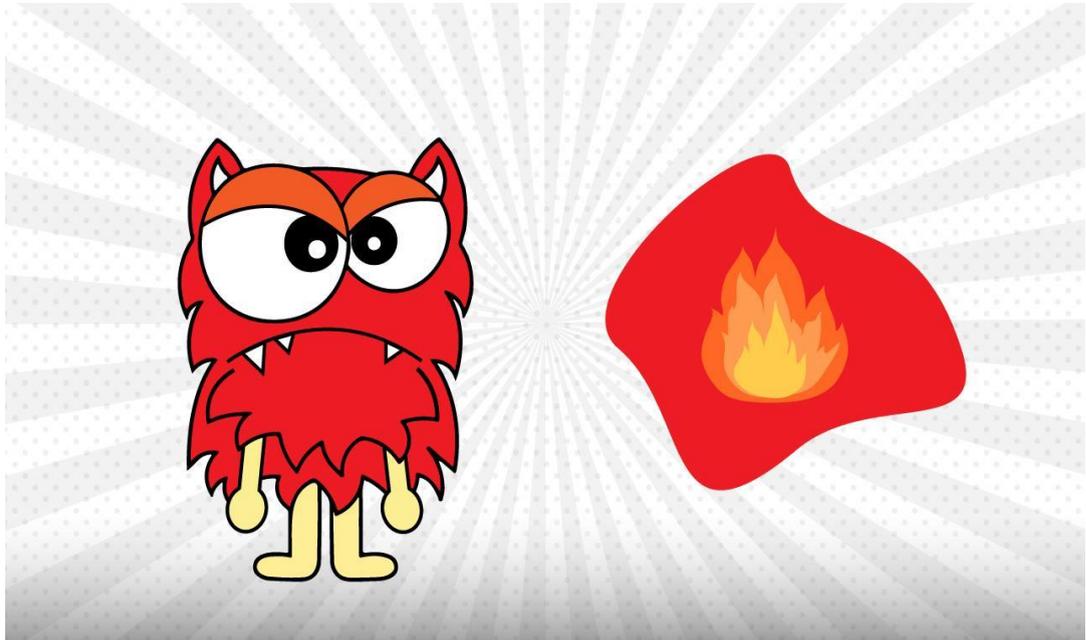
La alegría es contagiosa brilla como el sol, parpadea
como las estrellas



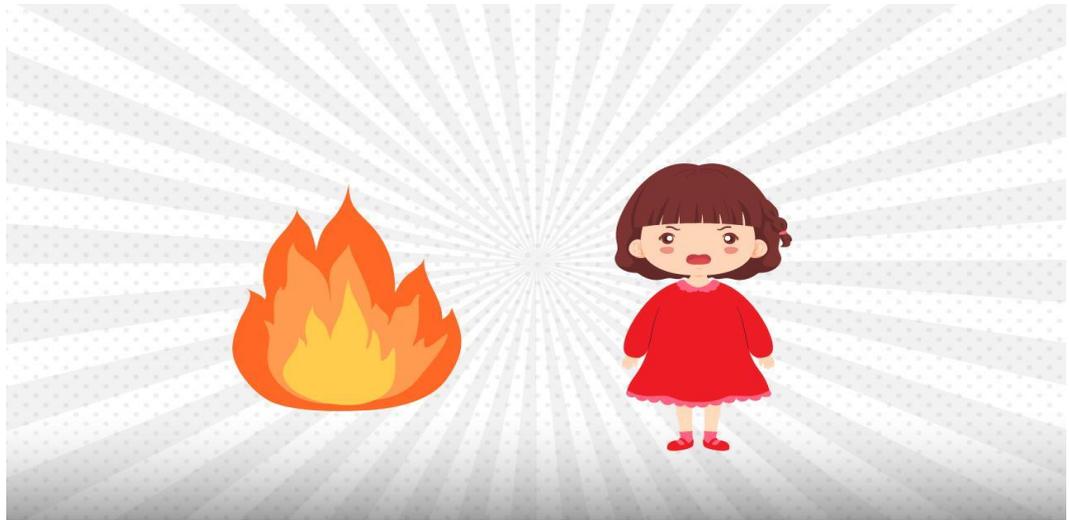
Cuando estas triste, te escondes y quieres estar solo y no
deseas hacer nada



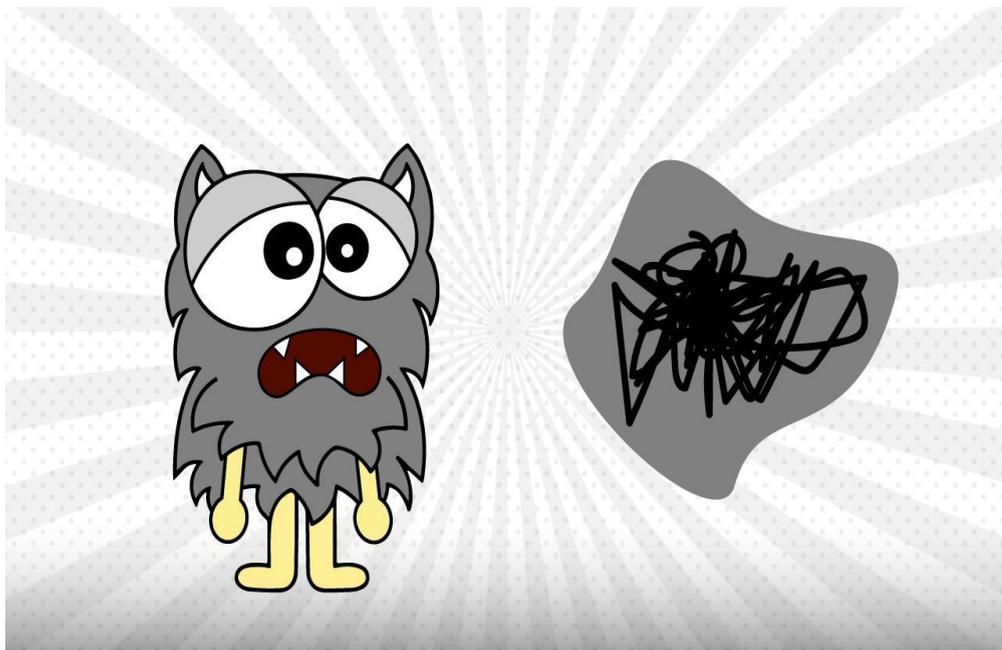
La tristeza siempre extraña algo. Es suave como el mar y
dulce como los días de lluvia.



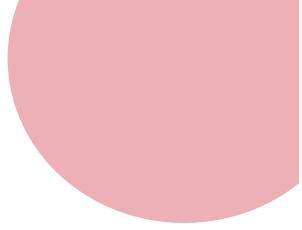
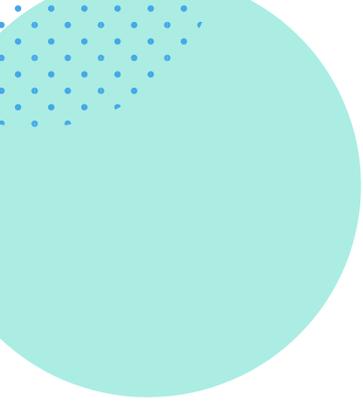
Cuando estas enfadado. Sientes que se ha cometido una
injusticia quieres descargar la rabia en otros



La rabia hace que uno se ponga rojo, esta es feroz
como el fuego...
quema fuerte y es difícil de apagar



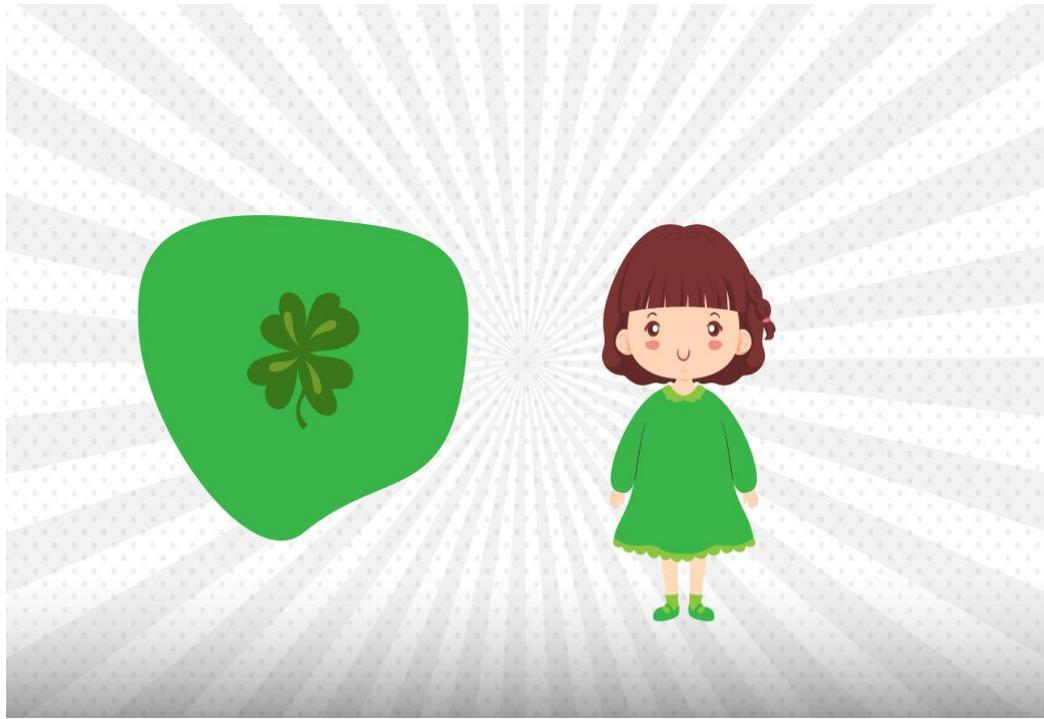
Cuando sientes miedo, te vuelves pequeño.



El miedo es cobarde. Se esconde y huye como un ladrón en la oscuridad



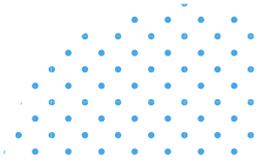
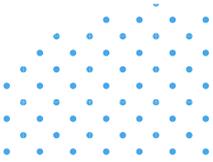
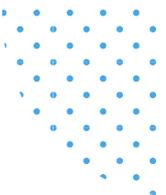
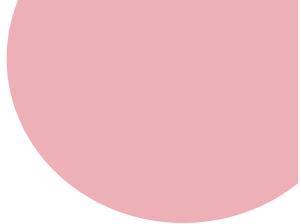
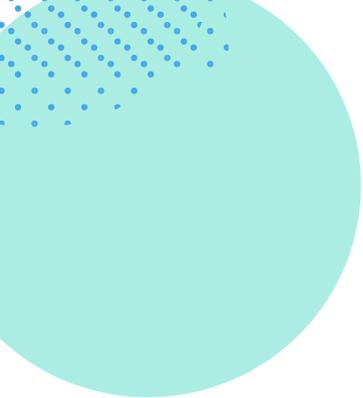
Cuando estás en calma, respiras poco a poco y profundamente. Te sientes en paz



La calma es Tranquilidad como los árboles, ligera
como una hoja al viento



y ordenadas funciona mejor ¡Qué bien
¡Ya está todo en su sitio!





pero ¿y ahora se puede saber qué te pasa?

2.Emoticones



ALEGRIA



ENFADO



TRISTEZA



SORPRESA



MIEDO

3. Identifico las emociones actividad #4

Ενώνω το εικονίδιο του συναισθήματος με την κατάσταση που του αντιστοιχεί.



4 Monstruito emocional

Elige y arrastra los elementos correctos para elaborar un monstruo alegre.



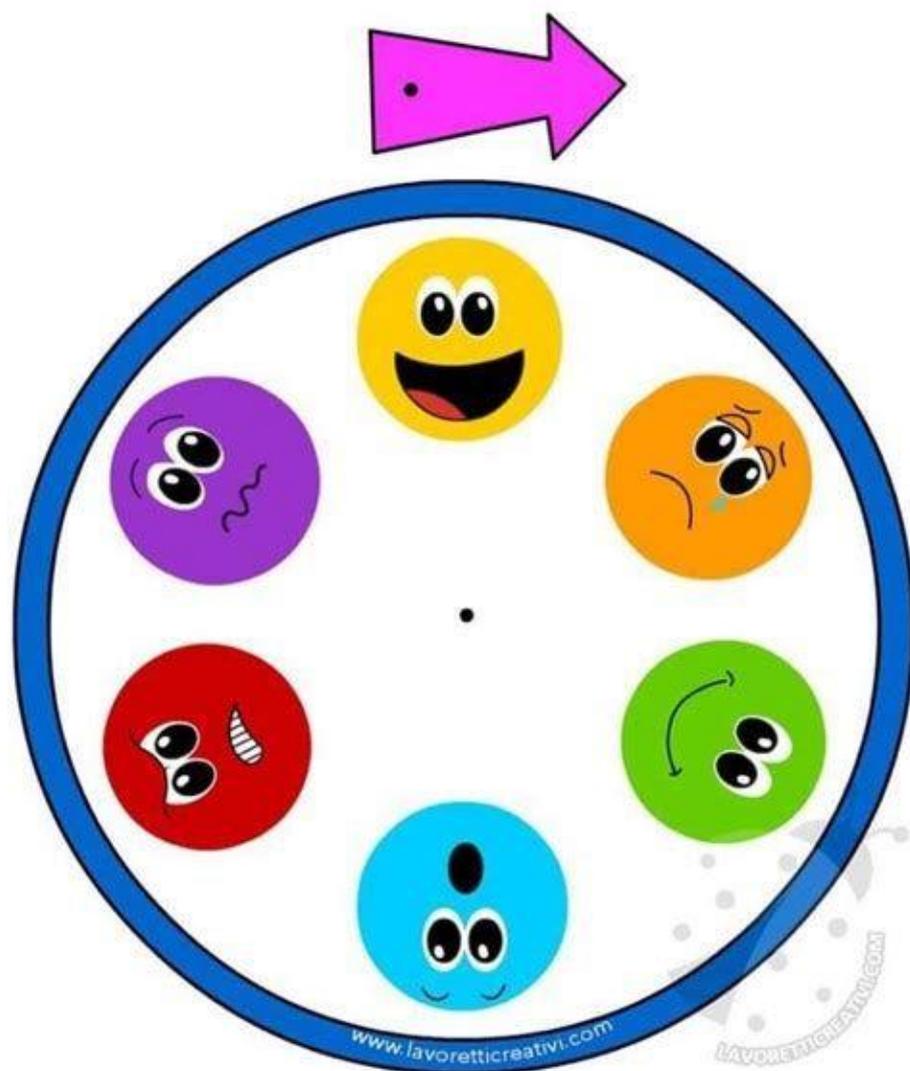
Elige y arrastra los elementos correctos para elaborar un monstruo triste.



The image shows two interactive drag-and-drop activities for creating a blue monster. The top activity is for a happy monster, with a text box that says 'Elige y arrastra los elementos correctos para elaborar un monstruo alegre.' To the left of the monster body template are four facial features: a pair of wide, happy eyes, a pair of wide-open eyes with a small blue nose, a wide-open red mouth with white teeth, and a wide-open red mouth with white teeth. The bottom activity is for a sad monster, with a text box that says 'Elige y arrastra los elementos correctos para elaborar un monstruo triste.' To the left of the monster body template are four facial features: a wide-open red mouth with white teeth, a pair of wide-open eyes with a small blue nose, a wide-open red mouth with white teeth, and a pair of wide, happy eyes.

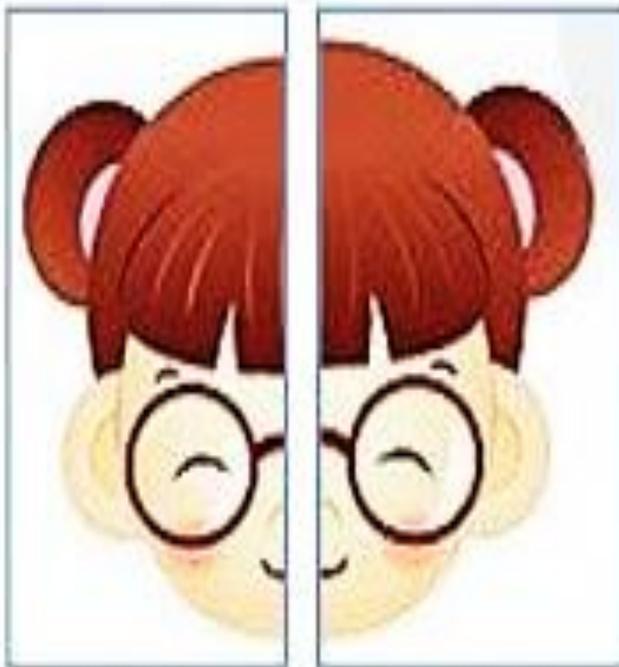
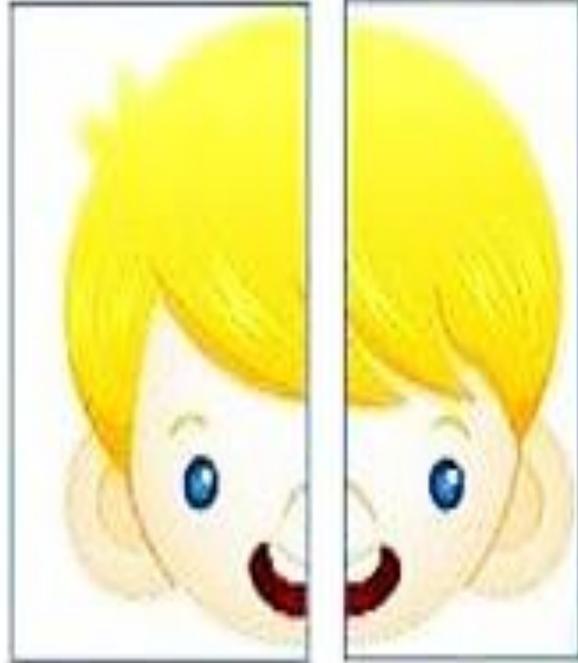
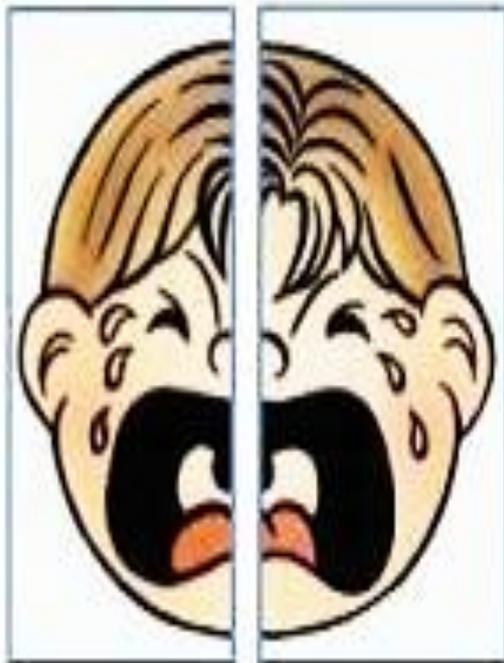
4 Rueda emocional

L'OROLOGIO DELLE EMOZIONI



Tomado de: Lavoretticreativi

Armo las emociones actividad #5



Las imágenes son cogidas de distintas páginas de internet.

Isuene Portugal @icandi

Tomado de: Websincloud.com

Expresión de emociones respiración y relajación

Me expreso a través del arte actividad #3

Obra: La vaca amarilla

Año: 1911

Autor: Franz Marc

Técnica: Oleo



Tomado de: Elcuadroeldía

Obra: El Grito
Año: 1893
Autor: Edvard Munch
Técnica: Tempera Pastel y lápiz



Tomado de: Axel Osorio

Obra: El puente Japonés
Año: 1899
Autor: Calude Monet
Técnica: Óleo



Tomado de: Todocadros



1 Me relajo a través de yoga, actividad # 4

YOGA PARA NIÑOS

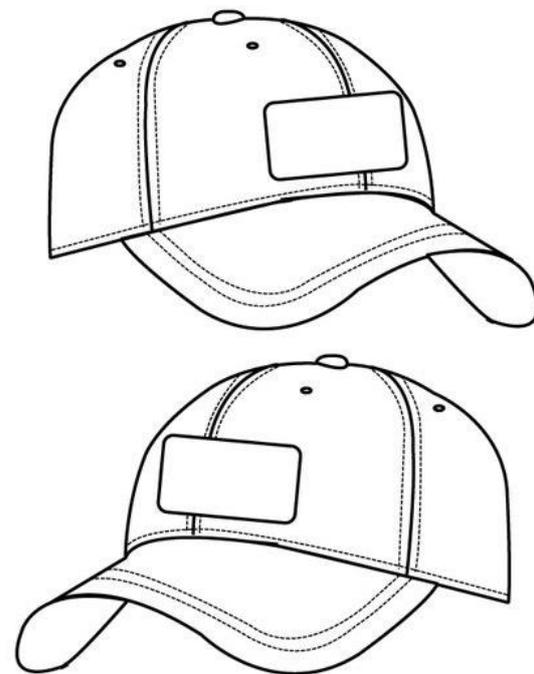
Dos veces al día invita a tus niños a realizar una actividad

<p>ÁRBOL</p>	<p>MONTAÑA</p>	<p>PERRO</p>	<p>AVIÓN</p>
<p>ARMADILLO</p>	<p>PINZA</p>	<p>LOTO</p>	<p>ARDILLA</p>
<p>BARCO</p>	<p>VELA</p>	<p>ARCO</p>	<p>ARADO</p>
<p>PUENTE</p>	<p>LEÓN</p>	<p>NIÑO RELAJADO</p>	<p>GUERRERO</p>

 www.materialeseducativos.net

Tomado de: Materialeseducativos.net

2 Gorro emocional



Tomado de: Freepik.es



4.1 Socialización

Después de elaborar la guía se socializó la misma mediante la plataforma zoom con los docentes y padres de familia individualmente (una reunión de padres y otra de docentes) estas tuvieron una duración de 40 minutos, con el fin de indicar la guía y su funcionamiento.

La socialización se elaboró de la siguiente manera

1. Conocimiento de la guía, los padres y docentes pudieron examinar la guía mediante la presentación previa al comenzar la reunión.
2. Conocimiento de las partes de la guía (índice)
3. Explicación del marco teórico que sustenta el conocimiento de educación emocional.
4. Análisis y explicación de las actividades
5. Preguntas sobre el manejo de la guía
6. Comentarios finales

Comentarios de los docentes

- *Me parece interesante la información que presenta la guía, es amigable con el lector.*
- *Como le expresaba Andreita en la entrevista, uno siempre busca actividades para trabajar en el aula de clase, me parecen bonitas las actividades y sobre todo dinámicas para trabajarlas con los pequeños.*
- *Me gustó mucho que la guía respondiera a las necesidades que le manifestaba en la entrevista, actividades cortitas pero llamativas para trabajar con los niños.*

Comentarios de los padres de familia

- *Mija, ahora si yo estoy contenta porque sé que voy a trabajar este tema, le agradezco por esta guía.*
- *Andreita me gusta mucho la guía, vi unas actividades que podría ya empezar trabajando con mi hijo, sé que él se va a divertir y puedo trabajar sus emociones,*

como le comenté yo estoy estudiando psicología y me hace recordar varias cosas que aprendí.

- Bueno veo que las actividades y la información me van a ayudar en la casa, porque teníamos unas poquitas cosas para mi hija, pero ahora viendo esto sé que mi esposa y yo vamos a trabajar más en el tema.

CONCLUSIONES

Al concluir el proyecto de investigación la educación emocional en edades tempranas es relevante, puesto que de esta depende la relación social, la forma de percibir las cosas y hacer frente a los problemas. Se debe trabajar las emociones continuamente tanto en los hogares como en las escuelas y ponerlas en práctica, de esta manera se evitaría reprimir los sentimientos, indolencia hacia las demás personas e inclusive algunos problemas emocionales.

De acuerdo con los resultados, se encontró información importante sobre las emociones de los niños en este tiempo de confinamiento, percepción de padres y docentes, relevancia que se da al tema y las estrategias utilizadas.

En cuanto al conocimiento de las emociones por parte de los padres de familia, se encontró que hay un gran nivel de desconocimiento del tema, también los progenitores manifiestan que es importante ser formados en educación emocional para sobrellevar las situaciones del diario vivir o de riesgo como la que enfrentamos, pues no cuentan con estrategias para abordar el tema.

Además, hay mayor conciencia sobre el rol de la familia en la educación emocional a raíz de la pandemia, debido a que al compartir más tiempo con sus hijos los padres evidencian que los niños observan todo lo que los adultos hacen y lo replican, teniendo una influencia significativa en la vida emocional de los niños.

Sobre el conocimiento de los docentes indican que, por formación académica, talleres o experiencia manejan de cierta manera el tema en las aulas de clase, ayudando a calmar los ánimos de los niños y padres de familia, además se habla de la importancia de trabajar hoy más que nunca las emociones en los hogares y escuelas, puesto que se han dado cambios de temperamento, como, estrés, lloros, ira, etc.

Los resultados encontrados sustentan la elaboración de una guía de apoyo a padres y docentes que provea información sobre el conocimiento de las emociones, estrategias para trabajarlas y actividades lúdicas, permitiendo un adecuado desarrollo social y personal del niño.

REFERENCIAS

- Aguaded, M., y Pantoja, M. (2015). Innovar desde un proyecto educativo de inteligencia emocional en primaria e infantil. *Tendencias pedagógicas*, (26), 69-88. <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/2122>
- Aguaded, M., y Valencia, J. (2017). Estrategias para potenciar la inteligencia emocional en Educación Infantil: aplicación del modelo de Mayer y Salovey. *Tendencias Pedagógicas*, 30, 175-190. <https://doi.org/10.15366/tp2017.30.010>
- Aguirre, J., y Jaramillo, L. (2015). El papel de la descripción en la investigación cualitativa. *Cinta de moebio*, (53), 175-189. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-554X2015000200006>
- Ambrona, T., López-Pérez, B., Márquez-González, M. (2012). Eficacia de un programa de educación emocional breve para incrementar la competencia emocional de niños de educación primaria. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 23 (1), 39-49. <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230790005.pdf>
- Antoni, M., y Zentner, J. (2015). Las cuatro emociones básicas. Herder Editorial. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/45725>
- Axel Osorio. *El grito del señor galleta*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299385748094/>
- Baby relax channel español. (7 de agosto del 2019). *Mozart para bebés estimulación inteligencia*. https://www.youtube.com/watch?v=5ntRzg_FOqQ
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 95-114 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927006>
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional: propuestas para educadores y familias. Editorial Desclée de Brouwer. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/47962?page=206>.
- Bisquerra, R., y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Avances en Supervisión Educativa*, (16), 1-11. <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/502>
- Bisquerra, R., y Pérez-Escoda, N. (2014). Educación emocional para la prevención. En R. Bisquerra (Coord.). *Prevención del acoso escolar con educación emocional*. Desclée de Brouwer. <https://www.edesclée.com/img/cms/pdfs/9788433026927.pdf>
- Bisquerra, R. (2014). *Educación emocional e interioridad*. En L. López, *Maestros del corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad* (223-250). Editorial Wolters Kluwer. <https://online.ucv.es/resolucion/files/Bisquerra-R.-2014.-Educaci%C3%B3n-emocional-e-interioridad.pdf>
- Bisquerra, R. (2016). *Inteligencia emocional y bienestar 2*. Ediciones Universidad San Jorge. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5568380>

- Bosque de fantasía. (22 de mayo de 2017). *Fichas para reconocer emociones*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299380386638/>
- Caldera, J., Reynoso, O., Angulo, M., Cadena, A., y Ortíz, D. (2018). Habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios de la región Altos Sur de Jalisco, México. *Escritos de Psicología*, 11(3), 144-153. <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2018.3112>
- Cifuentes-Faura, J. (2020). Consecuencias en los Niños del Cierre de Escuelas por Covid-19: El Papel del Gobierno, Profesores y Padres. *Revista Internacional De Educación Para La Justicia Social*, 9(3). <https://revistas.uam.es/riejs/article/view/12216>
- Contreras, N. (2020). El reto del covid-19 para la educación en México. *Revista Buen Gobierno*, 29, 1-19. http://dx.doi.org/10.35247/buengob_29_06
- Degante, C., Maldonado, H., y Julián, M. A. (2015). *Educación y filosofía*. Ediciones y Gráficos Eón. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/41033>
- De la Torre, A., y Guichot-Reina, V. (2019). Emociones y creatividad una propuesta educativa para trabajar la resolución de conflictos en educación infantil. *Dialnet*, (27), 39-52. <http://dx.doi.org/10.12795/CP.2018.i27.03>
- Fernández, J., Domínguez, J., y Martínez, P. (2020). De la educación presencial a la educación a distancia en época de pandemia por Covid 19. Experiencias de los docentes. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos Y Grupos De Investigación*, 7(14), 87-110. <http://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/212>
- Freepik.es. *Emotions Character*. <https://www.freepik.es/>
- Elcuadrodeldía. (25 de marzo de 2015). *La vaca amarilla*. https://www.google.com/search?q=vaca+amarilla+cuadradodedia&tbm=isch&ved=2ahUKEwis9Ob9kvb0AhW0c98KHZ3fBOcQ2-cCegQIABAA&oq=vaca+amarilla+cuadradodedia&gs_lcp=CgNpbWcQAzoECAAQZoFCAAQgAQ6BggAEAcQHjoECAAQHjoGCAAQBRAeUN0CWN1MYKVSaAFwAHgAgAH5AYgB8RSSAQYwLjE0LjKYAQCgAQGqAQtd3Mtd2l6LWltZ8ABAQ&scient=img&ei=7nDCYazFOI7n_Qadv5O4Dg&bih=730&biw=1517&rlz=1C1CHZL_esEC731EC731#imgrc=La5sP3amilAUZM
- Etchebehere, G., De León Siri, R., Silva, F., Fernández, D., y Quintana, Silvana. (2021). Perceptions and emotions in light of a pandemic: gathering the voices of boys and girls from a public early childhood institution in Uruguay. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*, 11(1), 5-23. <http://dx.doi.org/10.26864/pcs.v11.n1.1>
- Escorcía, C., y Martínez, P. (2020). La Competencia Emocional en Atención Temprana: Perspectivas de los padres y de los profesionales. *Educação*, 43(1), 1-17. <http://dx.doi.org/10.15448/1981-2582.2020.1.35475>
- Espada, J. P., Orgilés, M., Piqueras, J. A., y Morales, A. (2020). Las buenas prácticas en la atención psicológica infanto-juvenil ante el COVID-19. *Clínica y Salud. Avance online*, 31(2), 109-113. <https://doi.org/10.5093/clysa2020a14>

- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista iberoamericana de educación superior*, 6(16), 110-125. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722015000200006
- Falabella, A., Cortázar, A., Godoy, F., González, M., Y Romo, F. (2018). Sistemas de aseguramiento de la calidad en Educación Inicial. Lecciones desde la experiencia internacional. *Gestión y política pública*, 27(2), 309-340. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-10792018000200309&lng=es&tlng=es.
- Franco, H., Londoño, D., y Restrepo, D. (2017). Habilidades para la vida en jóvenes universitarios: una experiencia investigativa en Antioquia. *Katharsis*, 24, 157-182. [file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-HabilidadesParaLaVidaEnJovenesUniversitarios-6134479%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-HabilidadesParaLaVidaEnJovenesUniversitarios-6134479%20(2).pdf)
- Guil, R., Mestre, J., Gil-Olarte, P., De la Torre, G., y Zayas, A. (2018). Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: una guía para la intervención. *Revista Javeriana*, 17(4). <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-4.diep>
- Gutiérrez-Torres, A. M., y Buitrago-Velandia, S. J. (2019). Las Habilidades Socioemocionales de los Docentes, herramientas de paz en la escuela. *Praxis y Saber*, 10(24), 167-192. <https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.9819>
- Gutiérrez, S., y Ruiz, Mara. (2018). Impacto de la educación inicial y preescolar en el neurodesarrollo infantil. *IE Revista de investigación educativa de la REDIECH*, 9(17), 33-51. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2448-85502018000200033&lng=es&tlng=es.
- Guzmán, M. (2019). Desarrollo de habilidades sociales a través de actividades lúdicas en los niños de 3 años en el centro infantil Cumbaya Valley. *Conrado*, 14(64), 153-156. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000400153
- Hernández-Sampieri, R. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Hortigüela, D., Ausín, V., Abella, V., y Delgado, V. (2017). Percepción de docentes y estudiantes sobre el trabajo de la educación emocional en el aula. *Contextos Educativos. Revista de Educación*, (20), 27-41. <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/contextos/article/view/2981>
- Huayamave, K., Benavides, B., y Sangacha, M. (2019). Estudio del rol de los padres de familia en la vida emocional de los hijos. *Apuntes Universitarios*, 9(2), 61-72. <https://doi.org/10.17162/au.v9i2.360>
- Hurtado Talavera, F. J. (2020). La educación en tiempos de pandemia: los desafíos de la escuela del siglo XXI. *CIEG, revista arbitrada del centro de investigación y estudios gerenciales*, (44), 176-187.

- [https://www.grupocieg.org/archivos_revista/Ed.44\(176-187\)%20Hurtado%20Tavalera_articulo_id650.pdf](https://www.grupocieg.org/archivos_revista/Ed.44(176-187)%20Hurtado%20Tavalera_articulo_id650.pdf)
- Ingrid M. *Emociometro*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299380273442/>
- Materialeseducativos.net. *Yoga para niños material educativo*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299385748215/>
- Misclasesdeinfantil. (12 de noviembre de 2018). *Trabajamos las emociones*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299385746710/>
- Muchiut, A. (2018). Educación emocional, una deuda pendiente en nuestros salones de preescolar. *Revista de educación*, 9(14), 137-152. https://fh.mdp.edu.ar/revistas/index.php/r_educ/article/view/2631/2934
- Nava, A. (2015). La música como estrategia para la educación de la inteligencia emocional en nivel preescolar. *Revista Multidisciplinaria de Avances de Educación*. 2 (2), 46-59. <file:///C:/Users/HP/Documents/9no%20ciclo/Tesis%209no/Nava%202015.pdf>
- Noriega, J., Pimentel, C., y de Albuquerque, F. (2005). Redes semánticas: aspectos teóricos, técnicos, metodológicos y analíticos. *Ra Ximhai: revista científica de sociedad, cultura y desarrollo sostenible*, 1(3), 439-451.
- Lavoretticreativi. *Orologio delle emozioni*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299385747752/>
- León, A. (2007). Qué es la educación. *Educere*, 1(1), 595-604. <https://www.356/35603903.pdf>
- Ley Orgánica de Educación Intercultural. Registro Oficial No 417. 31 de marzo de 2011.
- Liveworksheets.com. *Ejercicios de sintiendo colores*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299385745183/>
- López Cassà, É. (2011). *Educación emocional en la infancia (de 0 a 6 años): reflexiones y propuestas prácticas*. Wolters Kluwer. <https://elibro.net/es/lc/uazuay/titulos/63167>
- López, G., y Guiamaro, Y. (2017). El rol de la familia en los procesos de educación y desarrollo humano de los niños y niñas. *Ixaya. Revista Universitaria de Desarrollo Social*, (10), 31-55. http://ixaya.cucsh.udg.mx/sites/default/files/Rolfamilia_Gloria_0.pdf
- Lorelei Pilcher. *Yoga para niños*. <https://www.pinterest.es/pin/21673641945666504/>
- Orientación Andujar - recursos educativos. (28 de febrero de 2016). Dado de las emociones. <https://www.pinterest.es/pin/611856299380749664/>
- Pacheco, B. (2017). Educación emocional en la formación docente: clave para la mejora escolar. *Ciencia y sociedad*, 42(1), 104-110. <http://repositoriobiblioteca.intec.edu.do/bitstream/handle/123456789/2399/10.22206%25cys%25y2017%25v42%25i1%25p107-113.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pallarés, M. (2010). *Emociones y sentimientos: dónde se forman y cómo se transforman*. Marge Books. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/41930?page=72>

- Pérez, N., y Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis y Saber*, 10(24), 23-44. <https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8941>
- Pimienta, P. (2020). Cuidando mi Salud Mental durante el COVID-19. *Asociación Mexicana de Psicología Hospitalaria*, 1(24), 1-24. <http://difzapopan.gob.mx/wp-content/uploads/2020/03/Cuidados-de-Salud-Mental-en-tiempos-del-COVID-19-1-compressed.pdf>
- Punset, E., Mora, F., García, E., López, E., Pérez, J., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N y Planeys, O. (2011). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Impresión: gráficas campás, S.A. https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/3483_d_Cuaderno_Faros_6.pdf
- Rengel, M., y Calle, I. (2020). Impacto psicológico de la pandemia del COVID 19 en niños. *Revista de Investigacion Psicologica*, 75-85 . http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322020000300011&script=sci_arttext
- Retana., J. (2012). La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje. *Revista educación*, 36(1), 1-24. <https://www.redalyc.org/pdf/440/44023984007.pdf>
- Rodríguez, M., Mora, G., Segnini, P., y Madrigal, S. W. (2014). El papel docente ante las emociones de niñas y niños de tercer grado. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 14(1), 1-23. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44729876009.pdf>
- Rojas Pedregosa, P. (2019). *Inteligencia y gestión emocional del profesorado en la escuela*. Wanceulen Editorial. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/111787?page=24>.
- Rueda, P., & Filella, G. (1). Educación emocional para familias y docentes. *PYM Padres Y Maestros*, (368), 30-35. <https://doi.org/10.14422/pym.i368.y2016.005>
- Santi-León, F. (2019). Educación: La importancia del desarrollo infantil y la educación inicial en un país en el cual no son obligatorios. *UNEMI* 12(30), 143-159. <https://doi.org/10.29076/issn.2528-7737vol12iss30.2019pp143-159p>
- Serrano, A., Sevilla, D., y Hawrylak, M. (2017). La educación emocional en la infancia: una estrategia inclusiva. *Aula abierta*, 46, 73-82. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6060627>
- Solaz, E. (2017). *Programa RETO: Respeto, Empatía y Tolerancia: actividades de educación emocional para niños de tres a doce años (5a. ed.)*. Desclee de Brouwer. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/127881?page=140>.
- Soler, J., Aparicio, L., Días, O., Escolano, E., y Rodríguez, A. (2016). *Inteligencia emocional y bienestar II Reflexiones*. Universidad de San Jorge Ediciones. <file:///C:/Users/HP/Downloads/Dialnet-InteligenciaEmocionalYBienestarII-655308.pdf>
- Smith, M. (2019). *Las emociones de los estudiantes y su impacto en el aprendizaje*. Narcea Ediciones. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/113161?page=22>.

Sprang, G., y Silman, M. (2013). Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster medicine and public health preparedness*, 7(1), 105-110. <https://DOI: 10.1017/dmp.2013.22>

Taniamanesi. *Las emociones*. <https://www.pinterest.es/pin/611856299364859884/>

Todocadros.

Punte

Japones.

https://www.google.com/search?q=el+puente+japones+todo+cuadros&tbm=isch&ved=2ahUKewj7_fqhlvb0AhVIU98KHdwLBBkQ2-cCegQIABAA&oq=el+puente+japones+todo+cuadros&gs_lcp=CgNpbWcQAzoECAAAQzoECAAAQHjoECAAAQGFAAWJgdYOoeaABwAHgAgAG_AYgB9Q-SAQQwLjEzmaEAoAEBqgELZ3dzLXdpei1pbWfAAQE&sclient=img&ei=YHTCYfvNA-Wm_QbcI5DIAQ&bih=730&biw=1517&rlz=1C1CHZL_esEC731EC731#imgc=JpR3BKsXDev57M

Torres, C. (2017). Ciertas consideraciones acerca de la importancia de la inteligencia emocional en el profesorado. *Revista científica dominio de las ciencias*, 3(3), 772-781. <https://doi.org/10.23857/pocaip>

Toycantando. (23 de mayo de 2017). *Si tú tienes muchas ganas de aplaudir*. <https://www.youtube.com/watch?v=TX5k37Yela0>

Tristán, J. M. B. (2019). Breve análisis de la importancia de la educación en la sociedad. *Iberoamérica Social: Revista-red de estudios sociales*, (XIII), 5-6. <https://iberoamericasocial.com/wp-content/uploads/2019/12/Barroso-J.-M.-2020.-Breve-an%C3%A1lisis-de-la-importancia-de-la-educaci%C3%B3n-en-la-sociedad.pdf>

Tvinfantil. (16 de abril de 2014). *2 horas de música relajante para niños*. <https://www.youtube.com/watch?v=5ZgISozP9Us>

Websincloud.com <https://www.pinterest.es/activweb/created/>

Zabalza, M. A. (2016). *Didáctica de la educación infantil*. Narcea Ediciones. <https://elibro.net/es/ereader/uazuay/45996?page=108>

