

ENMJN

ESCUELA NACIONAL
PARA MAESTRAS DE
JARDINES DE NIÑOS

La educación socio - emocional en el jardín de niños

ARTÍCULO

México, 2021

Autoras:

Danna Gisela Bernal Milpas
María Fernanda Campa Reyes
María Fernanda Castillo Montes
Paola Chico Luna
Fátima Montserrat Cortés López



La educación socioemocional en el jardín de niños

- ° Bernal Milpas Danna Gisela
- ° Campa Reyes María Fernanda
- ° Castillo Montes María Fernanda
- ° Chico Luna Paola
- ° Cortés López Fátima Montserrat

Introducción

La escuela en nivel preescolar es el primer acercamiento que tienen la mayoría de las niñas y niños de socializar con otros pares. En ocasiones, los niños antes de ingresar al preescolar están acostumbrados a estar solos y recibir toda la atención por parte de sus cuidadores, pero al entrar al preescolar esto cambia radicalmente y puede ocasionar conflictos, es ahí donde comienzan a experimentar algunas emociones.

“Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (*Bisquerra Alzina, 2000*)

Demostrar nuestras emociones parece ser una tarea sencilla para nosotros como jóvenes y adultos, sin embargo, para los niños cada emoción puede llegar a ser algo nuevo, es importante saber ayudarlos para que las reconozcan y así puedan expresarlas, con esto entendimos que enseñarles a los niños lo que son las emociones y para qué sirven es igual de importante que enseñarles los números y las letras; cuando ellos reconocen lo que sienten, pueden transmitirlo y controlarlo, esto les hará más fácil la convivencia con otras personas y otros niños.

Según Susana Tarí, el éxito está más asociado con un desarrollo emocional adecuado, que con la inteligencia. Un niño con una adecuada educación emocional es más seguro de sí mismo y puede expresarse y desenvolverse ante los demás; esto es fundamental para su desarrollo social.

Las educadoras tienen conocimientos para ayudar a que esto sea posible, regularmente lo ponen en práctica mediante los juegos y las actividades didácticas.

Las emociones describen cómo nos sentimos ante una situación, y es importante hacerles saber a los preescolares que deben expresarse para que los demás sepan cómo se sienten, para esto se debe mantener una buena comunicación en el salón de clases.

Cuando trabajas las emociones en clase consigues que tus alumnos estén más motivados y les ayuden positivamente en su desarrollo intelectual. La educación y el aprendizaje de los niños es una de las principales preocupaciones de los padres y también de los maestros. Es importante que los alumnos vayan adquiriendo conocimientos académicos, sin dejar de lado otros tipos de aprendizajes como es la gestión de sus sentimientos.

La educación emocional infantil enseña a los niños a controlar y a gestionar sus emociones. Es muy importante que los niños aprendan a identificar y gestionar sus emociones, tal y como explica la psicóloga educativa, Clara Aladrén Bueno, “Los niños tienen que aprender a pensar antes de actuar, a controlar su agresividad y su ira, a identificar por ejemplo cuando están tristes o contentos, y todo esto se consigue educándolos emocionalmente desde pequeños. Solamente así serán más felices y sabrán adaptarse a las diferentes situaciones por las que les irá llevando la vida”.

La inteligencia emocional para los niños se consigue a través de las vivencias y de las relaciones, de ahí que sea tan importante el papel de los padres y, también, de los maestros en su desarrollo emocional.

Los juegos son una herramienta de trabajo muy importante para los maestros. Te ayudan a que los niños aprendan y, además, permiten que identifiquen sus sentimientos. Una buena educación emocional incluye enseñar que no hay emociones buenas ni malas, o dañinas y peligrosas. Todas y cada una de las emociones son necesarias. Son innatas y naturales del ser humano, y las necesitamos porque todas cumplen su función, incluso las llamadas emociones negativas.

Las emociones más importantes que demuestran los niños son:

- Alegría
- Ira
- Tristeza
- Miedo
- Sorpresa
- Asco

La educación socioemocional en los niños favorece el autoconocimiento, en el aprendizaje de la auto regularización de las emociones, a comprender al otro de manera empática, a fortalecer la autoconfianza, a aprender a escuchar y respetar las ideas de los otros, a cultivar una actitud responsable, positiva y optimista, también favorece en el desarrollo de la capacidad de resiliencia para enfrentar las adversidades y salir de ellas fortalecidos, por último ayuda a minimizar la vulnerabilidad y prevenir el consumo de drogas, los embarazos no deseados, la deserción escolar, el estrés, la ansiedad, la depresión, la violencia, y el suicidio entre otros.

Compartimos con ustedes algunas canciones y videos relacionadas a las emociones de las niñas y los niños:

Si estas feliz. <https://youtu.be/IU8zZjBV53M>

Los sentimientos tienen nombre. <https://youtu.be/9SnJBevWeNM>

Emociones y sentimientos. <https://youtu.be/k4z6Np67qhY>

Sentimientos https://youtu.be/_l8lmPF3JYI

El monstruo de colores. <https://youtu.be/AhXjf9OHcp8>

Conclusión:

En conclusión, debemos ser conscientes de la importancia de esta educación sobre todo en el preescolar, ya que es la base para fortalecer muchas de las capacidades de los niños, especialmente su forma de ser que marcarán una pauta para cuando sean adultos.

Ser educado en cuanto a las emociones, genera el bienestar propio, así como el social, estableciéndose así un diálogo entre la propia subjetividad y lo interpersonal, favoreciendo, de este modo, a la comunidad. La preocupación por educar en lo emocional a los alumnos en etapa escolar privilegia un adecuado equilibrio emocional, y favorece el desarrollo cognitivo, por esto incrementa la posibilidad de adquirir conocimiento, aspecto que vemos repetidamente nombrado por autores que estudian las emociones desde la neurobiología como Varela y Maturana, así como educadores, por ejemplo, Alexander Neill. Finalmente aporta al bienestar de cada alumno, ya que adquiere conciencia sobre sus emociones, y hace factible el autocontrol de estas, derivando esto en una dinámica interrelacional de convivencia, evitando un clima tenso en la clase.

Fuentes de Consulta

Alejandra Peralta. (2013). Importancia de la educación socioemocional en el jardín de infantes. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Dunken.

SEP. (2004). Educación socioemocional en el preescolar. *Aprendizajes clave para la educación integral.*
<https://www.planyprogramasdestudio.sep.gob.mx/descargables/biblioteca/preescolar/V-j-EDU-SOCIOEMOCIONAL-EN-PREESCO.pdf>

Tarí, S. (2020). *importancia de la educación emocional en los niños.* Mindic, psicología y salud.
<https://www.mindicsalud.com/blog/la-importancia-de-la-educacion-emocional-en-los-ninos>