

**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS**  
**FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**



**MEMORIA LABORAL**  
**P.E.T.A.E.N.G.**

**DESARROLLO DE HABILIDADES EMOCIONALES**  
**APLICANDO EL PROYECTO EL BAÚL DE MIS**  
**EMOCIONES EN EL PRIMER AÑO DEL NIVEL INICIAL**  
**DE LA UNIDAD EDUCATIVA SANTA MARÍA**  
**MAZZARELLO DE LA PAZ**

para obtener el Título de Licenciatura

**POR: SILVIA INOCENCIA LOAYZA IBAÑEZ**

**TUTORA: Ph.D. VALENTINA ROSARIO ALARCÓN VELASCO DRA.**

LA PAZ – BOLIVIA

JUNIO - 2021

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a mis papás Víctor y Victoria, a mis hermanos Beatriz y Víctor Hugo quienes siempre creyeron en mí y me brindaron su apoyo incondicional. A mis queridos hijos, José y Ángel que tuvieron que comprender muchas situaciones para lograr mi objetivo. A Juan Carlos Bustillos, que a pesar de encontrarse tan lejos no se cansó de animarme e impulsarme para que enfrentara este reto en mi vida.

## **AGRADECIMIENTOS**

El agradecimiento de este proyecto, va dirigido a Dios por estar siempre presente en mi vida con sus bendiciones. A la Dra. Valentina Rosario Alarcón Velasco quien guio y aportó con sus conocimientos para enriquecer mi trabajo. De una manera especial agradezco a mi papá Víctor Hugo Loayza por apoyarme en todo sentido. A mi hijo Luis Ángel que pasó muchas noches a mi lado colaborándome. A la directora de la Unidad Educativa S.M. Mazzarello, Sor Victoria Paz por darme la oportunidad de trabajar en la Institución. Y cómo no agradecer a mis niños/as estudiantes que participaron y vivieron junto a mí, las experiencias del proyecto.

## **TABLA DE CONTENIDOS**

INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I. MARCO INSTITUCIONAL .....	4
1.1. Descripción de la institución .....	4
1.1.1. Visión y Misión de la Unidad Educativa .....	4
1.1.2. Filosofía de la Unidad Educativa .....	5
1.1.3. Organización de la Unidad Educativa.....	6
1.2. Identificación del problema.....	11
CAPÍTULO II. DESARROLLO LABORAL.....	16
2.1. Objetivos de la intervención laboral.....	16
2.2. Descripción de las funciones y tareas.....	16
2.3. Resultados alcanzados.....	54
2.4. Lecciones aprendidas y buenas prácticas.....	57
CAPÍTULO III. DESEMPEÑO LABORAL .....	60
3.1. Aprendizaje laboral .....	60
3.2. Logros profesionales .....	62
3.3. Límites y dificultades.....	64
CAPÍTULO IV. DESCRIPCIÓN DE LA PROYECCIÓN PROFESIONAL .....	66
4.1. Planteamiento de futuros desafíos a nivel profesional .....	66
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	71
ANEXOS	

## ÍNDICE DE CUADROS

<b>CUADRO 1</b> CONCIENCIA EMOCIONAL.....	25
<b>CUADRO 2</b> CONTROL DE EMOCIONES.....	26
<b>CUADRO 3</b> AUTONOMÍA EMOCIONAL.....	27
<b>CUADRO 4</b> RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO .....	28
<b>CUADRO 5</b> HABILIDADES SOCIALES PARA LA VIDA .....	29
<b>CUADRO 6</b> PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL .....	30
<b>CUADRO 7.</b> SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL .....	31
<b>CUADRO 8</b> TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA EMOCIONAL.....	32
<b>CUADRO 9</b> CUARTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL .....	33
<b>CUADRO 10</b> QUINTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL .....	34
<b>CUADRO 11</b> PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL.....	35
<b>CUADRO 12</b> SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL.....	36
<b>CUADRO 13</b> TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL.....	37
<b>CUADRO 14</b> CUARTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL.....	38
<b>CUADRO 15</b> PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL.....	38
<b>CUADRO 16</b> SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL.....	40

<b>CUADRO 17</b> TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL.....	40
<b>CUADRO 18</b> CUARTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL.....	41
<b>CUADRO 19</b> PRIMERA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO .....	42
<b>CUADRO 20</b> SEGUNDA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO .....	42
<b>CUADRO 21</b> TERCERA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO .....	43
<b>CUADRO 22</b> CUARTA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO .....	44
<b>CUADRO 23</b> PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA.....	44
<b>CUADRO 24</b> SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA.....	45
<b>CUADRO 25</b> TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA.....	46
<b>CUADRO 26</b> EVALUACIÓN INICIAL Y FINAL .....	47
<b>CUADRO 27</b> EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 1.....	48
<b>CUADRO 28</b> EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 2.....	49
<b>CUADRO 29</b> EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 3.....	50
<b>CUADRO 30</b> EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 4.....	51
<b>CUADRO 31</b> EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 5.....	52
<b>CUADRO 32.</b> EVALUACIÓN FINAL Y FORMATIVA.....	53

## ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1 ORGANIGRAMA DE LA INSTITUCIÓN .....	6
--	---

## RESUMEN

La presente sistematización de la experiencia en la modalidad de memoria laboral, centra su atención en el desarrollo de habilidades emocionales en los niños/as del primer año del nivel inicial, de la Unidad Educativa Santa María Mazzarello de la ciudad de La Paz, con la finalidad de implementar el proyecto “El baúl de mis emociones” siguiendo una estructura basada en conceptos psicológicos teóricos que inciden para un modelo de educación emocional, de esta manera, se pretende que los niños/as inicien el desarrollo de las siguientes habilidades: autoconocimiento emocional, control emocional, autonomía emocional, empatía, y habilidades sociales para la vida. A su vez se detallan las cinco etapas del proyecto, las actividades desarrolladas en su implementación, los materiales que se emplearon y los resultados que se obtuvieron, fruto de los procesos evaluativos en tres momentos: al inicio, en el proceso y al finalizar la intervención. Concluyendo que sí es posible implementar la educación emocional a temprana edad y los resultados se ven reflejados en aspectos positivos que tendrán trascendencia en la vida de cada uno de estos niños/as y simultáneamente en la calidad educativa de la institución. El principal aporte en la implementación del proyecto, está enfocado hacia dos sentidos, el primero a las personas que pasaron por la experiencia, descubriendo su mundo interior y aprendiendo a expresar de manera adecuada sus emociones, mejorando las relaciones con su entorno, y al mismo tiempo aportando a su crecimiento personal y trascendental. Así se estimularon las habilidades intrapersonales e interpersonales. El segundo aporte, va direccionado hacia la mejora de la calidad educativa de la institución donde se desarrolló la experiencia, permitiendo incluir indicadores de evaluación en los registros de notas oficiales emitidas por el Ministerio de Educación. Por último, se detallan los principales aprendizajes obtenidos de la intervención, enfocados hacia los logros y proyecciones profesionales del interventor.

*Palabras claves: emoción, habilidades emocionales, educación emocional autoconocimiento, autocontrol, autonomía, empatía, intrapersonal, interpersonal.*

## **ABSTRACT**

The present systematization of the experience in the modality of working memory, focuses its attention on the development of emotional skills in the children of the first year of the initial level, of the Santa María Mazzarello Educational Unit of the city of La Paz, with the purpose of executing the project "The trunk of my emotions" following a structure based on theoretical psychological concepts that influence a model of emotional education, in this way it is intended that children begin the development of the following skills: emotional self-knowledge, emotional control, emotional autonomy, empathy, and social skills for life. In turn, the five stages of the project are detailed, the activities developed in its implementation, the materials that were used and the results that were obtained, as a result of the evaluation processes in three moments: at the beginning, in the process and at the end of the intervention. Concluding that it is possible to implement emotional education at an early age and the results are reflected in positive aspects that will have transcendence in the lives of each of these children and simultaneously in the quality of education. The main contribution in the implementation of the project is focused on two senses, the first to the people who went through the experience, discovering their inner world and learning to adequately express their emotions, improving relationships with their environment, and at the same time contributing to their personal and transcendental growth. Thus, intrapersonal and interpersonal skills were stimulated. The second contribution is aimed at improving the educational quality of the institution where the experience was developed, allowing the inclusion of evaluation indicators in the records of official grades issued by the Ministry of Education. Finally, the main learnings obtained from the intervention are detailed, focused on the achievements and professional projections of the auditor.

*Keywords: emotion, emotional skills, emotional education, self-knowledge, self-control, autonomy, empathy, intrapersonal, interpersonal.*

## INTRODUCCIÓN

El objeto del presente trabajo en la modalidad de memoria laboral, es presentar la estructura y características fundamentales del proyecto de intervención psicoeducativa, “El baúl de mis emociones”, implementado y llevado a cabo en la Unidad Educativa Santa María Mazzarello de la ciudad de La Paz, destinado a los niños/as del primer curso del nivel inicial. Esta experiencia está sustentada en catorce años de trabajo con niños/as entre 3 y 5 años de edad, lo que permitió hacer un seguimiento del proceso educativo.

Dicha memoria laboral está organizada en cuatro capítulos: el primer capítulo hace mención al marco institucional donde se describe el análisis del contexto de la Unidad Educativa (U.E.) su identidad, organización, funcionamiento y filosofía.

El segundo capítulo describe etapa por etapa, todo el desarrollo laboral de la experiencia, enfatizando algunos conceptos necesarios para dar un sustento a los términos utilizados en la elaboración del Proyecto “El baúl de mis emociones”<sup>1</sup>, que surgió como una respuesta a la necesidad de implementar la educación emocional para complementar a la educación tradicional que en la actualidad, centra la mirada únicamente en las dimensiones cognitivas y motrices, dejando de lado la dimensión socio - emocional que de ser desarrollada, permitirá una educación integral en favor de los niños/as a quienes está dirigido el indicado proyecto.

La aplicación de “El baúl de mis emociones” permitió desarrollar habilidades emocionales en los niños cuya principal necesidad es la de expresarse y comunicarse de forma adecuada.

Lo que se pretende con esta intervención es lograr que la escuela sea un espacio donde se desarrollen aprendizajes emocionales y sea un lugar donde todos los actores del proceso

---

<sup>1</sup> Término extraído de la Revista Cuadernos Pedagógicos, vol. 349 que hace referencia al proyecto de educación afectiva en la etapa infantil y primaria “El baúl de las emociones”.

educativo sean partícipes y se sientan protagonistas de este gran reto del siglo XXI en cuanto a la educación se refiere.

El capítulo dos, también detalla los resultados alcanzados con la intervención del proyecto para desarrollar habilidades emocionales en niños/as del nivel inicial, lo mismo que las lecciones aprendidas, entendidas como las prácticas laborales que no tuvieron el resultado esperado y las buenas prácticas, entendidas como las prácticas laborales que han tenido un exitoso resultado en dicho trabajo.

En el tercer capítulo se describen los principales aprendizajes, impactos y efectos obtenidos de la experiencia, haciendo una explicación de las competencias que fueron fortalecidas y desarrolladas a lo largo de la aplicación y el desarrollo del proyecto. A su vez se detalla los logros profesionales obtenidos, así como los límites y las dificultades por las cuales atravesó la intervención.

Lo que se espera es que el proyecto: “El baúl de mis emociones” pueda servir como material psicoeducativo y esté a disposición de quien lo requiera y a la vez, sea una referencia útil, para maestras y maestros que valoren la importancia de incluir el desarrollo emocional, como parte integral del proceso de enseñanza aprendizaje (PEA), aportando aún más a la formación y desarrollo integral de los niños y niñas.

La aplicación del proyecto “El baúl de mis emociones” tuvo un impacto de realce en el ámbito educativo, ya que se logró insertar en la malla curricular, indicadores de evaluación referidas al área de la educación emocional, que fueron descritos en las libretas escolares oficiales emitidas por el Ministerio de Educación.

La intervención en el área de educación emocional, fue iniciada con los más pequeños de la Unidad Educativa, primer año del nivel inicial en familia comunitaria, proceso que se sugiere, pueda continuar con los demás cursos hasta el nivel secundario y de esta manera formar a futuras generaciones que tengan una visión y un comportamiento adecuado frente a las adversidades y las nuevas formas de interactuar en sociedad.

Para concluir en el cuarto capítulo, se describe la proyección profesional, tomando en cuenta los nuevos desafíos que se presentan en base a la coyuntura actual, donde las emociones juegan un papel preponderante frente a una serie de reacciones y estados psicológicos a consecuencia de periodos de cambio, incertidumbre y miedos que desencadenan efectos en la salud mental.

Los niños/as, adolescentes y jóvenes que en la actualidad se hallan en situación de aislamiento, a causa de la pandemia mundial, se encuentran en una situación de fragilidad y vulnerabilidad emocional, por lo que se hace prioritario, ahora más que nunca, continuar con la educación emocional para adquirir una serie de habilidades que les permitirán retomar lo cotidiano sin verse afectados, tomando una actitud de afrontamiento, que el campo de la psicología debe abordar.

Por último, se muestran las referencias bibliográficas de donde se extrajo el sustento teórico de este documento, por otra parte, los anexos como las evidencias gráficas de la aplicación del proyecto.

## **CAPÍTULO I MARCO INSTITUCIONAL**

### **1.1. Descripción de la institución**

La U.E. Santa María Mazzarello, es una de las obras socioeducativas de las hijas de María Auxiliadora en Bolivia, pertenece a la Familia Salesiana y profesa la religión católica, está ubicada en la zona de Villa Victoria de la ciudad de La Paz, pertenece al sistema educativo de carácter privado, fue fundada el 18 de febrero de 1956, bajo la presidencia de Doctor Víctor Paz Estensoro, siendo arzobispo de la ciudad Monseñor Abel Antezana y Rojas. En el año 2006 celebró sus Bodas de Oro recibiendo la condecoración en la “Orden Franz Tamayo” otorgado por la Prefectura del Departamento de La Paz” (Hijas de María Auxiliadora, 2016, pág. 4)

El 2011 la Comisión de Educación y Salud de la Cámara de Diputados de la Asamblea Legislativa Plurinacional de Bolivia, resolvió rendir homenaje a la Unidad Educativa, en ocasión de sus 55 años de Fundación (Bodas de Esmeralda) otorgándole el reconocimiento como Institución Meritoria del Estado Plurinacional de Bolivia, en la prestación de servicios educativos de Primera Calidad, beneficiando de esta manera a la población de la Patria.

#### **1.1.1. Visión y Misión de la Unidad Educativa**

Todas las comunidades de las Hijas de María Auxiliadora presentes en Bolivia, viven una misión compartida en el área educativa, bajo un carisma salesiano y una educación católica basada en valores, con el compromiso de ser una presencia de unidad e inclusión que transforme de una manera concreta a la sociedad. De esta manera, la identidad de la Unidad Educativa Santa María Mazzarello está definida explícitamente bajo una visión y misión específicas.

**Visión:** “Ser comunidades educativas, católicas, evangelizadoras al estilo salesiano, que brinda una formación integral de calidad, aportando a la sociedad, buenos cristianos y honrados ciudadanos, comprometidos con la transformación de su realidad”. (Ibidem, pág. 6)

**Misión:** “Somos una comunidad educativa pastoral FMA que con el Sistema Preventivo de Don Bosco y Madre Mazzarello, educa evangelizando y evangeliza educando, a través de una formación integral de calidad, en red, para una ciudadanía activa”. (Ibidem, pág. 6)

### **1.1.2. Filosofía de la Unidad Educativa**

La Unidad Educativa tiene como filosofía educar con la pedagogía del Sistema Preventivo<sup>2</sup> que pretende orientar a los niños/as, jóvenes y señoritas a optar por el bien y a dirigir su riqueza intelectual, espiritual y afectiva hacia el servicio. Por esta razón sostienen que son los niños/as y jóvenes la razón de ser y el centro de la acción educativa, abiertos a una realidad y con la posibilidad de desarrollar todas las dimensiones, especialmente aquellas que fundamentan su antropología, su inteligencia, voluntad y su libertad.

La convivencia escolar en los establecimientos educativos salesianos se fundamenta en el Sistema Preventivo, donde el ambiente educativo es un espacio en la que los niños/as y jóvenes viven en un clima donde prima una relación de familiaridad y amistad. Esta convivencia se caracteriza por la asistencia salesiana de los educadores, es decir una presencia cercana en todos los momentos que se comparten con los niños/as y jóvenes. Al mismo tiempo ofrece un acompañamiento a nivel personal y grupal.

“Tiene como principio pedagógico el sistema preventivo, basado en tres pilares fundamentales: la amabilidad, la razón y la religión, que surgen de la atención que se ofrece a los recursos más profundos y genuinos del dinamismo espiritual de cada persona: el afecto, el entendimiento y la estabilidad. Este dinamismo espiritual se va desarrollando en un proceso gradual de madurez en el que intervienen armónicamente las dimensiones

---

<sup>2</sup> El Sistema Preventivo Salesiano se resume en la fórmula razón, religión, amor, que sintetiza el sistema de Don Bosco, y se entiende como la inspiración fundamental de un proyecto educativo de promoción integral de la persona que pretende dar una respuesta total a la exigencia de evangelización del mundo juvenil. El amor pedagógico, en el método de Don Bosco, se desarrolla en tres actitudes: el amor-cordialidad, el amor-razón, y el amor-fe. El Sistema Preventivo se convierte así en un proyecto formativo y pedagógico: un conjunto de elementos que componen la totalidad de la triple faceta afectiva, racional y religiosa. 3Cf Congregación Instituto Hijas de María Auxiliadora. Sistema Preventivo en situaciones de riesgo. Editorial CCS, Roma. 2008

constitutivas de la persona. El proceso vital de cada persona tiende de por sí a la integralidad” (Inspección N. Señora de la Paz - Bolivia, 2016).

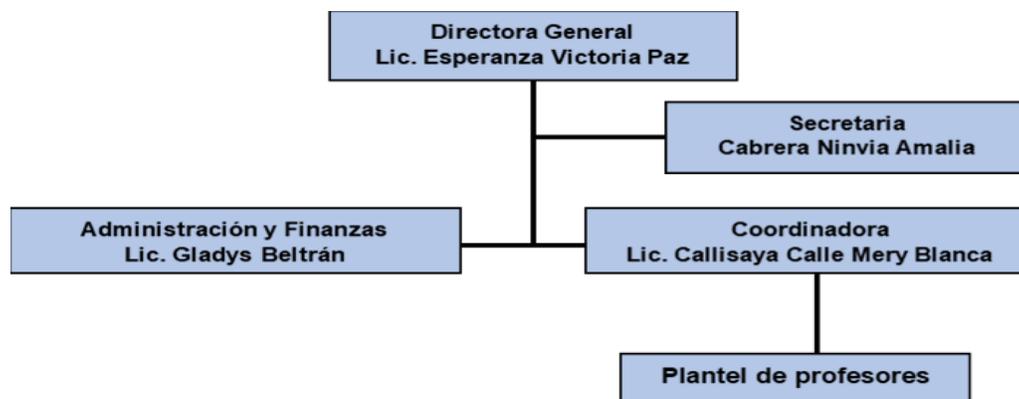
Si la Educación en nuestro país dio pasos hacia adelante, también la unidad educativa se identificó con los tiempos de cambio, lo que inicialmente nació como una obra para niñas y señoritas, el 2007 tuvo que abrir sus puertas a los niños y convertirse en una Unidad Educativa Mixta, a partir de esta fecha tanto mujeres y varones comparten la aventura de una educación salesiana en comunidad de manera equitativa.

### 1.1.3. Organización de la Unidad Educativa

Actualmente la Unidad Educativa presta servicios en el Nivel Inicial, Primario y Secundario, con Resolución Suprema N.º 6998 y Código SIE 80730146 y código SIE de Edificio Escolar 80730270 con dependencia privada, pertenece al Distrito Educativo La Paz 1 del Macro Distrito Maximiliano Paredes.

El Plantel Docente, Administrativo y de Servicios está conformado por 35 Laicos comprometidos con la Institución Educativa en la práctica del Sistema Preventivo como Espiritualidad y método educativo y el conocimiento del MESCP (Modelo Educativo Socio Comunitario Productivo) a partir de la Ley 070 Avelino Siñani y Elizardo Pérez, haciendo de la Educación un aporte a la Sociedad.

**FIGURA 1 ORGANIGRAMA DE LA INSTITUCIÓN**



Fuente: elaboración propia

## **Dirección**

- Planificar, organizar, dirigir, supervisar y evaluar los procesos pedagógicos.
- Planificar, organizar, supervisar y evaluar las actividades administrativas de la Unidad Educativa.
- Organizar el Proceso de inscripción del alumnado.
- Registrar y sistematizar las estadísticas de los alumnos, personal, docente, administrativo y de servicio de la infraestructura y remitirlas a las Autoridades correspondientes.
- Supervisar y evaluar el desempeño del personal a su cargo.
- Velar para que la finalidad de la Educación: educar evangelizando y evangelizar educando, sea efectiva.
- Supervisar el parte mensual de asistencia del personal docente, administrativo, servicio.

## **Secretaria**

- Controlar la asistencia del personal docente, administrativo y de servicio por lo tanto debe presentarse a su trabajo 15 min antes del ingreso a clases
- Demostrar responsabilidad en el manejo de la documentación con el orden y pulcritud es responsable ante la Dirección
- Elaborar las actas del consejo de profesores, ordenes de servicio y circulares, llenado de cuadro de promoción y otros.
- Llenar los cuadros, centralizadores, libretas, sin raspaduras o sobre – escritos, evitando dudas.
- Elaborar y actualizar el inventario general de la Unidad Educativa.
- Administración y finanzas:
- Verificar la correcta programación del presupuesto.
- Mantener actualizada la normatividad aplicable en el ejercicio de los presupuestos autorizados.

- Analizar los registros contables y presupuestales de ingresos y egresos de los fondos específicos.
- Elaborar los estados financieros en base a los registros contables para la toma de decisiones.
- Verificar el registro oportuno de todas las operaciones y movimientos de impacto financiero.

### **Coordinación**

- Verificar la correcta programación del presupuesto.
- Mantener actualizada la normatividad aplicable en el ejercicio de los presupuestos autorizados.
- Analizar los registros contables y presupuestales de ingresos y egresos de los fondos específicos.
- Elaborar los estados financieros en base a los registros contables para la toma de decisiones.
- Verificar el registro oportuno de todas las operaciones y movimientos de impacto financiero.

### **Plantel de profesores**

- Los profesores son los responsables de desarrollar los procesos de enseñanza aprendizaje para promover la educación integral de los alumnos.
- Planificar, desarrollar y evaluar las actividades curriculares de los alumnos, en coordinación con el consejo de profesores del mismo ciclo
- Registrar la asistencia de los alumnos a su cargo, informando periódicamente a la dirección.
- Asumir la responsabilidad de actividades planificadas por la Comunidad Educativa como las horas cívicas, los buenos días.
- Participar en los actos de la Comunidad Educativa y asistir a las reuniones, cursillos, conferencias, etc.

**Nivel Inicial en Familia Comunitaria.** “Este nivel centra su atención a niños y niñas entre 4 y 5 años de edad, esta es una etapa de continuación a los procesos educativos iniciados en el núcleo familiar. Este nivel incorpora aprendizajes integrales, que ayudan a desarrollar habilidades y destrezas en lo físico, afectivo y social según la madurez en el desarrollo de cada niño y prepararlo para el nivel primario. El ciclo inicial cuenta con dos años de formación: Primer Año del Nivel Inicial en Familia Comunitaria (3 – 4 años de edad) y Segundo año del Nivel Inicial en Familia Comunitaria (4 y 5 años de edad)” (Viceministerio de Educación Regular Nivel Inicial, 2014, pág. 12)

La asistencia al nivel inicial, es obligatoria, pero para muchos este nivel no es importante, ya que lo conciben como un espacio donde “solo se va a jugar” y que la asistencia de los niños/as no tiene relevancia, es un lugar donde no se adquiere un conocimiento significativo, concepción que está muy alejada de lo que en realidad significa, ya que la importancia de llevar a cabo una serie de estimulaciones en todas las áreas es crucial en esta etapa de la vida de los niños. Por otro lado, hay quienes tienen una referencia de lo significativo que es este nivel y aceptan con agrado todas y cada una de las actividades propuestas, esto marca la diferencia en la receptividad y el desarrollo del trabajo propuesto para una educación en emociones que inicie el desarrollo de habilidades emocionales a temprana edad.

**Nivel Primario Comunitario Vocacional.** “Este nivel ofrece seis años de educación básica obligatoria, está dirigida a niños de entre 6 a 11 años, se pone énfasis en la orientación vocacional, pensamiento lógico matemático, la lectura y escritura. Esta contribuye a descubrir las inclinaciones productivas de las y los niños en relación a los procesos y sus potencialidades”. (Viceministerio de Educación Regular Primaria, 2014, pág. 11)

El Nivel Primario al igual que el Nivel Inicial, es un lugar donde los niños/as adquieren conocimientos básicos para comprender el mundo en que viven y desarrollar habilidades tanto para el aspecto cognitivo, como para la convivencia en grupo. Por lo tanto, es de suma importancia también en este nivel primario, incorporar los aportes de la educación

emocional y social a las prácticas docentes y a la realidad escolar, con el propósito de contribuir a la formación integral del niño/a para que estos continúen desarrollando habilidades emocionales que les permitan afianzar aquellas que se aprendieron en el nivel anterior y sean fortalecidas y puestas en práctica tanto en la escuela como en sus familias.

**Nivel Secundario Comunitario Productivo.** “Este nivel cuenta con seis niveles de educación, en el cual asisten adolescentes y jóvenes entre 12 a 17 años, articula la educación humanística técnica-tecnológica con la producción, que valora y desarrolla los saberes y conocimientos de las diversas culturas en diálogo intercultural con el conocimiento universal, incorporando la formación histórica, cívica y comunitaria. Fortalece la formación recibida en los niveles ya cursados por el estudiante, haciendo énfasis en una educación integral en los distintos campos de saberes”. (Viceministerio de Educación Regular Secundaria, 2014, pág. 14)

En este nivel, elevar el grado de las competencias emocionales en el joven, sería lo ideal para lograr un desarrollo evolutivo saludable en todos los aspectos de su personalidad, el desarrollo y entrenamiento de habilidades emocionales, les capacitaría para afrontar sus sentimientos de ambigüedad propias de la edad. Al mismo tiempo serviría para prevenir conductas como el consumo de alcohol y drogas, promiscuidad sexual, trastornos alimenticios y simultáneamente capacitarlos para afrontar con seguridad y eficacia los retos de la vida; en el ámbito personal, académico y profesional.

**Bachillerato Técnico Humanístico.** La U.E. Santa María Mazzarello, ofrece un bachillerato Técnico Humanístico (BTH) que se aplica a los tres últimos grados de secundaria. Abriendo la posibilidad de que el estudiante pueda obtener el Diploma de Bachiller Humanístico y a su vez, el Título de Técnico Medio en Contabilidad, que certifica que el estudiante, está preparado para asumir un desafío laboral y la continuidad académica en esta área.

Se optó por el área de Contabilidad, tras haber realizado un estudio socioeconómico y un diagnóstico de las potencialidades productivas de las familias de la institución cuyas características giran en el área del comercio informal.

La educación emocional en el nivel superior cobra valor en la formación de los estudiantes para que alcancen un éxito personal y posteriormente también profesional, así como para su desarrollo de sus expectativas en el ámbito laboral, las habilidades intrapersonales serían de mucha utilidad para realizar de manera exitosa el trabajo en equipo,

Efectuando un análisis relacionado con el nivel socio económico de las familias de la U.E., en su mayoría se dedican al comercio informal, el otro grupo posee un grado de estudio profesional, por lo tanto, es un grupo heterogéneo, lo que puede incidir en la diferencia de hábitos y comportamientos que manifiestan los niños/as, tanto a nivel de conducta, como en la manifestación de emociones.

Por otra parte, y como se citó anteriormente, al ser el sistema preventivo el método educativo que se implementa en las aulas salesianas, se lo considera como un buen método para la educación en valores y sobre todo en emociones. Prevenir significa, tomar precauciones o medidas por adelantado, para evitar algún daño, riesgo o peligro, por lo tanto, la educación emocional es prioritaria para formar niño/as con habilidades de autocontrol y adecuadas relaciones sociales. La sociedad actual en la que nos desenvolvemos, necesita de tolerancia y aceptación siendo el mejor camino para la convivencia armónica, Por lo tanto, la aplicación del proyecto “El baúl de las emociones” contribuye de manera positiva a los objetivos de la institución, no solamente evitando situaciones de riesgo, sino también estimulando los procesos de maduración emocional para generar personas resilientes.

## **1.2. Identificación del problema**

Haciendo un acercamiento al terreno de las emociones, es necesario mencionar el significado del término “emoción”.

Según la Real Academia Española (2012) define el término emoción como: “Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”.

Analizando el término de emoción, Goleman (1995) afirma que “se entiende por emoción al conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responden a ciertos estímulos externos que le permiten adaptarse a una situación con respecto a una persona, objeto o lugar” (p.107).

Goleman (1995), apunta que las personas que han desarrollado debidamente las habilidades emocionales, suelen tener un mayor sentimiento de satisfacción, son más eficaces y están más capacitadas de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Por ello, es muy importante trabajar las emociones desde la infancia, ya que estas “están presentes en nuestras vidas desde que nacemos y juegan un papel relevante en la construcción de nuestra personalidad e interacción social” (López, 2005, p.154).

Si las emociones están presentes desde el nacimiento y juegan un papel importante en la construcción de la personalidad y la interacción social, es acá donde cobra importancia la educación emocional desde los primeros años de vida y sobre todo en las primeras relaciones de grupo con sus iguales, respaldando la importancia de desarrollar el proyecto planteado en este documento.

Es así que durante la experiencia del trabajo con niños/as entre 3 y 4 años de edad, se identificó que de un total de 36 niños, de los cuales 22 eran mujeres y 14 varones, se trabajó con ambos géneros en su totalidad y se observó que éstos no identifican de forma correcta a las emociones y mucho menos las regulan, este problema causa conductas no deseadas en el aula, como la agresividad, algunos niños contestan de manera inadecuada, otros demuestran desmotivación y poco interés ante cualquier estímulo, no logran integrarse al grupo ni consiguen amistades, en casos extremos son rechazados por sus compañeros y en su mayoría no respetan reglas ni normas.

De esta manera la falta de una educación de las emociones se verá reflejada en la conducta, en la adaptación y en las relaciones de grupo. Para que se haga efectiva la educación integral, es menester incluir la educación emocional en el proceso de la educación formal, ya que no solamente se debe hacer hincapié a la dimensión cognitiva y mucho más desde

el nivel inicial, donde hay una predisposición de los niños para aprender y conocer el mundo y porque no decirlo dejar una huella imborrable para toda su vida. Todas las personas tenemos la necesidad de saber expresar adecuadamente nuestras emociones, coadyuvando así a la salud en general y en particular a la estabilidad psicológica.

Si no se tiene conocimiento y control de las emociones es muy difícil desarrollar la convivencia grupal, de forma saludable, con participación asertiva y cooperación siendo muy probable que se obstaculicen los éxitos a lograr.

Esta problemática llevó a diseñar un proyecto psicoeducativo con la finalidad de desarrollar habilidades emocionales, que sea aplicable a niños entre 3 y 4 años de edad y que sea participativo, es decir, que involucre tanto a los niños como a los padres de familia ya que su participación es sumamente importante para realizar un trabajo efectivo.

Cuando se hace referencia a la familia, se considera que todos los seres humanos para aprender necesitan de un referente, que en ocasiones pueden ser positivos y en otros negativos, es así que, en la primera etapa de la infancia, los referentes son los progenitores, quienes deberían ayudar a superar conflictos que surgen en el entorno como los emocionales. Por eso se puede sostener, que la familia es la primera escuela no formal, que sería el pilar fundamental que sienta los cimientos para un desarrollo integral de una persona.

De esta manera, la implementación del proyecto, servirá tanto a los niños/as y también a las familias, que en ocasiones tienen la falencia de no haber trabajado estos aspectos desde el momento del nacimiento.

Lo que se pretende con la implementación del proyecto es lograr que aquellos niños/as desarrollen habilidades socioemocionales, demostrando que pueden relacionarse de una manera saludable con el resto, jueguen con todos, realicen actividades conjuntamente con los demás, sean empáticos, logren trabajar su propia automotivación y aceptación, todo esto con una implicancia en las relaciones familiares. En lo posterior esperamos que sean adolescentes y jóvenes que sabrán diferenciar lo bueno de lo malo, sabrán decir, no,

cuando deban decir no, serán asertivos y empáticos, en lo posterior sabrán manejar situaciones de riesgo, para evitar por ejemplo el acoso, el bullying, entre otros, será poco probable que entren en alguna adicción, porque sabrán resistir y manejar de forma adecuada y con seguridad situaciones de presión.

Por otra parte, cabe mencionar que privilegiar solamente la dimensión cognitiva, ocasiona un vacío precisamente en el área emocional de los niños/as como el de los adolescentes y posteriormente el de los jóvenes.

En este sentido, el incluir y abordar la dimensión emocional en la educación se convierte en un reto de mucho compromiso y pasión por parte de los educadores. Este nuevo modo de enseñar, dará respuestas a las demandas de la educación en el siglo XXI que, por cierto, se han modificado, no es posible hablar de una educación integral sin considerar la educación emocional, mucho más en la actualidad, donde se atraviesan tiempos difíciles, debido a la pandemia global.

La educación debe estructurarse en torno a cuatro aprendizajes fundamentales, que en el transcurso de la vida se convertirán en los cuatro pilares fundamentales del conocimiento: “Aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser” (Delors, 1996, p.85). Es decir que todo lo que se aprende teóricamente debe ponerse en práctica conscientemente y es en este punto, donde se centra lo más importante, descubrirse a uno mismo, conocerse para conocer a los demás, auto aceptarse y tener buen concepto de sí mismo para convivir de una manera armónica, respetando los derechos de los otros.

Tras haber definido la importancia de la educación emocional en los niños/as, surge el concepto de Inteligencia Emocional, entendida por (Goleman, 1995) como un “conjunto de habilidades tanto personales como sociales, en las que juegan un papel importante tanto las emociones como el conocimiento y el control de las mismas” (p.115)

En base a este sustento teórico se puede decir entonces que las emociones son reacciones subjetivas al ambiente que todos experimentamos, están acompañadas de cambios

orgánicos de origen innato, influidos por las experiencias, están presentes desde el momento del nacimiento, sin embargo, cada individuo experimenta una emoción de forma particular, dependiendo de sus experiencias anteriores, su carácter y la situación concreta. Sin embargo, de lo que se trata es saber gestionar estas emociones, se podría decir que pueden ser sometidas a un entrenamiento que consiste en reconocer las emociones y saber responder frente a ellas de manera adecuada. De esta manera se crea la capacidad de controlar las emociones ante las diferentes situaciones del contexto. De este modo se hace primordial la educación emocional a temprana edad.

Teniendo este sustento analítico, teórico, se afirma la importancia de plantear, aplicar y desarrollar el proyecto expuesto en el presente documento, en relación a la educación emocional, desde temprana edad para coadyuvar en la formación de niños y niñas que resuelvan mejor sus conflictos, se sientan mejor consigo mismos, sean felices y estén preparados a enfrentar situaciones de riesgo para lograr mayores éxitos

## **CAPÍTULO II DESARROLLO LABORAL**

### **2.1. Objetivos de la intervención laboral**

Los objetivos propuestos a desarrollar:

#### **Objetivo general.**

Diseñar y aplicar el proyecto psicoeducativo “El baúl de mis emociones”, para desarrollar la educación emocional en niños y niñas del primer año del nivel inicial de la Unidad Educativa Santa María Mazzarello.

#### **Objetivos específicos.**

- Observar las conductas de los niños y niñas, para detectar las deficiencias que se deben cambiar y fortalecer en la dimensión emocional.
- Tomar en cuenta los aspectos teóricos y los términos utilizados en el proyecto para tener un referente metodológico.
- Definir y aplicar las etapas del proyecto para desarrollarlas en la educación emocional.
- Elaborar el programa de actividades que se desarrollaran a lo largo del proyecto, para realizar un trabajo secuencial.
- Iniciar un desarrollo de habilidades socio emocionales aplicando diferentes técnicas y actividades.
- Realizar informes individuales referentes a la evolución del desarrollo de habilidades emocionales.

### **2.2. Descripción de las funciones y tareas**

Durante el trabajo desarrollado en el aula, entre las principales funciones estuvieron, el diseñar y ejecutar el proyecto “El baúl de mis Emociones” que dieron paso a una serie de tareas las cuales fueron: esquematizar el proyecto sustentando teóricamente los términos utilizados en el tema de educación emocional, delimitar el contenido del tema para que sea acorde a la edad del grupo etario, de los niños/as con quienes se trabajó en base al proyecto, de este modo se consideraron únicamente las emociones primarias: alegría,

tristeza, miedo, enojo, sorpresa y asco para que de este modo se logre incorporar un vocabulario emocional desde los primeros años de vida del niño/a.

La alegría según Palou (2004) “se produce como reacción de nuestro organismo ante un acontecimiento interno o externo que la provoca y comporta un bienestar físico o psicológico. La sonrisa o la risa es la manifestación externa más evidente de la alegría, aunque también puede ser expresada mediante el grito o el llanto” (p.158).

Las expresiones faciales denotan la expresión de las emociones, en el rostro existen 42 músculos que intervienen en estas manifestaciones, hay diferentes tipos de sonrisas, que expresan diferentes grados de alegría. La alegría se trata de una emoción agradable que se produce como respuesta a un suceso que percibimos como positivo, es un estado de ánimo confortable, fresco, que genera bienestar y se manifiesta de forma externa, quien lo experimenta, lo manifiesta en su apariencia, en sus actos, decisiones y en su lenguaje. Atenúa el stress, bajando los niveles de cortisol y adrenalina. Esta emoción como el resto de las emociones, se puede entrenar mediante el autoconocimiento, la empatía, la habilidad de resolución de problemas

Según Marina, J. y López, M. (1999) la tristeza es una emoción que se produce en respuesta a sucesos que son considerados como no placenteros. Los desencadenantes de la tristeza son la separación física o psicológica, la pérdida o el fracaso, la decepción, una desgracia (p.165).

La tristeza es manifestada a causa de una pena y soledad, sin embargo, permite superar pérdidas, desilusiones o fracasos a lo largo de la vida, motiva a una nueva reintegración personal. La tristeza aísla a la persona, para iniciar el proceso de gestión de emoción y reorganización de las conductas para adaptarse a una nueva realidad. Permite establecer distancia con las situaciones dolorosas para impulsar la interiorización y cicatrización del dolor generado por ellas. Así mismo, el sentir tristeza, ayuda a empatizar con la tristeza de los otros. A nivel físico encontramos llanto, retardo psicomotor, rostro abatido, falta de apetito y de sueño. La tristeza es una emoción útil, aunque dolorosa, puesto que es el punto de arranque del proceso de aceptación de una nueva realidad.

El miedo es una emoción primaria, que se activa cuando el individuo detecta una amenaza, peligro o dolor. “El miedo es un sentimiento provocado por una amenaza real o imaginaria. Es una de las emociones más intensas y desagradables, que provoca en el niño nerviosismo, malestar, preocupación”. (Gómez, 2004, p. 127). Esta amenaza produce la huida, porque puede ser una amenaza para la integridad física o la seguridad, por lo tanto, el miedo ayuda a alejarse de un suceso que no se puede afrontar. La función principal del miedo es asegurar la supervivencia.

Enojo o ira se manifiesta con el enfado, la irritabilidad o la indignación. Puede variar en intensidad. Cuando la persona demuestra enojo, se puede notar una respuesta corporal, en la que el cuerpo se activa para la defensa o el ataque. Como dice Gómez (2004) “esta emoción produce agresividad y violencia. La consecuencia de la ira es la ofensa, el insulto, la riña y la agresión” (p.129). Se puede llegar a actuar de manera impulsiva, llegando a emitir conductas agresivas, sin embargo, no se debe confundir la ira con la agresividad, ya que ésta es solo una forma de manifestarla, experimentar y expresar la ira a través de la agresividad depende de las conductas que se hayan aprendido a lo largo de la vida de cada ser humano.

El asco es una emoción primaria, que se genera cuando algo no le gusta a la persona, es decir cuando existe un estímulo que es repulsivo, entonces es una impresión desagradable, esta aversión, protege a las personas de peligros potenciales. Las cosas más comunes que suelen causar esta emoción son: los alimentos en mal estado, o que no son agradables, una falta de higiene, fluidos corporales de otras personas o animales. Es una emoción que está orientada a la supervivencia. La emoción del asco produce cambios en el rostro y en las expresiones faciales.

La sorpresa es otra emoción primaria que nos reorienta a la búsqueda de soluciones creativas en situaciones nuevas. Es una reacción emocional espontánea, provocada por algún acontecimiento imprevisto, extraño o nuevo. Es la emoción más breve, pues desaparece rápidamente, a veces solamente dura unos segundos para convertirse rápidamente en otra emoción, relacionada con la situación que la ha desencadenado. Tiene

la función de preparar al ser humano, para acontecimientos inesperados. Cuando una persona siente sorpresa, suele abrir mucho la boca y los ojos y todos los músculos de la cara se tensionan.

Una vez definidas las emociones primarias y tomando en cuenta los sustentos teóricos, la siguiente tarea fue la de planificar la intervención proponiendo desarrollar las cinco etapas propuestas por diversos autores que se ocuparon de sentar las bases para la educación emocional.

Los objetivos de la educación emocional según Ribes, Bisquerra, Agulló, Fidella y Soldevila (2005, p.165) son: “adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones, identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones, prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas, desarrollar la habilidad para generar emociones positivas, desarrollar la habilidad de automotivarse y adoptar una actitud positiva ante la vida”

Los modelos de Salovey & Mayer (1990), y también en el modelo de Goleman (1995), donde “se prioriza el conocimiento de las emociones, propias y de otros, con el fin de poder regular los efectos, de manera que pueda fluir una mejor calidad de vida”.

De esta manera el proyecto intervino en el desarrollo de las cinco etapas de modo secuencial:

**1º Conciencia emocional**, para trabajar el conocimiento de las emociones y el reconocimiento de sus propias emociones.

En cuanto a la conciencia emocional, Bisquerra, R. (2001) la define “como la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado. Esta competencia pasa por reconocer, identificar y concientizar los propios sentimientos y emociones para poder darle el nombre que le corresponden, en lugar de sentirse “bien” o “mal” (p.69).

Por lo tanto, crear una conciencia emocional en los niños/as consiste en ayudarles a poner un nombre a lo que sienten ya que ellos al igual que los adultos, se enojan, se frustran, sienten profundas alegrías, amor por sus padres y amigos, se sienten celosos cuando un hermano llega a su vida, pero aún no identifican con exactitud a la emoción que sienten y mucho menos que hacer con ella. Si bien los niños se encuentran en pleno desarrollo del pensamiento y del lenguaje, atraviesan por el egocentrismo y creen que el mundo les pertenece, están en una etapa en la que su cuerpo habla y expresa lo que siente a través de diversas actitudes: lloran cuando no consiguen lo que quieren o se tiran al piso cuando quieren conseguir algo, o golpean a quien le quito un juguete. Es acá donde cobra importancia el desarrollo de la conciencia emocional, que se convierte en una competencia compleja que le permitirá al niño/a diferenciar experiencias emocionales, también relacionarlas con los cambios corporales, expresar verbalmente cómo se sienten, comprender que se pueden sentir varias emociones al mismo tiempo, representar cognitivamente lo que sienten y distinguir las diferencias que hay entre las emociones. Es importante explicarles que es lo que están sintiendo y hacer que pongan un nombre a esa emoción, sobre todo hacerlos sentir que pueden vivir sus emociones acompañadas, para ser guiados. Es importante que el niño sepa que no hay emociones ni buenas ni malas, simplemente son emociones y que todas son muy importantes en su vida.

**2º Control emocional,** proporcionando técnicas sencillas para la regulación de emociones.

En segundo lugar, Bisquerra, R. (2001) plantea la Regulación Emocional, “como segunda competencia y la define como la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Si la primera competencia explica cómo tomar conciencia de la existencia de la emoción, esta segunda refiere la concientización entre la emoción, la cognición y el comportamiento” (p. 72)

En ocasiones y en nuestro medio, se resta importancia a la expresión de las emociones de los niños/as, es común creer que los acontecimientos del día a día, no les afectan, sin embargo es precisamente en esta etapa de sus vidas cuando más atención necesitan en el

cuidado y gestión de sus emociones, siendo una etapa un poco compleja, ya que la manera de manifestar las emociones está constituida por muchos elementos, por lo general los niños imitan a sus padres o a las personas con las que pasan la mayor parte de su tiempo, si por ejemplo el adulto golpea cosas cuando está en un momento de ira, ellos aprenden del modelo. Esta segunda etapa de la educación emocional, proporcionará técnicas sencillas, acordes a su edad para regular las manifestaciones de sus emociones.

**3º Autonomía emocional y autoestima,** para fortalecer la seguridad en sí mismos.

La tercera competencia que describe Bisquerra, R. (2001) es la Autonomía Emocional, a la cual se refiere “como un conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional” (p. 74)

Cuando se habla de autonomía no sólo se hace referencia al hecho de adquirir o realizar de forma adecuada ciertos hábitos, sino también supone adquirir responsabilidades, poseer autonomía emocional y de comportamiento. No se debe olvidar que la incorporación del niño/ña en la escuela es una etapa donde se producen interacciones entre iguales y preparar, entrenar en habilidades sociales a estos niños/as, les dará mecanismos para poder afrontar situaciones de conflicto de manera más autónoma e independiente. Ser autónomos a nivel emocional permite sentir, pensar y tomar decisiones por uno mismo, si bien los niños/as a la edad de preescolar aún no alcanzaran este objetivo es importante iniciar el proceso para ayudarlos a pasar a las siguientes etapas, trabajando de esta manera en la seguridad y la autoestima. El proyecto, proporcionará de técnicas que enseñen a los niños/as a buscar soluciones por sí mismos y también proporcionarle otras alternativas, para que escoja cual es la más conveniente. Al mismo tiempo fomentar en el niño/a una imagen positiva de sí mismo, para que se valore y respete.

#### **4º Reconocimiento de emociones en el otro**, para reflexionar y trabajar la empatía

La cuarta competencia se tiene a la competencia social, que, según Bisquerra, R. (2001) “se refiere a la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas, Esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro - sociales, asertividad, empatía entre otros” (p.75)

El ser humano al ser un ser social, debe desarrollar la habilidad del reconocimiento de emociones en el otro, para no centrar su mirada únicamente hacia sí mismo de tal manera que el niño/a debe aprender a prestar atención a lo que sucede a su alrededor y así fomentar los procesos de comunicación no verbal, enseñarles a mirar a los ojos cuando les hablan, escuchar atentamente al otro, responder con una sonrisa o una caricia si es necesario. La empatía solo se conseguirá desde la interacción con los adultos y con sus iguales. De esta manera empezará a comprender que los demás tienen sus propias emociones y que pueden ser diferentes a las suyas.

**5º Habilidades sociales para la vida** donde se simulan y efectivizan situaciones concretas para interactuar.

La quinta competencia que presenta Bisquerra, R. (2001) se refiere a las competencias para la vida y el bienestar. El citado autor la define de la siguiente manera: “capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc. Las competencias para la vida permiten organizar nuestra vida de forma sana y equilibrada, facilitándonos experiencias de satisfacción o bienestar” (p.78).

La integración del niño a la escuela, implica un desprendimiento del mundo familiar que conocen y al mismo tiempo la interrelación con personas desconocidas y ajenas a su mundo familiar. Esto demanda nuevas habilidades sociales que harán que el niño/a aprenda a sentirse parte de un grupo nuevo, donde tendrá la posibilidad de interactuar en diversas situaciones, de inicio las actividades lúdicas, pasan de ser solitarias a juegos en grupo, el niño/a al jugar con sus iguales está aprendiendo a vivir en sociedad. El proyecto

el baúl de mis emociones provee de estrategias para lograr una adecuada comunicación, aprendiendo a respetar turnos, normas y límites, los motiva al trabajo en equipo donde comprenden que los otros niños/as pueden pensar de otra manera y que uniendo opiniones se pueden conseguir grandes objetivos.

En las tres primeras etapas se desarrolla la inteligencia intrapersonal y en las dos últimas la inteligencia interpersonal.

La inteligencia intrapersonal entendida como el conocimiento de sí mismo, de sus sentimientos, de sus emociones, estados de ánimo y motivaciones personales, que les permitirán explorar las situaciones cotidianas, conscientes de lo que les gusta y de lo que no les agrada, además les permitirá conocer mejor sus capacidades y limitaciones.

La inteligencia interpersonal para comprender las emociones de los demás, con actitud de escucha, asumir de buena manera los roles de un grupo, con un buen sentido del humor, capacidad de dirigir y organizar, proponiendo buenas soluciones con un trabajo cooperativo en un ambiente de amistad.

Para ello se desarrollaron las actividades del proyecto de manera creativa y didáctica considerando los relatos de cuentos reflexivos, la elaboración de manualidades, la realización de dinámicas grupales, actividades lúdicas y musicales.

El niño/a de preescolar se caracteriza por el egocentrismo y como una consecuencia de éste podemos hablar del animismo. Así lo define Piaget (1978) “es la tendencia de considerar a los cuerpos como vivos e intencionados” (p.114). Es decir que para los niños/as a la hora de hablar o de jugar, las cosas y los seres se transforman en personajes vivos que pueden sentir al igual que las personas. De este modo el animismo de los niños/as servirá para ir conociendo afectivamente el mundo que les rodea y sobre todo ir adquiriendo conocimientos y habilidades emocionales. Los personajes de los cuentos cobran vida y llegan a lo más profundo del sentir de los niños/as. Las manualidades que se realizaron en las diversas actividades hacen que el niño/a pueda tocar y palpar de manera concreta y de este modo asimilar de mejor manera la intensidad de las mismas.

Se tomó en cuenta a la música porque se considera que desde siempre ha estado ligada a las emociones. Las emociones están encargadas de convertir los sonidos que percibimos en algo comprensible, lo mismo que la música puede alterar los estados emocionales de una persona. Con la música se pueden evocar sensaciones y así la persona que escucha la melodía puede diferenciar con facilidad a la emoción a la que se está haciendo referencia.

El proyecto “el baúl de mis emociones” considera veinte actividades distribuidas en función de las cinco etapas antes mencionadas.

La primera etapa consta de cinco actividades, que sirven para recopilar los conocimientos previos de cada uno de los niños/as, al mismo tiempo se les presentó a un personaje animado, (el monstruo de colores) que sirvió de motivación, estimulando la conducta interpersonal, el aprendizaje y el desarrollo social. Las actividades lúdicas en familia sirvieron para introducir el tema de emociones que permitieron comunicarnos con un mismo lenguaje emocional tanto en la familia como en la escuela.

La segunda etapa consta de cuatro actividades, que mediante los personajes de la película intensamente y la tortuguita, aprendieron estrategias de autorregulación, para afrontar situaciones de enfado e ira.

En la tercera etapa se presenta cuatro actividades para potenciar la autoestima de los niños/as, se trabaja el baúl de las emociones, que bien puede ser una caja en la que se guardan objetos, que, según las instrucciones, deberían ser objetos que causen alguna de las emociones, sin embargo, con esta actividad se pretende, que el baúl de cada niño cobre significado en sus vidas, en su memoria y en sus recuerdos, y que lo aprendido deje huella y sea de utilidad para su vida posterior.

La cuarta etapa consta de cuatro actividades, que consiguieron trabajar la empatía y la importancia de saber escuchar, para poder comprender a los demás. El personaje del patito feo y la ovejita lograrán que los niños/as reflexionen sobre el buen trato a los demás.

La última etapa con tres actividades permitió desarrollar las habilidades de relación social, a trabajar en equipo, a pensar en positivo y dar respuestas asertivas. El cuento a que sabe

la luna enseña a los niños a tratar de buscar recursos frente a diversas situaciones al igual que invita a reflexionar sobre el valor de la amistad sin importar las diferencias.

Las veinte actividades son consecutivas, por lo tanto, el proceso es gradual, primero se conoce, luego se controla generando autonomía, solo de este modo se puede reconocer la emoción del otro, para poder convivir de manera armónica. Cabe notar que, a pesar de ser un proceso gradual, no quiere decir que cada etapa este totalmente lograda, ya que el tema de las emociones es una constante, se la va adquiriendo con retroalimentación, practica y sobre todo madurez a lo largo de toda la vida.

En el cuadro 1 se mencionan, las cinco actividades, la descripción y el objetivo de las mismas de manera general correspondientes a la primera etapa del proyecto.

#### CUADRO 1. CONCIENCIA EMOCIONAL

Etapa 1	Nombre de la Actividad	Descripción	Objetivo
Conciencia Emocional	1. “El monstruo de colores va al cole”	Lo que se pretende es	Recopilar los conocimientos previos de los y las niñas sobre las emociones
	2. ¿Qué cara tienen las emociones”	conocer los saberes previos	Conocer e identificar cada una de las emociones primarias en situaciones cotidianas.
	3. “El monstruo de colores y sus emociones”	respecto al tema, ampliar conocimientos	Reconocer el lenguaje verbal y no verbal de las emociones.
	4. “Los globos de colores”	utilizando un lenguaje adecuado.	
	5. “El dado de las emociones	Enseñar a poner nombre a las emociones	

Fuente: elaboración propia

La primera actividad está dirigida al período de adaptación de los niños/as a la escuela, con la finalidad de integrarlos al grupo y puedan descubrir un ambiente en el que se sientan seguros aun separados de sus padres y fuera de su entorno familiar. Solo, si un niño se siente bien en un lugar, entonces podrá desarrollar otro tipo de aprendizajes, por lo tanto, es primordial trabajar en la etapa de adaptación para posteriormente iniciar nuevos aprendizajes.

En el cuadro 2 se mencionan, las cuatro actividades, la descripción y objetivo de las mismas de manera general, correspondientes a la segunda etapa del proyecto.

### **CUADRO 2. CONTROL DE EMOCIONES**

<b>Etapa 2</b>	<b>Nombre de la Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Objetivo</b>
Control de Emociones	1. La tortuga y la técnica de la autorregulación. 2. ¡A mover el esqueleto! 3. “Así es la vida” 4. Intensamente de PIXAR.	Haciendo uso de distintas herramientas, se ofrecerá diferentes estrategias que ayudaran a expresar con libertad las emociones y a regularlas Enseñar a regular emociones.	Expresar las emociones de forma adecuada. Aprender estrategias que le permitirán autorregularse Adquirir recursos para afrontar situaciones de conflicto y aprender a tolerar la frustración.

Fuente: elaboración propia

En el cuadro 2 se mencionan, las cuatro actividades, la descripción y objetivo de las mismas de manera general, correspondientes a la tercera etapa del proyecto. Estas cuatro actividades, sobre todo la primera y la tercera, requieren de entrenamiento, para que, una vez aprendidas, puedan ponerlas en práctica.

Las actividades del cuadro tres, permitirán al niño/a, sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismos, haciéndose cargo de lo que sienten, aceptando que cada emoción es algo propio y de cada uno. Esto ayuda a calmar la emoción de una forma más adecuada.

### CUADRO 3. AUTONOMÍA EMOCIONAL

<b>Etapa 3</b>	<b>Nombre de la Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Objetivo</b>
Autonomía Emocional	1. “Mi baúl de emociones”	Se pretende que los niños adquieran una buena autoestima que les ayude a afrontar distintas situaciones emocionales y a la vez reconocer y valorar lo que sienten.	Potenciar la autoestima de los niños y niñas de preescolar
	2. “Te regalo una sonrisa”	les ayude a afrontar distintas situaciones emocionales y a la vez reconocer y valorar lo que sienten.	Promover aprendizajes desde sus propias experiencias.
	3. La varita mágica	reconocer y valorar lo que sienten.	
	4. “No quiero el cabello rizado”	Enseñarles a quererse y valorarse con talentos y limitaciones.	

Fuente: elaboración propia

En el cuadro 4 se mencionan, las cuatro actividades, la descripción y objetivo de las mismas de manera general, correspondientes a la cuarta etapa del proyecto.

**CUADRO 4. RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO**

<b>Etapa 4</b>	<b>Nombre de la Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Objetivo</b>
Reconocimiento de emociones en el otro	1. Buenos días ¿cómo estás? 2. Me pongo en tu lugar. 3. El cuento del “Patito Feo” 4. La ovejita que vino a cenar	Se pretende estimular las habilidades interpersonales, para tomar conciencia de la importancia de tener buenas relaciones sociales Enseñarles a ser empáticos.	Respetar las ideas de los demás Practicar la escucha, cuando otros hablan. Comprender y aceptar las emociones que expresan sus compañeros Poner en práctica diferentes habilidades sociales, referidas a normas de convivencia

Fuente: elaboración propia

En el cuadro 5 se mencionan, las tres actividades, la descripción y objetivo de las mismas de manera general, correspondientes a la quinta etapa del proyecto.

**CUADRO 5. HABILIDADES SOCIALES PARA LA VIDA**

Etapa 5	Nombre de la Actividad	Descripción	Objetivo
Habilidades sociales para la vida	1. “A que sabe la luna” 2. “Respira con el frasco de la calma” 3. “Si yo tuviera una púa”	Desarrollar y valorar habilidades de relación social. Enseñarles a entrar en calma, a pensar en positivo, a ser asertivos y aprender a trabajar en equipo.	Valorar el tener sentimientos de pertenecía a un grupo (familiar o escolar) Practicar el trabajo en equipo como una forma de conseguir los objetivos comunes Aceptar normas en el aula y en las actividades. Practicar actividades de relajación y respiración.

Fuente: elaboración propia

Todas las actividades detalladas en los cuadros 1 al 5 cuentan con propios objetivos, materiales, tiempo y descripción, que se detallan a continuación.

## CUADRO 6. PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL

<b>Título</b>	“El monstruo de colores va al cole”
<b>Objetivo</b>	Lograr que los niños se identifiquen con el personaje de la historia para iniciar un periodo de adaptación más llevadero.
<b>Material</b>	Video: El monstruo de colores va al cole” de Anna Llenas
<b>Tiempo</b>	45 min

Fuente: elaboración propia

En el cuadro 6, se detalla la actividad denominada “El monstruo de colores va al cole” es un video corto que muestra las expectativas, los miedos, angustias y ansias que tiene el personaje frente al primer día de clases. Después de visualizar el video con los niños, se comentó por turnos qué es lo que más atrajo su atención y la opinión de lo sucedido.

Luego de la participación de cada niño, se pasó a describir al personaje del cuento, enfatizando las emociones que sintió. Reflexionando sobre lo que sucede en el momento de llegar a un sitio nuevo y desconocido, explicándolo como un estado normal que todas las personas atraviesan frente a situaciones nuevas, sin embargo, la actividad también ayudó a que los niños tomaran confianza y vean la escuela como un lugar agradable donde se pueden compartir actividades divertidas con otros niños y niñas de su misma edad.

Esta actividad permitió identificar y verbalizar las emociones de manera creativa y significativa, fue una preparación para las siguientes actividades del proyecto. Al mismo tiempo esta actividad permitió motivar el área del lenguaje y la psicomotricidad fina en los niños/as. Por lo tanto, la actividad logró unir varias áreas, la emocional por una parte y el área motriz y el área del lenguaje.

Recordar la historia “El monstruo de colores va al cole” y al protagonista, sirvió como una herramienta que ayudó en el proceso adaptativo, que duró tiempos distintos en cada niño ya que algunos presentaron mayores dificultades que otros.

El monstruo de colores es un personaje amigable que no da miedo, sino todo lo contrario, se roba el corazón de todos los niños/as, esto favoreció al trabajo porque se sintieron identificados con él. (véase anexo 1).

### **CUADRO 7. SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL**

<b>Título</b>	¿Qué cara tienen las emociones?
<b>Objetivo</b>	Conocer los conocimientos previos de los niños sobre el tema de las emociones.
<b>Material</b>	Hojas bond, lápiz negro, lápices de colores o crayones
<b>Tiempo</b>	1 hora.

Fuente: elaboración propia

El cuadro 7 hace referencia a la segunda actividad “Qué cara tienen las emociones” esta fue una actividad en familia. Tuvo la finalidad de evaluar los conocimientos previos que tienen al momento de iniciar el proyecto. Para esto se dio la siguiente consigna a los padres: que colaboren a los niños/as a dibujar y colorear los emojis que conocen en las redes sociales. En un segundo momento cuando los niños y niñas estuvieron reunidos en el aula, cada uno mostró su trabajo explicando la emoción que cree que representó su dibujo. Esta actividad fue libre ya que no se hicieron observaciones a las exposiciones de los niños/as, porque la finalidad de esta actividad fue de recabar información sobre el grado de conocimiento que poseían en relación al tema de las emociones. Es en este sentido que se pudo observar que algunos niños/as nombran incorrectamente a las emociones, afirmando sentirse “bien” cuando en realidad están felices y “mal” cuando están tristes, otros/as confunden el miedo con la tristeza. En esto influye cómo es hoy la sociedad. Antes en la familia, aún sin saberlo, había una educación emocional que surgía espontáneamente, en la actualidad esto se está perdiendo por existir menor comunicación entre sus miembros.

### CUADRO 8. TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA EMOCIONAL

<b>Título</b>	“El monstruo de Colores y sus emociones”
<b>Objetivo</b>	Tomar conciencia de la existencia de los tipos de emociones y asociarlas con un color.
<b>Material</b>	El video del “El monstruo de Colores y sus emociones”. Autora: Anna Llenas
<b>Tiempo</b>	1 hora

Fuente: elaboración propia

El cuadro 8 muestra una actividad basada en el video “El monstruo de colores y sus emociones” donde se vuelve a hacer referencia al personaje del primer video, sin embargo, lo describe en un día donde sus emociones están totalmente confundidas. Luego de ver el vídeo se conversó sobre el contenido del mismo, se explicó la importancia de conocer las emociones para no confundirlas y saber ponerlas en el lugar correcto. Para empatizar con el personaje del video “el monstruo” cada niño elaboró su personaje de la manera más creativa. Con plastilina modelaron al personaje y lo enredaron con lana de diferentes colores. Los frascos de colores sirvieron para que los niños ordenaran las emociones por colores y liberaran al monstruo. Esta actividad logró que los niños/as se identificaran con el personaje y con sus emociones, comprendieron que es una necesidad saber identificarlas, saber manifestarlas y porque no decirlo valorarlas pues todas ellas llevan a tener un tipo de respuesta, por ejemplo, el miedo impulsa a buscar seguridad.

## CUADRO 9. CUARTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL

<b>Título</b>	Los globos de colores
<b>Objetivo</b>	Reforzar la identificación de cada emoción con el color y el gesto correcto
<b>Material</b>	Seis globos grandes de colores (amarillo-azul-rojo-verde-naranja-negro) Rotuladores
<b>Tiempo</b>	20 min

Fuente: elaboración propia

El cuadro 9 detalla la actividad de “los globos de colores”, esta actividad permitió que los niños y niñas reconocieran las emociones primarias, para captar el interés de los niños/as se recurrió a un material lúdico. Para iniciar, se inflaron los globos uno a uno, identificando los colores de cada emoción. Así al globo amarillo se le dibujó un rostro alegre, al azul, un rostro de tristeza, al rojo un rostro de enojo, al verde de asco, al negro de miedo y al naranja de sorpresa o asombro. Con los globos inflados, se realizó el juego de reconocimiento de emociones, eligiendo un globo, se prosiguió a preguntar a un niño al azar, sobre que emoción representaba el color. De preferencia se escogía al niño/a que tenía dificultades para recordar el nombre de cada una de las emociones. Siguiendo este procedimiento los niños aprendieron a poner nombre a sus emociones.

Seguidamente, se realizó el mismo procedimiento, pero a la inversa, donde se decía el nombre de la emoción y el niño/a debía reconocer el color con el que se lo asoció. (véase anexo 2)

## CUADRO 10. QUINTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONCIENCIA SOCIAL

<b>Título</b>	El dado de las emociones
<b>Objetivo</b>	Definir las emociones a partir de experiencias vividas
<b>Material</b>	Una caja de cartón, papel lustroso o de regalo, imágenes de las emociones primarias.
<b>Tiempo</b>	30 min.

Fuente: elaboración propia

El cuadro 10 hace referencia al juego del “dado de las emociones” que consistió en elaborar en familia un dado con el material de su preferencia, colocando en cada uno de sus lados la representación gráfica de una emoción primaria. El juego se inició formando un círculo con todos los miembros de la familia y por turnos lanzaron el dado. El participante debía identificar la emoción que salió en el dado, pero además relataba una situación real de su vida cotidiana donde sintió esa misma emoción. (véase anexo 3).

La actividad unió a la familia y fue un momento donde los niños/as tuvieron la oportunidad de conocer episodios de sus padres y/o hermanos donde lograron darse cuenta que todas las personas poseen emociones y que es muy bueno poder expresarlas. Así llegaron a conocer más aspectos de sus familias.

Enseñar a los niños/as a reconocer y gestionar emociones, les permite incrementar la percepción de control sobre aquello que les ocurre, lo que es fundamental para un adecuado desarrollo de su autoestima y autoconcepto. El compartir las emociones con los demás es fundamental para el desarrollo social de los niños/as.

El dado de las emociones se convirtió en un recurso psicoeducativo, que sirve a los niños/as, identifiquen las emociones más comunes y reflexionen sobre ellos.

**CUADRO 11. PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL**

<b>Título</b>	“La tortuga y la técnica de la autorregulación”
<b>Objetivo</b>	Reducir la ira y la impulsividad, usando estrategias para momentos de tensión
<b>Material</b>	Video de la tortuga de María José Durón. Video de la técnica de la tortuga y la regulación emocional del Karina Crespo Hojas bond, o cartulinas tamaño carta Lápiz negro y lápices de colores o crayones
<b>Tiempo</b>	1 hora y media.

Fuente: elaboración propia

El cuadro 11 inicia la descripción de las actividades de la segunda etapa del proyecto: control emocional.

Una vez visualizada la primera historia de la tortuga, se pasó al momento del diálogo y la reflexión sobre lo ocurrido en el vídeo, describiendo la emoción del enfado y la ira del personaje del cuento, comparándolo con situaciones reales del aula, donde los niños/as demuestran su enfado entre sus compañeros y al mismo tiempo se analizó el papel de cada personaje de la historia, recalcando el valor que se debe dar al consejo y a las palabras de los adultos que los quieren.

En grupo, los niños/as dialogaron sobre situaciones similares donde demostraron enojo e impulsividad, analizando si estuvo correcta y justificada esa reacción.

El segundo vídeo, tuvo la finalidad de proporcionar técnicas de relajación y de calma a los niños/as para la autorregulación en momentos de enfado y de tensión. Para reforzar la técnica de relajación, los niños elaboraron gráficos secuenciales donde se ven reflejadas

las acciones a seguir paso a paso para ayudar a dominar el enfado. Seguidamente uno a uno, los niños/as explicaron el proceso, mostrando las imágenes. Se armaron murales con estos materiales y se recalcó la importancia de usar estas técnicas cuando se sientan enfadados, a su vez establecieron compromisos individuales y de grupo. (véase anexo 4).

Al transcurrir los siguientes días se pudo notar que en algunos casos algunos niños/s recurrían a las técnicas aprendidas para gestionar la reacción de enfado por la que atravesaban y en otros casos enseñaron las técnicas a sus padres cuando los veían renegando.

#### **CUADRO 12. SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL**

<b>Título</b>	¡A mover el esqueleto!
<b>Objetivo</b>	Relacionar los ritmos musicales con las emociones que provocan
<b>Material</b>	Pistas musicales Los emojis de la actividad qué cara tienen las emociones
<b>Tiempo</b>	45 min

Fuente: elaboración propia

El cuadro 12 hace referencia a la actividad ¡A mover el esqueleto! Para esta actividad se reprodujeron distintas pistas musicales con diferentes ritmos que evocaron distintos tipos de emociones: tristeza, miedo, alegría. Los niños/as formaron rondas pequeñas, escucharon las melodías y en un momento de diálogo describieron la emoción que les provocó compartiendo sus experiencias con el resto de los grupos. En esta actividad también se pudo hacer uso del material de las actividades anteriores, como por ejemplo los globos con rostros y los emojis. Eligieron un representante de grupo y este estuvo encargado de buscar entre los emojis, en ocasiones y entre los globos en otras ocasiones la emoción correcta para mostrarlo al resto de los niños/as. El resto del grupo imitó los gestos de las emociones que provocaba cada melodía. También se realizó la dinámica,

cambiando constantemente de ritmo y los niños/as a su vez cambiaban de expresión gestual, según la emoción provocada.

### CUADRO 13. TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL

<b>Título</b>	“Así es la vida”
<b>Objetivo</b>	Reflexionar sobre las cosas que nos brinda la vida entre ellas cosas buenas y malas, asumiendo la frustración y aprendiendo a convivir con ella.
<b>Material</b>	Así es la vida cuento de Anna Luisa Ramírez y Carmen Ramírez
<b>Tiempo</b>	25 min

Fuente: elaboración propia

En el cuadro 13 se especifica la tercera actividad para alcanzar un control emocional. “Así es la vida” es un cuento que se convierte en una herramienta que nos ayuda a explicar a los niños las distintas facetas que tiene la vida; una vida, que está hecha de momentos alegres, así como de momentos tristes y al mismo tiempo está llena de obstáculos. Con él se pudieron abordar varios temas incluso aquellos que son difíciles de explicar a los pequeños, tales como la muerte.

Así la actividad se inició con la narración del cuento, finalizando, se abrió diálogo para que los niños/as intervinieran con comentarios de situaciones de su propia experiencia, para encaminar esta actividad se formuló las siguientes preguntas: ¿alguna vez hiciste algún berrinche por no haber conseguido lo que querías? ¿cómo te sentiste en ese instante? ¿y cómo crees que se sintieron las personas que te acompañaban en ese momento? Para finalizar la actividad se procuró establecer compromisos de comportamiento, sencillos pero concretos.

**CUADRO 14. CUARTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE CONTROL EMOCIONAL**

<b>Título</b>	“Intensamente”
<b>Objetivo</b>	Observar la película en familia para dialogar sobre las emociones antes vistas en la U. E. y corroborar información con la trama de la película.
<b>Material</b>	La película Intensamente de Pixar
<b>Tiempo</b>	1 hora y 45 min.

Fuente: elaboración propia

El cuadro 14 describe la última actividad de esta etapa, es una actividad en familia. La consigna fue observar la película “Intensamente” para fortalecer los conocimientos obtenidos en el aula sobre las emociones primarias. De este modo una vez concluida la película se procedió a comentar sobre los protagonistas de la película, así cada emoción cobró vida con un personaje: Alegría, Tristeza, Enfado, Asco, Miedo y Sorpresa.

Los colores que se habían aprendido de cada emoción con el personaje del Monstruo de Colores, con esta actividad cobraron vida y cada color se convirtió en un personaje animado.

## CUADRO 15. PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL

<b>Título</b>	“El baúl de mis emociones”
<b>Objetivo</b>	Descubrirse a uno mismo para reconocer sus propias emociones.
<b>Material</b>	Una caja reciclada, papeles de colores, marcadores, pegamento, objetos de casa
<b>Tiempo</b>	3 horas

Fuente: elaboración propia

El cuadro 15 menciona la actividad “El baúl de mis emociones” que fue la actividad principal de esta etapa porque permitió a cada niño/a descubrirse y conocerse, requisito indispensable para poder conocer al otro. La actividad consistió en utilizar material reciclable para elaborar un baúl decorado con su nombre y detalles que lo identifiquen. Una vez elaborado el baúl en familia, los niños buscaron objetos que les causaron algún tipo de emoción, por ejemplo, una fotografía familiar que les recordaba los momentos alegres o un juguete que se le rompió y le causó tristeza. La elección de estos objetos fue libre siempre y cuando supieron decir la emoción que les causó. Esta actividad también la repitieron en sus casas para que sus padres conocieran mejor a sus hijos. (véase anexo 5).

Al personificar cada caja o baúl a su manera y creatividad, todos los niños/as se fueron apropiando de él, al introducir objetos significativos, empezó a cobrar valor, por lo tanto todos y cada uno de los baúles desde ese momento fue algo especial.

### CUADRO 16. SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL

<b>Título</b>	“Te regalo una sonrisa”
<b>Objetivo</b>	Fomentar un espacio de diálogo, donde se puedan expresar emociones y se practique la escucha.
<b>Material</b>	No requiere materiales
<b>Tiempo</b>	10 min.

Fuente: elaboración propia

El cuadro 16 hace referencia a la tercera actividad, “te regalo mis emociones”, es una rutina que se cumplió diariamente. De forma aleatoria o voluntaria un niño o niña se dirigía a sus compañeros para compartir el momento más agradable y el más desagradable del día anterior. Además, debía mencionar que sintió en los dos momentos. El resto del grupo escuchaba con atención e intervenían si así lo deseaban.

### CUADRO 17. TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL

<b>Título</b>	“La varita mágica”
<b>Objetivo</b>	Tener la capacidad de cambiar una situación conflictiva, para crear emociones positivas.
<b>Material</b>	Fichas con gráficos. Fotografías de revistas o periódicos, una varita.
<b>Tiempo</b>	1 hora

Fuente: elaboración propia

El cuadro 17 describe la actividad de “La varita mágica” que es una dinámica donde se utilizó una serie de fichas gráficas o fotografías de revistas con un contenido de malas manifestaciones de emociones. Cada día se elegía trabajar una ficha, que era mostrada a todo el grupo. Los niños/as intervenían, respetando turnos para hablar, describiendo lo que veían en la imagen, luego la educadora elegía un niño tocándolo suavemente en la cabeza con la varita mágica. El elegido debía plantear una respuesta al problema o bien proponer una actitud positiva que reemplazara el comportamiento errado.

#### **CUADRO 18. CUARTA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE AUTONOMÍA EMOCIONAL**

<b>Título</b>	“No quiero el cabello rizado”
<b>Objetivo</b>	Enseñar a los niños y niñas a querer y valorar lo que tienen y lo que son, fomentando la autoestima.
<b>Material</b>	El vídeo no quiero el cabello rizado de Laura Ellen A. Hojas de papel bond, lápices, colores y crayones
<b>Tiempo</b>	20 min.

Fuente: elaboración propia

El cuadro18 describe la última actividad de esta etapa, después de ver el vídeo de la historia “No quiero mi cabello rizado” en grupo y por turnos los niños y niñas dieron sus opiniones, en esta oportunidad surgieron situaciones similares como las del cuento y era el momento adecuado para que los niños expresaran sus molestias con relación a ellos mismos o con otros. Terminado el diálogo, los niños plasmaron sus auto retratos, se les pidió que lo hagan con la mayor cantidad de detalles posibles y que los guardaran en el baúl de emociones.

**CUADRO 19. PRIMERA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO**

<b>Título</b>	“Buenos días ... ¿cómo estás?”
<b>Objetivo</b>	Expresar emociones y poner atención a los niños que atraviesan por alguna situación conflictiva.
<b>Material</b>	No son necesarios
<b>Tiempo</b>	5min.

Fuente: elaboración propia

El cuadro 19 menciona la actividad que se llevaba a cabo en el momento de pasar la lista de asistencia, los niños respondían expresando el estado de ánimo con el que iniciaban la clase. Por lo general los niños afirmaban que se encontraban felices y que iniciarían su mañana con entusiasmo, sin embargo, siempre había alguien que atravesaba por un estado de tristeza, preocupación o enfado. Ese día se trabajaba con ellos de manera especial. Era un buen momento para que los niños/as pudieran exteriorizar sus emociones con confianza de ser escuchados. Mientras los demás niños/as se iban familiarizando con el lenguaje emocional, se interesaban por el bienestar del otro, cumpliéndose de esa manera el objetivo de esta actividad.

**CUADRO 20. SEGUNDA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO**

<b>Título</b>	“Me pongo en tu lugar”
<b>Objetivo</b>	Desarrollar la empatía para favorecer la escucha mutua y tratar de entender los diferentes puntos de vista.
<b>Material</b>	Fotografías del periódico con noticias relevantes
<b>Tiempo</b>	15 min.

Fuente: elaboración propia

El cuadro 20 describe la actividad me “pongo en tu lugar” en el momento de ingresar al aula se compartía un hecho relevante con los niños/as haciendo uso de fotografías del periódico u otra revista, comentaban uno a uno de forma voluntaria las posibles soluciones, procurando en todo momento ocupar el lugar de la otra persona.

Esta actividad también permitió que los niños/as se involucren con las situaciones reales de su comunidad, sintiéndose parte de ella.

**CUADRO 21. TERCERA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO**

<b>Título</b>	“El patito feo”
<b>Objetivo</b>	Identificar situaciones de desigualdad o rechazo hacia un compañero y reflexionar sobre la importancia de no hacer sentir mal al otro.
<b>Material</b>	“El cuento del patito feo” de Hans Christian Andersen. Papel crepe colores pegamento.
<b>Tiempo</b>	1 hora y media.

Fuente: elaboración propia

Se visualizó el video y luego se pasó a hacer una reflexión sobre lo que le sucedió al protagonista del cuento. Por turnos y de forma voluntaria comentaron si en algún momento se habían sentido como el patito feo. El resto de los niños/as los escuchaban y comprendían que en ocasiones fueron parte del hecho, seguidamente se comprometían a realizar acciones concretas para no hacer sentir mal a nadie, así como en el cuento del patito feo. De forma individual realizaron la manualidad del patito feo, donde tuvieron la oportunidad de trabajar la motricidad fina y su creatividad, estableciendo al mismo tiempo una relación de afecto con el personaje que en este caso era el patito feo. (véase anexo 6).

## CUADRO 22. CUARTA ACTIVIDAD PARA EL RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN EL OTRO

<b>Título</b>	“La ovejita que vino a cenar”
<b>Objetivo</b>	Reflexionar sobre el valor de la amistad y la importancia del cuidado del otro.
<b>Material</b>	El cuento: La ovejita que vino a cenar de Steve Smallman.
<b>Tiempo</b>	30 min.

Fuente: elaboración propia

La ovejita que vino a cenar es un cuento que, al ser narrado, despierta la empatía. Después de visualizar el video se recogió opiniones de los niños sobre cómo se sintieron al recibir y al dar cariño. Esta actividad también permitió reflexionar sobre el valor de la amistad y la importancia de la presencia de los amigos en nuestras vidas.

En la ovejita que vino a cenar se encontró dos personajes protagonistas con una ternura incalculable, por un lado, el viejo lobo solitario, descubrió que sus ganas de amar fueron mayores al hambre que pudo tener y, por otro lado, la ovejita pequeña que aún asustada, reconoció el buen corazón del lobo.

La ovejita que vino a cenar, ayudó a los niños/as a reflexionar sobre la necesidad de cuidar y ser cuidados y es un recordatorio de que la soledad es un sentimiento muy duro y que el amor hacia los otros, es capaz de vencer muchas dificultades que surgen en el camino.

## CUADRO 23 PRIMERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA

<b>Título</b>	“Si yo tuviera una púa”
<b>Objetivo</b>	Practicar el asertividad, para prevenir situaciones de riesgo
<b>Material</b>	El video si tuviera una púa.
<b>Tiempo</b>	20 min.

Fuente: elaboración propia

Esta actividad permitió, narrar el cuento, destacando la participación de cada personaje. Los niños/as resaltaron la importancia de ser asertivos en situaciones en las que pudieran estar en riesgo físico y /o emocional.

Esta actividad, permitió que los niño/as aprendan a decir que no sin sentirse mal por ello, a respetarse, a quererse, a no dejarse manipular por los demás y a poner límites manteniendo el respeto.

El asertividad, es una habilidad social imprescindible, que les permitirá comunicar sus opiniones y deseos, de forma honesta, respetando a los demás, pero sobre todo respetándose a sí mismos.

Por otra parte, en esta actividad, se hizo reflexionar a los padres sobre la importancia de dar un buen ejemplo en la familia, ya que, si por un lado se vive con personas serviciales y complacientes o por el contrario agresivas y hostiles, en ninguno de los dos casos se podrán aprender modelos adecuados de asertividad, por lo tanto, los padres, también deben aprender a comportarse de forma asertiva, expresando de una manera adecuada sus emociones.

#### **CUADRO 24. SEGUNDA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA**

<b>Título</b>	“Respira con el frasco de la calma”
<b>Objetivo</b>	Poner en práctica diferentes técnicas para entrar en calma, aprender a respirar y relajarse.
<b>Material</b>	El video Respira de Inés Castel - Branco. Una botella plástica transparente, agua, purpurina, colorantes vegetales.
<b>Tiempo</b>	2 horas.

Fuente: elaboración propia

Luego de observar con atención el vídeo. Semanalmente se practicaron uno a uno los ejercicios, donde los niños/as ejercitaron técnicas de respiración y relajación logrando entrar en calma y tranquilidad, de este modo los ambientes se tornaron más tranquilos

propiciando un mejor rendimiento y un mejor trato entre todos. La elaboración del frasco de la calma tuvo la finalidad de conseguir que los niños/as asemejen el frasco a su persona, el torbellino causado al agitar el frasco, sería el enfado e ira que en ocasiones les invade por uno u otro motivo, la purpurina que luego de ser agitada, va descendiendo a la base es la capacidad de lograr calmarse ante esas situaciones, explicado de otro modo, las emociones de miedo, tristeza o enfado son emociones que como la purpurina que se mueve de forma incontrolable dentro del frasco tras agitarlo. Sin embargo, estas emociones son totalmente normales y que todos tenemos derecho de sentir las en un momento determinado, pero es necesario que poco a poco vayan volviendo a la calma para sentirnos bien y mantener el equilibrio. Así los niños comprendieron que no hay ninguna emoción que deba reprimirse, pero que si es importante no dejarse dominar por ellas y saber gestionarlas. Se solicitó que estas técnicas también fueran puestas en práctica en casa junto a su familia. De esta manera esta actividad fue extendida a los padres de familia y a sus hermanos. (véase anexo 7).

#### **CUADRO 25. TERCERA ACTIVIDAD PARA LA ETAPA DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA**

<b>Título</b>	¿A qué sabe la luna?
<b>Objetivo</b>	Lograr que los niños y niñas comprendan la importancia del trabajo en equipo
<b>Material</b>	Video A qué sabe la luna de Michael Grejniec
<b>Tiempo</b>	45 min.

Fuente: elaboración propia

Una vez visto el video, se dialogó sobre la importancia del trabajo en equipo y el valor de la amistad. Luego se propuso al grupo elaborar murales del cuento, así se formaron grupos donde cada integrante tuvo designada una tarea, luego se procedió al armado del mural

con la intervención de cada uno. Una vez concluidos los murales pasaron a observarlos y a expresar como se sintieron al trabajar en equipo. (véase anexo 8)

Todas estas actividades consolidaron el trabajo en equipo, uniendo fuerzas para obtener mayores logros. Descubrieron que se necesita de los demás para poder convivir en comunidad.

Con esta actividad se terminan las 20 actividades diseñadas en el proyecto “El baúl de mis emociones”. Como última tarea, se propuso el desarrollo de la evaluación del proyecto que, por las características del mismo, consta de tres momentos:

La evaluación inicial, recogió la información de los conocimientos previos de los niños/as acerca de las emociones, antes de la implementación del proyecto, de esta manera, se diseñó y aplicó las fichas de evaluación para cada niño. Llenar esta ficha de manera individual, se tornó un poco conflictiva porque se la realizó al inicio de la gestión, etapa en la cual, los niños/as se encontraban en el periodo de adaptación, al mismo tiempo se pudieron observar situaciones más reales en las que los niños/as enfrentaban su primera experiencia fuera del núcleo familiar y sus emociones se encontraban a flor de piel.

#### **CUADRO 26. EVALUACIÓN INICIAL Y FINAL**

<b>Evaluación</b>	<b>Inicial</b>	<b>Final</b>	
<b>Nombre del Estudiante</b>			
<b>Ítems a evaluar</b>	<b>Criterios de Evaluación</b>		
	Nunca	A veces	Siempre
1. Pone nombre a las diferentes emociones.			
2. Reconoce e identifica las emociones básicas:			
Alegría			
Tristeza			
Miedo			
Ira			

Sorpresa
Asco
3. Relaciona las emociones con situaciones propias.
4. Utiliza el lenguaje emocional.

**OBSERVACIONES:**

---

Fuente: elaboración propia

La evaluación formativa, que se llevó a cabo durante el proceso del proyecto, permitió determinar el progreso de los niños/as respecto al desarrollo de las habilidades emocionales, mediante la técnica de la observación directa, por esta razón, cada una de las etapas cuenta con sus propios ítems de valoración. Los resultados de esta evaluación inicial demostraron que los niños/as en su mayoría no supieron definir su estado emocional, únicamente se remitieron a contestar que se sienten bien o por el contrario se sienten mal. Esto denota que, en la familia, que es la primera escuela, no hubo un adecuado manejo de términos emocionales.

**CUADRO 27. EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 1**

<b>Evaluación Formativa de la Etapa 1. Conciencia Emocional</b>			
<b>Ítems a Evaluar</b>	<b>Criterios de Evaluación</b>		
	<b>Nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Siempre</b>
1. Da nombre a las diferentes emociones.			
2. Identifica los sentimientos que le producen algunas situaciones			
3. Define emociones a partir de experiencias.			

4. Expresa libremente sus emociones.
5. Comparte las emociones con sus compañeros.
6. Diferencian las emociones.
7. Representan las emociones.
Estudiante
Dificultades

Fuente: elaboración propia

El proyecto se inició con las cinco actividades propuestas para la primera etapa, una vez concluidas, se pasó a llenar la ficha correspondiente, donde se pudo notar una mejoría en el conocimiento de las emociones. Ya para este tiempo, la mayoría ya había superado el proceso de adaptación a la escuela y se podía notar una mejor predisposición para adquirir conocimientos.

De este modo algunos ítems que se repitieron de la ficha inicial, fueron superados y en otros casos estaban en proceso de desarrollo.

#### CUADRO 28. EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 2

<b>Evaluación Formativa de la Etapa 2. Control de Emociones</b>			
<b>Ítems a Evaluar</b>	<b>Criterios de Evaluación</b>		
	<b>Nunca</b>	<b>A veces</b>	<b>Siempre</b>
1. Expresan las emociones a través del lenguaje oral.			
2. Expresan las emociones a través del lenguaje corporal.			
3. Expresan las emociones a través del lenguaje artístico.			

4. Reconocen los conflictos.
5. Propone soluciones para resolver conflictos.
6. Pone en práctica recursos para autogestionar las emociones.
7. Participa activamente en las actividades para fomentar emociones positivas.
Estudiante
Dificultades

Fuente: elaboración propia

En esta etapa si bien los niños/as comprendieron la intencionalidad de las actividades, les costó un poco poder expresar sus ideas, debido que algunos de ellos presentaban problemas en la expresión oral. Aspecto que se tuvo que trabajar simultáneamente.

### CUADRO 29. EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 3

Evaluación Formativa de la Etapa 3. Autonomía Emocional			
Ítems A Evaluar	Criterios de Evaluación		
	Nunca	A veces	Siempre
1. Tiene un concepto positivo de él mismos.			
2. Comparte las emociones con los compañeros.			
3. Respeta las cualidades personales propias y de los demás.			
4. Participa activamente en las actividades para aumentar la autoestima de los demás.			
Estudiante			
Dificultades			

Fuente: elaboración propia

La etapa de la autonomía emocional, fue muy divertida, los niños/as en su inocencia expresan muchas cosas que les sucede. Y acá cabe resaltar que es mucho mejor iniciar la educación emocional simultáneamente con la iniciación a la socialización de sus iguales.

La forma de aprender a expresar sus emociones fue de manera natural, porque se creó un ambiente de confianza entre ellos, aprendieron juntos las normas y reglas del curso, realizando autocontroles entre ellos poniendo penitencias a los que incumplían o no podían seguir las normas de convivencia en el aula.

#### **CUADRO 30. EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 4**

<b>Evaluación Formativa de la Etapa 4. Reconocimiento de Emociones</b>			
<b>Ítems A Evaluar</b>	<b>Criterios de Evaluación</b>		
	<b>Nunca</b>	<b>A Veces</b>	<b>Siempre</b>
1. Pone en práctica las habilidades sociales básicas.			
2. Escucha de forma activa a los compañeros y a las maestras.			
3. Empatiza con los demás.			
4. Respeta a los demás.			
5. Se ayudan los unos a los otros.			
6. Comparte los materiales sin generar conflictos.			
7. Trabaja en equipo cuando es necesario.			
Estudiante			
Dificultades			

Fuente: elaboración propia

Con las actividades de la cuarta etapa, se hizo evidente el progreso, en esta parte del desarrollo del proyecto los niños/as no solamente ya se conocían, sino que aprendieron a colaborar entre ellos, escucharse y porque no decirlo a sentir lo que el otro sentía. Los

niños/as por naturaleza son sensibles y les es muy fácil expresar la empatía por la otra persona. Se ayudaban, ya no había peleas por objetos, aprendieron a compartir.

Ante la ausencia de algún compañero, se veía la preocupación por saber que le había sucedido, conocieron las características de cada uno y la de sus maestras.

Una vez más se confirma la idea de que iniciar una educación emocional a temprana edad es mucho más fructífera, porque se siguen los procesos de una manera totalmente natural.

### CUADRO 31. EVALUACIÓN FORMATIVA DE LA ETAPA 5

<b>Evaluación Formativa de la Etapa 5. Habilidades Sociales para la Vida</b>			
<b>Ítems A Evaluar</b>	<b>Criterios de Evaluación</b>		
	<b>Nunca</b>	<b>A Veces</b>	<b>Siempre</b>
1. Evitan los conflictos.			
2. Valoran las cualidades positivas propias y de los demás.			
3. Fomentan las emociones positivas.			
4. Se relajan para obtener bienestar.			
5. Fortalecen las relaciones sociales.			
Estudiante			
Dificultades			

Fuente: elaboración propia

Durante la última etapa del proyecto fue notorio el progreso en cada uno de los niños/as. Estas habilidades se vieron reflejadas en el comportamiento adecuado y positivo para enfrentar los retos o conflictos de lo cotidiano. Las relaciones entre compañeros se tornaron positiva, se crearon buenas relaciones, al mantener una relación constante que a futuro a lo largo de su presencia en la escuela se convertirán en vínculos estables de amistad.

Paralelamente se establecieron conductas de interacción personal, que lograron fomentar el trabajo en equipo, se pudieron notar la presencia de niños/as líderes en estas actividades.

La relación maestra – estudiante mejoró de gran manera, de la misma forma que el proceso enseñanza aprendizaje, ya que se consiguió una aula disciplinada, participativa y propositiva. Los periodos de atención mejoraron en la mayoría de los casos.

Se hizo evidente la participación positiva a nivel de grupo en las actividades generales de la Unidad Educativa, como ser festejos por efemérides nacionales, días festivos como el día de la madre, concursos de diferente índole, actividades artísticas y demostrativas. Actividades que fueron reconocidas tanto por parte de la Dirección de la Unidad Educativa, como de los maestros y padres de familia en general.

### CUADRO 32. EVALUACIÓN FINAL Y FORMATIVA

EVALUACIÓN FINAL Y FORMATIVA			
Ítems a Evaluar	Criterios de Evaluación		
	Nunca	A veces	Siempre
1. Participa activamente en las actividades del proyecto.			
2. Identifica cómo se siente.			
3. Expresa las emociones de forma verbal y gestual.			
4. Asocia las emociones a las situaciones vividas.			
5. Aplica recursos para solucionar los conflictos.			
6. Muestra una actitud abierta para compartir las cosas con los demás.			
7. Presta su ayuda a los compañeros.			
8. Tiene un pensamiento reflexivo.			
9. Respeta las opiniones de los demás y escucha activamente.			
10. Utiliza las habilidades sociales básicas para comunicarse.			
11. Es capaz de empatizar.			
12. Potencia el bienestar personal y social.			
13. Los familiares se han implicado en el proyecto.			

Estudiante:

Observaciones:

Fuente: elaboración propia

En la evaluación final, los resultados registrados en las cinco fichas personales, cuentan con tres criterios de evaluación, donde la opción nunca, refleja una ausencia de habilidades emocionales; la opción a veces, indica que las adquisiciones de habilidades emocionales se encuentran en proceso de desarrollo; por otra parte, el criterio de siempre, refleja un desarrollo satisfactorio de las habilidades emocionales.

La evaluación final, tiene el propósito de comprobar si el objetivo del proyecto ha sido cumplido, para este fin, se prepararon dos evaluaciones: la primera fue la misma evaluación inicial que determino si hubo o no un desarrollo de habilidades emocionales, tras haber aplicado y finalizado el proyecto, simultáneamente, se aplicó la segunda evaluación que consta de trece ítems para cada niño/a. Esta última para detallar los aspectos en los cuales aún se debe trabajar, ya que el desarrollo de habilidades emocionales no tiene un final, pues es un proceso continuo que se da a lo largo de toda una vida.

### **2.3. Resultados alcanzados**

Se diseñó y aplicó el proyecto “El baúl de mis emociones”, se logró el inicio de un proceso en el desarrollo de aprendizaje de habilidades emocionales en niños/as de 3 a 4 años de edad que cursan el primer año del nivel inicial (pre escolar), tomando en cuenta que para este grupo etario fue su primera experiencia, fuera del núcleo familiar al igual que su primera inserción a un grupo de iguales, que por las características de edad y la etapa preoperacional del desarrollo cognitivo en la que se encuentran, donde el egocentrismo aún se halla presente, se tuvo que regular el período de adaptación y simultáneamente iniciar la educación emocional. De esta manera el objetivo general del proyecto fue cumplido.

A medida que el proyecto avanzó, los niños lograron desarrollar el reconocimiento de emociones en el otro, debido a que en la etapa preoperacional los niños empiezan a ganar la capacidad de ponerse en el lugar de los demás.

El diseño del proyecto tomó en cuenta el ritmo de apropiación de conocimientos que poseía el grupo, así como los medios para llegar a ellos, se enfatizó en las actividades lúdicas, en la expresión gráfica y en la narración de cuentos que hicieron posible una mejor comprensión de todo lo planificado en cada etapa del proyecto. Lo mismo sucedió con la elección de materiales que estuvieron acordes a la edad de los niños/as.

Haciendo referencia a los objetivos específicos, la intervención estuvo acompañada de un registro de observación de las reacciones emocionales de los niños/as, frente a diferentes estímulos y situaciones, tanto al inicio como al final del proyecto, lo que llevó a concluir que hubo un cambio satisfactorio de la percepción inicial con relación al tema de las emociones, a un adecuado reconocimiento de las mismas, a la regulación de algunas emociones como ser el enfado/ la ira frente a situaciones conflictivas, haciendo uso de las técnicas propuestas en el proyecto y de este modo mejoraron las relaciones interpersonales y las relaciones de grupo. La excepción estuvo en un niño que atravesaba la situación de divorcio de sus padres, lo que implicó un apoyo personal y adicional a este caso. Sin embargo, el hecho de que los demás niños estuvieron siguiendo las etapas del proyecto, sirvió de mucha ayuda para este niño en particular, porque se logró que él se sintiera acogido dentro del grupo, fortaleció las relaciones de amistad que hicieron posible el cambio paulatino en su estado de ánimo. De este modo se logró un ambiente más armónico, dentro del aula.

El tomar en cuenta los aspectos teóricos, permitieron efectuar un proceso metodológico apropiado y secuencial, tal es así que se obtuvieron los siguientes logros en todas las etapas del proyecto: la conciencia emocional como la primera etapa del proyecto ayudó a los niños/as no solamente a identificar las emociones como tales, sino también permitió desarrollar la habilidad de entender que significan cada una de las emociones primarias, por ello recurrir a imágenes, historias y simulaciones coadyuvaron de manera positiva

para alcanzar este fin. Por otra parte, se desarrolló la habilidad en el razonamiento no verbal, permitiendo exteriorizar las emociones de cada niño/a.

El control de emociones en la segunda etapa del proyecto ayudó a suprimir emociones negativas, implementando las técnicas del control de ira que, paso a paso poniéndolas en práctica en situaciones cotidianas, fueron asimiladas por los niños/as. La autonomía emocional en una tercera etapa del proyecto que permitió fortalecer la autoestima de cada uno de los niños/as haciendo uso de los recursos apropiados como ser la narración de cuentos y la identificación de personajes que lograron establecer lazos afectivos con los participantes y simultáneamente la implementación de estímulos positivos constantes. El reconocimiento de emociones en el otro, como la cuarta etapa del proyecto desarrolló la aceptación a las ideas de los demás, respetando el orden y los turnos de participación, a su vez logrando periodos más largos de atención con una actitud de escucha. Las habilidades para la vida permitieron poner en práctica las experiencias de trabajo en equipo, el respeto mutuo y sentir la satisfacción de pertenecer y participar de un grupo.

Se realizaron informes individuales referentes a la evolución del desarrollo de habilidades emocionales, donde se registraron los logros y dificultades de todo el proceso desde el inicio de la implementación del proyecto, durante el proceso y al finalizar el mismo. Estos informes individuales fueron proporcionados tanto a la dirección de la Unidad Educativa como a los padres de familia.

Por todo ello, se puede decir, que los objetivos planteados en el proyecto se cumplieron satisfactoriamente, afirmando que la propuesta de implementar la educación emocional en niños/as desde el nivel inicial, es una experiencia que trajo consigo muchos beneficios, a todos los niños/as que participaron de esta actividad, demostrando después de haber implementado el proyecto, adecuadas manifestaciones emocionales y un buen manejo de conflictos que, si bien ya se instauraron en ellos, este proceso debe continuar en el transcurso de su vida y a lo largo de su formación en la educación formal, donde se debe incluir la educación y desarrollo de las emociones.

#### **2.4. Lecciones aprendidas y buenas prácticas.**

El diseño y la implementación del proyecto “el baúl de mis emociones” para desarrollar habilidades emocionales en los niños/as del primer año del nivel inicial trajo consigo varias lecciones aprendidas que de ser consideradas para la elaboración de nuevas propuestas aportarían y mejorarían la educación emocional, optimizando los procesos para la realización de nuevas metas desde otra perspectiva, a su vez se desarrollaron buenas prácticas que valdrían la pena replicarlas y tomarlas en cuenta para que otros niños/as sean beneficiados y porque no decirlo, elevar el nivel de las instituciones educativas persiguiendo visiones nuevas de integralidad que den un giro rotundo en la educación.

Entre las lecciones aprendidas se puede decir que no se trata de controlar la emoción en sí misma, sino de lo que se trata es de gestionar la reacción inmediata a la emoción. De esta manera la segunda etapa del proyecto denominada control emocional debe hacer énfasis en lograr que los niños/as aprendan a elegir y a vivir cada una de sus emociones y no tratar de suprimirlas bajo la concepción de que un niño/a es bueno cuando adquirió ciertas habilidades y dejó de manifestar ciertas emociones poco aceptadas ante los ojos de los demás. Por tanto, no está mal el enojarse, lo que está mal es la forma como reacciona una persona cuando siente enfado.

De igual manera, al abordar la etapa de la autonomía emocional y la autoestima, donde se fortaleció la seguridad en sí mismos, se debe poner mucha atención para no caer en la sobreestimación, ya que lo único que hace es estimular el egocentrismo dando como resultado una baja tolerancia a la frustración. Hoy en día el error que comenten los padres y/o algunos educadores es sobrestimar y estimular a los niños/as ante el mínimo esfuerzo, premiando y alagándolo, siendo un aspecto que, en vez de favorecer, van formando personas poco tolerantes a la frustración y que piensen que ante cualquier demanda hay que darles las cosas por obligación. Una autoestima saludable consiste también en hacer notar las cosas negativas de la persona.

Entre las buenas prácticas, la evaluación inicial, previno a la intervención del proyecto “el baúl de mis emociones” favoreció significativamente en los resultados porque tomando

en cuenta los datos obtenidos de la evaluación, se definieron las etapas, como las actividades que respondieron a la necesidad de implementar la educación emocional a temprana edad.

La aplicación de una evaluación formativa durante el proceso de intervención, predice la idea de que la educación emocional es un constante aprender, no tiene fin y puede ser reversible dependiendo de la situación y del contexto.

Recurrir a una evaluación final confirma si la situación inicial antes de la implementación del proyecto fue modificada, tras haber aplicado las estrategias de la educación emocional.

Del mismo modo la adecuada elección de los materiales favoreció en la forma de aprender de los niños/as, tomando en cuenta el juego y la diversión, sin dejar de lado a la imaginación, logrando una apropiación de personajes que influenciaron de forma positiva en la manifestación de varias reacciones de comportamiento.

Es así que el monstruo de colores uno de los personajes más importantes del proyecto se convirtió en un recurso imprescindible, que con su sencillez y el modo de abordar los conceptos abstractos de las emociones a los niños/as, permitió trabajar de una forma amena y divertida.

A través de los colores, los niños pudieron entender fácilmente qué sintió el personaje, fueron capaces de ponerse en su lugar, se sintieron identificados con él y, de este modo, resolvieron posibles conflictos internos. El cuento propició el diálogo con los niños/as, los invitó a preguntarse y a entender qué les sucedía, qué sentían, con qué color se identificaban, incluso a solucionar y ayudar a los compañeros en algunas situaciones, como, por ejemplo, el enfado. Y así se inició la conciencia emocional. El monstruo de colores se convirtió en un personaje entrañable y divertido.

Otra buena práctica aprendida, fue lograr establecer hábitos y rutinas en los niños/as, para promover la responsabilidad, el orden y la disciplina, aspecto que debería ser inculcado en la familia, sin embargo, llegan a la escuela con la ausencia de los mismos o peor aún con malos hábitos.

Por lo tanto, la instauración de hábitos y rutinas en la educación de los niños/as, favorece:

A que el niño/a tenga una referencia de lo que debe hacer. La rutina ayuda a los niños/as a concentrarse y enfocar en lo que realmente es importante, de este modo, favorece a que el niño/a tenga más seguridad en sí mismo, ya que sabe lo que debe hacer y cuando lo debe hacer. Por otra parte, permite que el niño/a tenga una percepción más grande del tiempo y aprenda a controlarlo, además, los hábitos y rutinas, permiten que el niño/a se sienta parte de un equipo y que se sienta responsable por lo que él hace, y por lo que hacen los demás.

Por otra parte, debe existir una actuación conjunta entre la familia y la escuela para favorecer la adquisición de una serie de hábitos en los niños/as, que sean básicos para su autonomía y su desarrollo posterior. Por ello es importante que los padres y madres, conozcan los hábitos que se trabajan en la escuela, así como para los maestros, también es importante conocer los hábitos que tienen dentro del ámbito familiar, ya que puede ser que en la escuela realice algunas tareas y en casa debido a que los hábitos son más flexibles, no los hagan, creando una contradicción que no permitirá avanzar de manera favorable.

De este modo, el niño/a aprenda a organizarse y a planificar, si dejamos que el tiempo transcurra sin trabajar buenos hábitos, se establecerá en ellos los malos hábitos que luego serán muy difíciles de modificar.

Una buena relación entre familia y escuela con un adecuado intercambio de información, será fundamental para lograr objetivos comunes que favorezcan únicamente a los niños/as.

## **CAPÍTULO III. DESEMPEÑO LABORAL**

### **3.1. Aprendizaje laboral**

Entre los principales aprendizajes obtenidos de esta experiencia laboral se encuentran las siguientes competencias:

Se logró la intervención temprana y oportuna en la educación emocional que permitió contar con un proyecto diseñado especialmente para niños de 3 y 4 años de edad, donde se direcciono las actividades para que puedan ser realizadas por los niños/as de las edades mencionadas sin ninguna dificultad, de esta manera, se tomaron en cuenta, narraciones de cuentos, videos específicos para cada etapa del proyecto, de este modo, se pudo efectuar una secuencia con cada actividad realizada.

Fue importante, prevenir una problemática escolar que pudiera afectar la convivencia tanto dentro como fuera del aula; de no intervenir de manera oportuna hubieran permanecido diversas conductas no gestionadas, entre las cuales se puede citar:

Rabietas en los niños/as que no son capaces de manejar su ira y frustración, lo cual, conlleva a situaciones incómodas y prolongadas que son difíciles de controlar.

Contestaciones inadecuadas, una vez que los niños/as ingresan y pasan por la etapa de adaptación, en la medida que va transcurriendo el tiempo, la actitud de los niños/as sufre cambios, ya que al integrarse no demuestran sus reacciones habituales, a medida que pasan los días el niño/a toma confianza, en consecuencia, saca a relucir su verdadero comportamiento y forma de ser, donde se tiene como resultado actitudes impulsivas, agresivas y dominantes.

Desmotivación, cuando un niño no es capaz de manejar sus emociones, pierde el interés y la motivación por aprender, en las clases son niños apáticos, o bien prefieren llamar la atención con su mala conducta, ya que no les interesa prestar atención en clase.

Dificultades en las relaciones sociales, cuando un niño/a no posee habilidades sociales de interrelación, se puede tener escenarios de agresividad con otros niños, o, por el contrario,

niños retraídos, a los cuales les cuesta relacionarse con los demás, integrarse en los grupos y ser aceptados.

Todas estas dificultades a lo largo de la experiencia laboral, se pudieron percibir de manera reiterada, lo cual, se considera una problemática bastante común, por tal motivo, se debe dar una atención oportuna a la intervención temprana y oportuna en la educación emocional.

Se logró la confianza de los niños/as que permitió modificar algunos comportamientos nocivos, cuando los niños/as adquieren confianza, se facilita el trabajo y se logran los objetivos planificados, al contrario, cuando no existe esta relación, los procesos y actividades, no pueden cumplirse a cabalidad o según lo planteado.

La experiencia permitió, aprender a construir materiales adecuados según la edad del grupo. Al utilizar la narración de cuentos se comprendió que es una muy buena herramienta que estimuló la comprensión y sensibilidad de los niños y niñas, ya que les permitió empatizar con los personajes y reflexionar sobre sí mismos.

Los logros se vieron reflejados en los niños/as mejorando el comportamiento en las relaciones interpersonales, disminuyeron las actitudes agresivas, descubrieron el modo de expresar lo que guardaban dentro, exteriorizándolo. Se creó una relación de afecto sincero entre los niños y la maestra. Comprendieron que todos poseen sentimientos, pero que la forma de expresarlos debe ser la adecuada, practicando la regulación emocional, el autocontrol y la empatía.

Al momento de sistematizar y evaluar la experiencia se pudo observar que la participación activa y comprometida de la ejecutora del proyecto, la actividad se enriqueció y se obtuvieron mejores resultados, tomando en cuenta la importancia de la colaboración de los profesores.

Además, se logró, proponer la educación emocional como un método esencial en la formación de la personalidad ya que los niños prescolares están en etapa de formación y asimilación y se encuentran predispuestos a conocer, interactuar con el medio que les

rodea y relacionarse con los demás, siendo además una necesidad vital de todo ser humano.

La intervención fue de forma activa, tanto con las niñas/os, como con los padres de familia, logrando que su participación sea muy importante para realizar un trabajo efectivo y satisfactorio.

Se puede afirmar que se trató de una experiencia exitosa al haber cumplido con los objetivos del proyecto diseñado y ejecutado para la educación emocional donde todos los actores implicados, manifestaron su satisfacción con la atención y los logros alcanzados.

El diseño y la implementación del proyecto “El baúl de mis emociones”, no solamente permitió realizar informes individuales, referentes a la evolución de habilidades emocionales, sino, más aún, se logró incluir indicadores de evaluación, relacionados con el tema de la educación emocional en las libretas escolares de los niños/as. (véase anexo 9 - 10) De este modo se está dando un paso a la inclusión de esta área en la malla curricular del nivel inicial en la Unidad Educativa Santa María Mazzarello, respondiendo al problema identificado al inicio del proyecto.

### **3.2. Logros profesionales**

La experiencia laboral desempeñada a lo largo de catorce años de servicio fue desarrollada en el Jardín Infantil Acuarela y en la Unidad Educativa Santa María Mazzarello, desempeñando la tarea de maestra y educadora en ambos casos, aspecto que, define mi especialidad en niños/as menores de 6 años de edad, en el área educativa.

De este modo, se describen los logros obtenidos a lo largo de todos estos años, que están vinculados al desarrollo evolutivo de los niños/as de preescolar en todas las áreas. Tal es el caso de la experiencia en el Jardín Infantil Acuarela donde se trabajó con niños de 2 años de edad, logrando realizar la estimulación temprana en el área del lenguaje, en el área psicomotora y en el área personal –social.

En la Unidad Educativa la experiencia como maestra de aula, logró un acercamiento real y concreto al mundo de los niños/as entre 3 y 5 años de edad, tanto en el primer año como en el segundo año del nivel inicial.

A cada inicio de gestión, se lograron experiencias exitosas en los periodos de adaptación, utilizando una diversidad de estrategias que conseguían que los niños/as se adaptaran a su nueva etapa con satisfacción.

Debido a la presencia constante de niños/as con dificultades de aprendizaje, a lo largo de todos estos años se implementaron una serie de actividades para hacer un seguimiento personal y de ser necesario de derivación a un especialista.

En el área del lenguaje se trabajó con niños/as que presentaban deficiencias en el lenguaje oral y escrito. Del mismo modo en el área psicomotora se estimularon las áreas motrices gruesas y finas utilizando diversas estrategias, métodos y materiales.

Para preparar a los niño/as hacia nuevas etapas, se realizó el aprestamiento durante todas las gestiones, con muy buenos resultados, ya que los niños/as que pasaron al primer curso del nivel primario lograron leer y escribir en menos tiempo y sin dificultades.

En el transcurso de estos años se hicieron experiencia en el área socio – afectiva, de tal manera que la experiencia sistematizada en este documento demuestra que fue una de las actividades de mayor alcance y mejores resultados.

La implementación del proyecto “el baúl de mis emociones” tuvo un impacto a nivel de curso, ya que se vieron beneficiados los 36 niño/as, que participaron del mismo, incluidas sus familias. La institución, mejoró su nivel y calidad educativa, incrementándose la demanda de personas que desean formarse en las aulas del nivel inicial. Sin embargo, considero que, para lograr una transformación más significativa, es necesario diseñar e implementar más modelos de educación emocional para el nivel primario y secundario, para que de ese modo haya una secuencia del trabajo iniciado en el nivel inicial. De este modo se podrán ver los frutos que ofrece una educación emocional a temprana edad y mejor aún lograr una continuidad.

Por otra parte, la capacitación a nivel profesorado, en el tema de educación emocional es prioritaria, así el desafío es poder diseñar, proponer y capacitar a los maestros en esta área, para mejorar la educación con relación al área emocional.

Se puede notar que las expectativas van creciendo, ya que al terminar una, puede iniciarse otra y así de este modo se van incrementando las responsabilidades y el incremento salarial tendría que estar conforme a los resultados obtenidos.

### **3.3. Límites y dificultades**

El proyecto “el baúl de mis emociones” obtuvo satisfactorios resultados, tanto a nivel personal de cada niño/a que participo del mismo, como a nivel de grupo, debido a que ellos cursaran juntos los siguientes años de su escolaridad. Sin embargo, existieron algunas limitaciones y dificultades en el transcurso de la ejecución del proyecto. Una dificultad externa estuvo referida al rol que jugaron algunos padres de familia, que no permitieron que sus hijos/as desarrollen de manera autónoma algunas de las actividades, esto debido a que existe una exagerada sobreprotección hacia sus niños/as, ocasionando una dependencia total hacia sus progenitores, incapaces de aceptar el error generando una baja tolerancia a la frustración. Se tuvo que trabajar simultáneamente con este tipo de padres para subsanar esta situación.

Cuando se implementa una educación colectiva, se torna difícil evaluar a todos por igual, debido a que cada niño/a tiene su propio ritmo de aprendizaje, donde intervienen una serie de factores, tanto familiares como individuales este último referido al proceso de desarrollo, a los niveles de atención y concentración, de apropiación de información, diversas maneras de pensar y de sentir. Esta limitación interna fue subsanada con la elaboración de fichas individuales donde se registró la evolución en el proceso de manera individual.

Al ser una actividad extracurricular, el tiempo destinado a su ejecución fue un limitante, debido a que los contenidos curriculares de las otras áreas cubren la carga horaria del nivel, dejando muy poco tiempo para desarrollar las actividades planificadas en el

proyecto. Situación que cambiaría si se incluiría el área emocional como parte del currículum

## **CAPÍTULO IV. DESCRIPCIÓN DE LA PROYECCIÓN PROFESIONAL**

### **4.1. Planteamiento de futuros desafíos a nivel profesional**

La memoria laboral sistematizada en este documento, trajo consigo muchísimas satisfacciones tanto a nivel personal como a nivel profesional, pero simultáneamente condujo a plantear una serie de reflexiones que marcan el camino hacia nuevas metas en el ámbito laboral.

El proyecto sistematizado en este documento fue una experiencia que permitió abordar y aportar de manera metodológica y secuencial, a la educación emocional a un grupo de niños/as que en edad temprana lograron sentar las bases en esta área y a futuro podrán continuar con el proceso porque el mismo no tiene un final y además influirá en diversos aspectos de su vida cotidiana, tales como las relaciones interpersonales e intrapersonales, el rendimiento académico y su salud mental. Por tanto, la educación emocional les permitirá hacer un buen uso de sus emociones al poseer habilidades para expresarlas y será muy importante en todos los ámbitos de su vida.

Por consiguiente, el prevenir situaciones conflictivas a futuro, implementando un proyecto que desarrolló habilidades emocionales a temprana edad, fue pensar en una necesidad imperiosa de que el ser humano debe aprender a manifestar sus emociones de manera adecuada para afrontar situaciones de incertidumbres, miedos, stress y peligros.

Los niños y jóvenes de hoy, deben encontrar nuevas maneras de enfrentar el futuro y para ello es necesario dotarles de herramientas que puedan facilitar estos procesos de afrontamiento, que le permitan manejar con asertividad situaciones de riesgo.

En consecuencia, se considera que hay un largo camino que recorrer y es necesario seguir descubriendo y generando más investigaciones sobre la educación emocional y la inteligencia emocional, que permitan mejorar las relaciones humanas y la calidad de vida de las personas, ya que las emociones están implicadas en todas las experiencias y vivencias del ser humano. A su vez, estudios científicos, abordan que la educación emocional, ayuda en la solución de nuevos desafíos que la educación tiene que afrontar

en la actualidad, tales como el abandono escolar, la desmotivación, el fracaso escolar, entre otros.

Si bien el psicólogo tiene mucho que ofrecer en el campo educativo, muchas veces su función se ve limitada por el desconocimiento del verdadero rol que puede ejercer. Así lo afirma Guzmán (2005) al referirse al rol del psicólogo educativo “la función del psicólogo educativo abarca no solamente a un individuo, sino a grupos enteros en formación. Tiene que ver con el empleo de las herramientas teórico – metodológico de la psicología para abordar los problemas educativos con la finalidad de comprender y mejorar los procesos educacionales en un sentido amplio y no cerrarlo únicamente a los escolares” (p.12)

Por consiguiente, este es el momento de demostrar la enorme necesidad de la presencia del psicólogo educativo en un contexto de situaciones y escenarios que han cambiado, donde el psicólogo esté atento a las nuevas demandas y necesidades, para proponer soluciones prácticas, concretas e innovadoras. Solo de esta manera se podrá reconocer el valor profesional del psicólogo.

De este modo, es de vital importancia incluir la educación emocional en la currícula del sistema educativo en Bolivia y considero que hay otros temas que deben ser abordados por el psicólogo y otros especialistas que con un trabajo en equipo puedan enfocar temas como por ejemplo: el aborto, los feminicidios, el alcoholismo, la drogadicción, el maltrato, con una base sólida de conocimientos científicos que puedan prevenir este tipo de situaciones, trabajando desde las escuelas y otras instituciones sociales, porque además, el comportamiento del ser humano se forma y desarrolla desde la infancia, en el grupo familiar y prosigue el resto de su vida, pasando y relacionándose con su medio, su cultura y sociedad.

Por otra parte, en la actualidad, tras la situación de confinamiento que a todos nos tocó vivir, en relación a la pandemia global se pueden notar entre otros, una serie de consecuencias psicológicas que muchas personas y familias ya las manifiestan, tales como situaciones de stress, depresión, ansiedad, miedo, etc. a cuyos efectos los niños/as y jóvenes no están exceptos, porque están atravesando estas duras experiencias, de forma

muy diferente a la anterior “normalidad”, lo cual traerá consecuencias que se harán evidentes en lo posterior. Por este motivo el psicólogo debe estar preparado para abordar desde su perspectiva profesional este tipo de problemáticas, para poder proponer alternativas concretas y tener un resultado satisfactorio que les permita afrontar la realidad, permitiéndoles continuar con las etapas del desarrollo humano asertivamente con un sentido de salud mental e integral.

Los profesionales en Psicología serán las figuras clave para precautelar, cuidar la salud mental y el bienestar emocional de las personas

La pandemia global trajo consigo muchos cambios, entre ellos se expandió la educación virtual, por ejemplo, las intervenciones psicológicas también cambiaron, lo que antes era una visita al gabinete de psicología, ahora se convirtió en un encuentro virtual, lo que condujo a la necesidad de que el psicólogo deba estar actualizado en el manejo de plataformas, aplicaciones y herramientas virtuales que pueden servir de medio para lograr sus objetivos. Es primordial buscar nuevas estrategias, para seguir desarrollando la labor psicológica. Sin embargo, en algunos casos se mantienen los encuentros presenciales por ser de vital importancia proseguir con un seguimiento personal y directo, obviamente respetando las medidas de bioseguridad sanitaria

Para proseguir con la descripción de mi proyección profesional dentro de las metas personales y sugerentes a otros psicólogos se encuentra el efectuar cursos de post – grado en el área educativa, que faciliten manejar con eficiencia cuestiones psicoeducativas. Asimismo, se considera que es oportuno realizar un estudio en el área de neurociencia y educación, para abordar enfoques metodológicos relacionados con el proceso de enseñanza y aprendizaje, para de esta manera coadyuvar con estos aportes en la práctica diaria.

Es de interés dentro de la Unidad Educativa, donde plasmé el proyecto que es tema del presente trabajo, formar grupos de autoayuda, dirigido a niños/as con dificultades en común, para que, de manera colectiva, se pueda desarrollar procesos de contención, donde los mismos, podrán compartir sus emociones, inquietudes, experiencias, ya sean de

carácter positivo como negativo, para que se puedan enriquecer entre ellos. Simultáneamente, estos grupos de contención también estarían destinados a las familias con dificultades de orden psicológico comunes para poder afrontar y mejorar sus realidades, compartiendo sus experiencias, enfatizar en aquellas que dieron buenos resultados o dialogar sobre aquellas que produjeron situaciones adversas o simplemente sea un espacio donde puedan encontrar apoyo, solidaridad y no se sientan solos y comprendan que existen otras personas que pasan por circunstancias parecidas y estén conscientes que puedan sobrellevarlas para mejorar su calidad de vida.

En líneas generales, el objetivo de la contención emocional consistirá en calmar y estimular la confianza de las personas que se encuentran en situaciones de crisis emocionales, evitando juzgar, minimizar o invalidar lo que están sintiendo las otras personas, con la prioridad de escuchar y acompañar practicando la empatía, esto no significará, el no permitir que las personas expresen sus emociones o que las nieguen, significará ayudarles a liberar sus emociones y llevarles hacia una ruta que les ayude a seguir.

Todas las gestiones trabajadas durante todos estos años en el Jardín Infantil y la Unidad Educativa, me permitieron tener un conocimiento práctico en el área educativa, el trabajo profesional fue llevado a cabo en entidades privadas como dependiente<sup>3</sup>, sin embargo, se puede aplicar todos los conocimientos adquiridos a lo largo de los años de manera independiente<sup>4</sup>; ya que al momento de trabajar para una entidad como dependiente, se tiene ciertas limitantes para poder enfocar los temas psicoeducativos en base a la necesidad de cada individuo para poder intervenir, también, psicológicamente precautelando que no interfieran aspectos religiosos e ideológicos ya que muchas veces

---

<sup>3</sup> Dependiente: De esta manera, se configura una **relación laboral** cuando una persona en forma voluntaria y personal desarrolla tareas para otra persona física o empresa, bajo su **dependencia**, recibiendo una remuneración a cambio; aún ante la falta de contrato por escrito, generando derechos y obligaciones.

<sup>4</sup> Independiente: Los trabajadores **independientes** son personas que trabajan sin estar vinculadas a una empresa, es decir, no gozan de un contrato de trabajo sino de servicios. Esta modalidad se desarrolla de manera autónoma en beneficio de terceros a un precio determinado.

estas variables, no permiten ser objetivos en el proceso de seguimiento y tratamiento, para dar una solución al problema.

Del mismo modo, para poder ejercer servicios de consultoría o asesoría, en el área psicoeducativa y/o psicosocial, en organizaciones no gubernamentales, empresas públicas y privadas, en las cuales es posible insertarse en oportunidades laborales en virtud de la experiencia que logré en catorce años en el campo educativo con un enfoque psicológico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BISQUERRA, Rafael. (2005) *Educación emocional y bienestar*. Cisspraxis
- DELORS, Jacques. (1996) *La educación encierra un tesoro*. Santillana
- GOLEMAN, Daniel. (1995) *Inteligencia emocional*. Kairós
- Hijas de María Auxiliadora. (2016) *Reglamento interno Unidad Educativa Santa María Mazzarello*. Don Bosco.
- Inspectoría N. Señora de la Paz. (2016) Don Bosco
- LÓPEZ, Elia. (2005) La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*, 19 (3).
- MAYER, J. Y SALOVERY, P. (1997) *¿Qué es la educación emocional?*
- Viceministerio de Educación Regular Nivel Inicial. (2014). *Lineamientos y orientaciones metodológicas Educación Inicial en Familia Comunitaria no escolarizada*. s.r.l.
- Viceministerio de Educación Regular Primaria. (2014) *Subsistema de Educación Regular - Educación Primaria Comunitaria Vocacional*. s.r.l.
- Viceministerio de Educación Regular Secundaria. (2014) *Subsistema de Educación Regular Secundaria Comunitaria Productiva*. s.r.l.
- Real Academia Española (2012) *Diccionario de la Lengua española*. 22ª Edición Espasa Calpe
- PALOU, Silvia. (2004) *El crecimiento emocional de la infancia*. GRAO.
- MARINA, J. y López, M. (1999) *El diccionario de los sentimientos*. Anagrama.
- GÓMEZ, Cristóbal. (2004) *Atando sentimientos con palabras*. Publicaciones M.O.E.P
- BISQUERRA, Rafael. (2001) *Educación Emocional y bienestar*. 6ª Edición.
- PIAGET, Jean . y cols. (2001) *La representación del mundo en el niño* Ediciones Morata, S.L.
- GUZMÁN, Carlos. (2005). *La formación del psicólogo educativo en Mexico*. Revista Electrónica de Educación Sinéctica. p. 12

## ANEXOS

### Anexo 1. El monstruo de colores



Fuente: elaboración propia

### Anexo 2. Los globos de colores



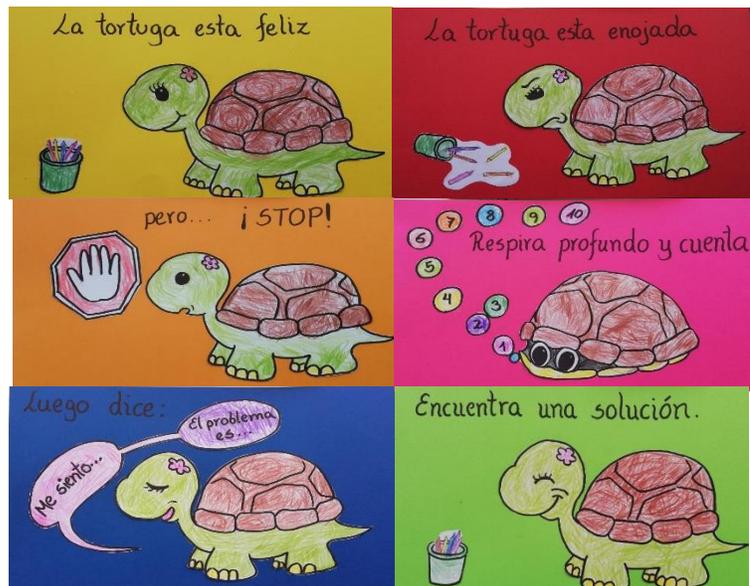
Fuente: elaboración propia

### Anexo 3. El dado de las emociones



Fuente: elaboración propia

### Anexo 4. La tortuga y la técnica de la autorregulación



Fuente: elaboración propia

### Anexo 5. Mi baúl de emociones



Fuente: elaboración propia

### Anexo 6. El patito feo



Fuente: elaboración propia

### Anexo 7. El frasco de la calma



Fuente: elaboración propia

### Anexo 8. ¿A qué sabe la luna?



Fuente: elaboración propia

## Anexo 9. Indicadores de evaluación

		PROFESORA(A) <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">SILVIA LOAYZA IBÁÑEZ</span>
<b>CUARTO BIMESTRE</b>		GESTIÓN 2020
CAMPO: <b>COSMOS Y PENSAMIENTO</b>	ÁREA: <b>EDUCACIÓN EMOCIONAL</b>	AÑO DE ESCOLARIDAD: <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">PRIMER AÑO DEL NIVEL INICIAL</span>
Nº	APELLIDO PATERNO	APELLIDO MATERNO
1	CALLISAYA	NATALIA ASHELEN
2	AGUILAR	LOZANO
3	AGUILAR	LOZANO
4	ALVAREZ	CRUZ
5	CALVETTY	CALDERON
6	CASTRO	GUTIERREZ
7	CHAVEZ	ESPINOZA
8	DALENCE	DEHEZA
9	ESCOBAR	WILLCA
10	FERNANDEZ	CHUQUIMIA
11	GALINDO	VELASCO
12	GOMEZ	FLORES
13	GUTIERREZ	TICONA
14	IBÁÑEZ	SORIA
15	INTIPAMPA	APAZA
16	LIMACHI	APAZA
17	LOPEZ	CÁRDENAS
18	MAMANI	MURGA
19	MITA	SORIA
20	MONTOYA	SANCHEZ
<b>CAUFRICACIÓN CUALITATIVA</b> <b>1-40 CARACTERES MÁXIMO</b>		
LE DA NOMBRE A LAS DIFERENTES EMOCIONES Y LAS DISEÑA A PARTIR DE SUS EXPERIENCIAS. SE RECONOCE COMO PARTE DE UN GRUPO SOCIALIZANDO CON SUS COMPAÑEROS DE MANERA AMIGABLE Y AMBICIOSA.		
SE RECONOCE COMO MIEMBRO DE UNA FAMILIA Y COMO PARTE DE UN GRUPO DE IGUALES. EXPRESA SUS EMOCIONES A TRAVÉS DEL LENGUAJE GRÁFICO DIFERENCIANDO LAS EMOCIONES		
DA NOMBRE A LAS EMOCIONES PRIMARIAS DE FORMA CORRECTA. COMPARTE LOS MATERIALES CON SUS COMPAÑEROS SIN GENERAR CONFLICTOS. PARTICIPA ACTIVAMENTE EN LAS ACTIVIDADES PARA FOMENTAR EMOCIONES POSITIVAS, NOMBRA Y DIFERENCIA LAS EMOCIONES PRIMARIAS ESCUCHA CON ATENCIÓN Y COMPRENDE LA NARRACIÓN DE CUENTOS Y MEJORÓ LA FORMA DE EXPRESAR SUS EMOCIONES. PARTICIPA ACTIVAMENTE DEL TRABAJO EN EQUIPO.		
EXPRESA SUS EMOCIONES A TRAVÉS DEL LENGUAJE CORPORAL. NARRA SUS EMOCIONES A PARTIR DE SUS EXPERIENCIAS DE MANERA ESPONTÁNEA. MEJORARON SUS RELACIONES INTERPERSONALES. PROCURA PONER EN PRACTICA ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DE CONTROL DE EMOCIONES ANTE ALGUNA SITUACIÓN DE CONFLICTO.		
EXPRESA SUS EMOCIONES DE MANERA ESPONTÁNEA. TIENE UN BUEN PENSAMIENTO REFLEXIVO. UTILIZA LAS HABILIDADES EMOCIONALES PARA COMUNICARSE.		
PONE EN PRACTICA LOS RECURSOS PARA REGULAR SUS EMOCIONES. ES EXPRESIVA Y DEMUESTRA ALEGRIA AL RELACIONARSE CON SUS COMPAÑEROS. APRENDE A DIFERENCIAR LAS EMOCIONES SIN EMBARGO DEBE TRABAJAR EL CONTROL DE LAS MISMAS PARA LOGRAR EL AUTOCONTROL. TIENE MUCHA DIFICULTAD AL ALEJARSE DE SU MAMA.		
PRESENTA UN POCO DE DIFICULTAD AL DIFERENCIAR LAS EMOCIONES PRIMARIAS DEBIDO A SU DISTRACCIÓN. SIN EMBARGO NO PRESENTA CONFLICTOS AL MOMENTO DE RELACIONARSE CON SUS COMPAÑEROS.		
EXPRESA SUS EMOCIONES A TRAVÉS DEL LENGUAJE CORPORAL. PARTICIPA ACTIVAMENTE EN LAS ACTIVIDADES DE GRUPO. SEAN LUDICAS O DE TRABAJO RESPETANDO A LOS DEMÁS.		
DIFERENCIA LOS FENÓMENOS ATMOSFÉRICOS. DESCRIBE LOS ELEMENTOS DEL UNIVERSO Y AL PLANETA TIERRA. DISTINGUE LAS ESTACIONES DEL AÑO. CONOCE LAS NOCIONES DE LA DESERCIÓN DEL TIEMPO. OPERA CON LAS MANUALES ESTIMULANDO LA MOTRICIDAD FINA. RECONOCE Y ESCRIBE LOS NÚMEROS HASTA EL 50. SE RECOMIENDA PRATICAR EL ABECEDARIO.		
ES COMUNICATIVA EXPRESA SUS EMOCIONES DE FORMA ORAL MUY CLARA. EVITA LOS CONFLICTOS. FORTALECIÓ SUS RELACIONES SOCIALES. PRACTICANDO LA ESCUCHA Y EVITANDO CONFLICTOS. LOGRÓ UNA MEJOR RELACION CON SUS COMPAÑEROS. AHORA ES INCLUIDA EN EL GRUPO EXISTIENDO DEMOSTRACIONES DE AFECTO HACIA ELA.		
ES SOCIABLE Y COMPARTE SUS EMOCIONES CON SUS COMPAÑEROS Y LA MAESTRA. DEMUESTRA MUCHO AFECTO A SU GRUPO Y ES SOLIDARIO. IDENTIFICA DE MANERA CORRECTA LOS SENTIMIENTOS QUE PROVOCAN LAS HISTORIAS NARRADAS. DEMUESTRA AFECTO A LOS PERSONAJES DE LOS CUENTOS.		
MEJORARON SUS RELACIONES INTERPERSONALES. PROCURA PONER EN PRACTICA ALGUNAS DE LAS TÉCNICAS DE CONTROL DE EMOCIONES ANTE ALGUNA SITUACIÓN DE CONFLICTO.		
COMPRENDE MUY BIEN LA DIFERENCIA ENTRE LAS EMOCIONES PRIMARIAS. LAS DESCRIBE ADECUADAMENTE USANDO UN LENGUAJE ORAL CLARO Y PRECISO.		
COMPARTE SUS MATERIALES SIN GENERAR CONFLICTOS CON SUS COMPAÑEROS. TIENE UN PENSAMIENTO REFLEXIVO Y LE AGRADA COMENTAR COMO SE SIENTE CON RELACION A SU FAMILIA.		

Fuente: elaboración propia

## Anexo 10. Indicadores de evaluación

21	MORALES	GEMIO	MARIA RENE	LE DA NOMBRE A LAS DIFERENTES EMOCIONES Y LAS DENIE A PARTIR DE SUS EXPERIENCIAS. SE RECONOCE COMO PARTE DE UN GRUPO SOCIALIZANDO CON SUS COMPAÑEROS DE MANERA AMIGABLE Y ARMÓNICA. ES MUY EMPÁTICA.
22	MURGUIA	HEREDIA	DOMINIC MATEO	RELACIONA NÚMERO Y CANTIDAD HASTA EL 30 DE FORMA SECUENCIAL. ESTABLECE SECUENCIA LÓGICA TEMPORAL AL NARRAR UN CUENTO. ORDENAR CUENTOS DE UNA LÁMINA. RESPONDE PREGUNTAS CON LÓGICA. FORMA DECENAS DE ELEMENTOS SIN DIFICULTAD. RESUELVE OPERACIONES DE SUMA Y RESTA. ACCIÓN POR LAS ARTES ESCENICAS. SE RECOMIENDA MEJORAR SU CONDUCTA PARA OPTIMIZAR SU APRENDIZAJE.
23	NAVA	ALARCON	DIEGO ARON	RESPECTA LAS OPINIONES DE LOS DEMÁS Y PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES DE GRUPO. DEMUESTRA AFECTO HACIA SU FAMILIA, A LA MAESTRA Y A SUS COMPAÑEROS. ES COLABORADOR.
24	NIETO	MATTA	MELISSA	DIFERENCIA LAS EMOCIONES. PROCURBA MOSTRAR UNA ACTITUD ABIERTA PARA COMPARTIR LAS COSAS CON LOS DEMÁS. SIN EMBARGO EN OCASIONES NO LOGRA EL AUTOCONTROL Y PROPICIA SITUACIONES DE CONFLICTO.
25	PATZI	ORTUÑO	SHARLET ZEALITIEL	PROPONE SOLUCIONES PRÁCTICAS ANTE SITUACIONES DE CONFLICTO. RECONOCE LAS EMOCIONES PRIMARIAS Y LAS EXPRESA DE FORMA VERBAL. VALORA LAS CUALIDADES DE LOS DEMÁS Y PONE EN PRÁCTICA ALGUNAS HABILIDADES EMOCIONALES. RECONOCE CON CLARIDAD LAS EMOCIONES PRIMARIAS.
26	QUIJAPE	QUITO	DAREL KENJI	DEFIENE LAS EMOCIONES DE ACUERDO A SUS EXPERIENCIAS. CON UN GRADO DE TIMIDEZ Y Poca FLUIDEZ VERBAL. ES AMIGABLE Y EVITA LAS PELEAS TRATA DE COMUNICAR CUANDO ESTAS SUCEDEN EN SU ENTORNO.
27	QUISBERT	MARQUEZ	ERIN SCARLETT	SE RECONOCE COMO MIEMBRO DE UNA FAMILIA Y COMO PARTE DE UN GRUPO DE IGUALES. EXPRESA SUS EMOCIONES A TRAVÉS DEL LENGUAJE GRÁFICO DIFERENCIANDO LAS EMOCIONES
28	QUISPE	MENDOZA	NOELIA JAZMIN	IDENTIFICA DE MANERA CORRECTA LOS SENTIMIENTOS QUE PROVOCAN LAS HISTORIAS NARRADAS. DEMUESTRA AFECTO A LOS PERSONAJES DE LOS CUENTOS. ES SOCIABLE Y LE AGRADA HACER BROMAS. DEMOSTRANDO Y CAUSANDO ALEGRIAS.
29	REJAS	RIVEROS	ADIEL KADIR	COMPRENDE QUE LA VIOLENCIA NO ES BUENA. RESPETA LAS OPINIONES DE LOS DEMÁS Y PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES DE GRUPO. DEMUESTRA AFECTO HACIA SU FAMILIA, A LA MAESTRA Y A SUS COMPAÑEROS. ES COLABORADOR.
30	RIVERA	QUISPE	LUIS RAUL	MEJORARON SUS RELACIONES INTERPERSONALES. PRACTICA LA ESCUCHA Y PROCURBA SER TOLERANTE. DIFERENCIA LAS EMOCIONES PRIMARIAS SE SIENTE CON RELACIÓN A SU FAMILIA.
31	RODRIGUEZ	CABRERA	EFREN SANTIAGO	COMPRENDE MUY BIEN LA DIFERENCIA ENTRE LAS EMOCIONES PRIMARIAS. LAS DESCRIBE ADECUADAMENTE USANDO UN LENGUAJE ORAL CLARO Y PRECISO.
32	RODRIGUEZ	ITURRALDE	IAN DEREK	ES SOCIABLE Y COMPARTI SUS EMOCIONES CON SUS COMPAÑEROS Y LA MAESTRA. DEMUESTRA MUCHO AFECTO A SU GRUPO ALEGRE DEMUESTRA SUS EMOCIONES CON EL BAILE.
33	RODRIGUEZ	MOMASTERIOS	KLARET AMELY	COMPRENDE MUY BIEN LA DIFERENCIA ENTRE LAS EMOCIONES PRIMARIAS. LAS DESCRIBE ADECUADAMENTE USANDO UN LENGUAJE ORAL CLARO Y PRECISO.
34	ROQUE	QUISPE	VICENTE VICTOR	APRENDE A DIFERENCIAR LAS EMOCIONES. SIN EMBARGO DEBE TRABAJAR EL CONTROL DE LAS MISMAS PARA LOGRAR EL AUTOCONTROL. TIENE MUCHA DIFICULTAD AL ALEJARSE DE SU MAMÁ Y ES POCO SOCIABLE CON SUS COMPAÑEROS.
36	TAMBO	ALIAGA	ELIZABETH VIVIAN	
36	TOLIN	VERA	ANETTE VALENTINA	

  
 Directora de la Unidad Educativa Santa Maria Mazzarello  
 Sor. Victoria Paz Escobar  
**DIRECTORA**

  
 Profesora Nivel Inicial  
 Silvia Loayza Ibañez  
 MAESTRA NIVEL INICIAL

  
 DIRECCION SANTA MARIA MAZZARELLO I - BUENOS AIRES  
 DISTRITO LA PAZ 1  
 Cód. Edif. Escolar: 807.30270  
 Cód. Edif. Escuela: 807.30146  
 P. Santa María

Fuente: elaboración propia