

UNIVERSIDAD
DE LOS HEMISFERIOS



SABER Y SABER HACER

Facultad de Artes y Humanidades

Carrera de Psicopedagogía

**“LA ENSEÑANZA DE HABILIDADES *SOCIOEMOCIONALES*: AUTOESTIMA,
INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EMPATÍA EN EDUCACIÓN INICIAL”**

Ensayo Académico

Trabajo de titulación presentado en conformidad con los requisitos establecidos para la
obtención del título de Licenciada en Psicopedagogía

Autor:

María Ester López

Profesor guía:

Mgs.Lucía Santovito

Febrero 2018

1. ÍNDICE

<i>Dedicatoria</i>	4
RESUMEN	5
SUMMARY	6
1. INTRODUCCIÓN	7
2. EXPOSICIÓN	12
2.1. La importancia del desarrollo socioemocional en niños de educación inicial. 12	
2.2 Definición de habilidades socioemocionales	16
2.3 El rol de las emociones positivas en la formación del yo de los niños de Educación Inicial	19
2.3.1 Definición de Emociones.....	19
2.3.2 Inteligencia Emocional	21
2.3.3 Etapas de desarrollo de habilidades emocionales en niños.	22
2.4 El rol de la empatía en el desarrollo de habilidades socioemocionales	23
2.5 El rol de la autoestima en el desarrollo de habilidades socioemocionales	27

3. ARGUMENTACIÓN	31
3.1. ¿Qué es la conducta prosocial?	32
3.2 Relación entre las habilidades socioemocionales y la conducta pro social	33
3.3 Estrategias para enseñar habilidades socioemocionales	35
3.4 SEL: Social and Emotional Learning	45
3.5 Las TIC y la educación emocional	47
3.6 El juego en el desarrollo de las emociones	49
3.7 Propuesta de planificación curricular con enfoque en habilidades	51
4. CONCLUSIONES	58
Anexos	62
5. BIBLIOGRAFÍA	67

Dedicatoria

Mi trabajo de fin de carrera dedico a Dios que me brindó las condiciones necesarias para poder elegir, finalizar y apasionarme por la carrera profesional que me hace feliz todos los días al ejercerla.

Agradezco a mis padres por ser la principal fuente de recursos e inspiración en cada paso de mi formación como profesional y fomentar en mí la curiosidad de instruirme en una carrera que se base en la conducta humana y el proceso de enseñanza.

Agradezco a los inspiradores de mis días de trabajo, mis alumnos. Gracias a ellos he podido aprender que lo más importante de cualquier proceso de aprendizaje es el deleite del proceso.

Agradezco a mi hermano y sobrino, fieles cómplices en mi formación profesional y personal para servir a mis seres favoritos, los niños.

RESUMEN

El presente ensayo tiene como objetivo explicar cómo la enseñanza de habilidades *socioemocionales* (empatía, autoestima e inteligencia emocional) en niños de edades comprendidas entre tres a cinco años (etapa pre- escolar) puede incidir en el comportamiento *pro social* a futuro.

Para cumplir con el objetivo principal de la presente investigación se realizó una revisión bibliográfica de los conceptos principales: empatía, autoestima e inteligencia emocional durante la etapa de educación inicial, analizando la importancia y significación de cada uno de ellos, para concluir que el aprendizaje de habilidades *socioemocionales* sirve de base para la aparición del comportamiento *pro social* durante las siguientes etapas de desarrollo.

La educación inicial tiene como objetivo acompañar al niño en las distintas áreas de desarrollo viéndole como un ser integral, tomando en cuenta las distintas características del crecimiento que se van presentando en sus primeros años de vida. Dentro de esta etapa educativa, se debe dar más importancia a la educación de habilidades *socioemocionales* para potencializar la conducta *pro social* en niños de educación inicial y, de esta manera promover a la formación de una persona que pueda ser un buen ciudadano y mantener buenas relaciones interpersonales.

Palabras claves: Empatía, Autoestima, Autocontrol, Inteligencia emocional, Comportamiento Prosocial, Educación inicial.

SUMMARY

The purpose of this investigation is to explain how the teaching of the *social-emotional* abilities in the pre-elementary stage (empathy, self-esteem and emotional intelligence) in children from three to five years old would affect the pro-social behavior in the future.

To fulfil the main objectives of this investigation I made a bibliographical revision of the main concepts: empathy, self-esteem and emotional intelligence during the initial education, analyzing the importance and meaning of each one of them. I concluded that the learning of social – emotional abilities is the base for the appearance of the pro – social behavior during the next development stages.

The initial education has the purpose of accompanying the child in the different areas of development, considering him /her as an integral person. I will consider the different characteristics of growing that come with his first years of life.

In this learning period we should give more importance to learning socio emotional abilities to potentialize the *pro-social* behavior in children of initial education to promote development of the person that is going to be a good citizen that keeps good interpersonal relationships.

Key Words: Empathy, Self-Esteem, Self-Control, Emotional Intelligence, Pro Social behavior, Pre-school education

1. INTRODUCCIÓN

La Constitución de la República del Ecuador reconoce, entre otros principios, la necesidad de garantizar a niños y niñas una educación integral, entendida como el despliegue de las capacidades óptimas del aprendiz (Art. 44, Constitución de la república del Ecuador).

La literatura científica internacional sugiere que lo más importante en el desarrollo de un niño no son únicamente los conocimientos teóricos que puede aprender, sino la capacidad que tenga para desarrollar un conjunto de habilidades *socioemocionales* como la empatía, el autocontrol, y la inteligencia emocional (Secretaría de Educación Pública Estados Unidos Mexicanos, 2014).

En el currículo de educación inicial en el Ecuador (Ministerio de Educación, 2014) se puede observar que hay una amplia oferta de contenidos teóricos y técnicos, sin embargo, las características de las habilidades *socioemocionales* se encuentran dentro del eje del desarrollo personal y social expuestas en un plano no prioritario.

Analizando la importancia del desarrollo de habilidades *socioemocionales*, se observa que los niños necesitan hoy en día aprender, además de habilidades cognitivas, motoras, comunicativas, entre otras; otro tipo de habilidades como: ser consciente de la presencia del otro dentro del contexto social, reconocer emociones en sí mismos y en los demás, autorregularse y demostrar una conducta de ayuda hacia sus pares.

Considerando la importancia que se debe otorgar al desarrollo de estas habilidades en la etapa de educación inicial, el presente ensayo recoge una investigación bibliográfica sobre los conceptos principales y propone un modelo de planificación de trabajo para enseñar habilidades socioemocionales en educación inicial, con el propósito de sentar las bases para el reconocimiento y adecuado manejo emocional previo al comportamiento prosocial.

Es importante mencionar lo que Kohlberg (1981) desarrolló en su teoría de Estadios del Desarrollo Moral, su teoría surge de la influencia de la teoría de desarrollo cognitivo de Piaget, esta teoría divide el desarrollo moral en tres niveles y estos niveles en dos etapas cada uno. El primero de estos niveles es el pre-convencional, se presenta entre los cuatro y nueve años de edad del niño, se considera a este nivel como individualista. La primera etapa se conoce como heteronomía, ya que el niño no tiene autonomía de la voluntad, es decir el comportamiento se rige por un factor externo que hace que el niño obedezca cierta orden por miedo a ser castigado; en la segunda etapa el niño experimenta un intercambio material de interés propio, el niño es motivado a cumplir las normas por recibir un beneficio. Como segundo nivel tenemos el convencional, se presenta entre los 10 a 13 años y el niño empieza a considerar a personas cercanas. En la etapa número tres, se desarrolla la empatía del individuo, la persona se va identificando con los intereses de todos, empieza a reconocer lo bueno y lo justo, comienza a abandonar su individualismo, y empieza a buscar el ser aceptado en un grupo; la cuarta etapa se desarrolla el sentido de ley y orden, considera necesarias y obligatorias las normas, mas no sólo para ser aceptado en el grupo como la etapa anterior, sino que ya empieza a aparecer la conciencia del deber. Por último tenemos el nivel post-convencional, se presenta en juventud y adultez. En la quinta etapa, empieza a aparecer la utilidad, el niño empieza a tomar en cuenta derechos, valores y normas encontrando su valor en lo útiles que pueden ser para el orden social, como la igualdad y justicia; en la etapa número seis se desarrolla la autonomía, en esta la persona considera los principios morales como los más importantes para regir su comportamiento.

Es importante considerar el desarrollo moral como lo propone Kohlberg, ya que en el desarrollo de las habilidades socioemocionales tienen gran participación los temas de relacionamiento social y desarrollo de la capacidad de como el niño puede empezar a tener la conciencia del otro dentro de su mundo y de esta manera lograr tener un mejor desarrollo social y afectivo.

El egocentrismo es una de las características de la primera infancia en la teoría de las etapas del desarrollo moral de Kohlberg (1981), dentro del nivel pre convencional, en la

etapa número dos acerca de favorecer los propios intereses, resalta el egocentrismo como una característica propia de la edad de los niños de educación inicial, es por eso que es necesario nombrar que en esta edad de los niños de tres a cinco años no se va a lograr desarrollar la empatía, pero sí se debe tomar en cuenta el enseñar habilidades *socioemocionales*, para preparar las bases en las que la empatía se pueda dar de forma natural y respetuosa en los niños.

Las habilidades socio emocionales son aquellas que brindan las competencias para que las personas desarrollen un concepto positivo de sí mismos, sean capaces de establecer relaciones sociales sanas; así como también aprender habilidades que les permitan el reconocimiento y manejo de sus emociones (Secretaría de Educación Pública Estados Unidos Mexicanos, 2014)

El desarrollo del área emocional y social de las personas empieza desde su nacimiento, sin embargo, el primer periodo crítico de la formación de esas habilidades aparece cuando el niño tiene aproximadamente cuatro años, y las diferentes experiencias le permiten descubrir la existencia de consecuencias emocionales de sus acciones y a través de esto lograr la comprensión de las mismas (Jaramillo Pérez, Cárdenas Maldonado, Forero Andrade, & Ramírez Díaz, 2007) (León & Sierra, 2008).

El estudio de la empatía se ha centrado en definirla como la capacidad que tiene una persona de ponerse en lugar del otro, poder sentir lo que se siente ante una situación. Los primeros escenarios donde se interioriza la empatía son la familia y el contexto pre-escolar, es en ese momento donde el niño a través de la experiencia tiene sus primeras lecciones morales que serán bases fundamentales para la interacción social, ya que se da como una etapa de preparación para la formación a futuro de personas con la disposición de compartir sus capacidades y emplearlas para ayudar a sus pares (Chinea R., 2015).

El autocontrol es una de las principales funciones de la inteligencia emocional (Goleman, 1995- última edición 2008) y se define como “la capacidad de modular y controlar las

propias acciones en una forma apropiada a su edad”, es decir el poder discernir cómo actuar ante lo que se quiere y se debe. Este concepto ha madurado bajo estudios de Moffitt (2011) que emplean este término como sinónimo de conciencia, descifrando ésta como un grupo de rasgos personales que incluyen la responsabilidad, el esfuerzo y el orden.

La inteligencia emocional es una habilidad mental específica, que implica la habilidad de percibir, valorar y expresar emociones bien descritas; también la habilidad de acceder y generar sentimientos para facilitar el pensamiento; así como también la habilidad para comprender emociones y conocimiento emocional; y por último la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento intelectual y emocional (Mayer, Caruso, & Salovey, 1999).

El comportamiento *prosocial* se define como un “comportamiento que se aplica a las conductas que benefician a otras personas y se realiza de manera voluntaria” (Hogg, M y Vaughan, 2010). Este comportamiento antes mencionado puede llegar a ser una agrupación de conductas altruistas y otras habilidades socioemocionales que se pueden empezar a ver reflejadas en la etapa escolar del niño, en la que el fin de la persona sea el bienestar del otro, viéndolo como un ser integral.

El altruismo, según (Barreto, 2015) es un comportamiento en el que la persona decide ayudar a otra sin ningún querer obtener un beneficio personal. Existen dos características que debe poseer una conducta altruista propuestas por otros autores hace algunos años (Ortiz, 2008), la primera es la ausencia de un interés personal por parte de la persona que ofrece la ayuda y la segunda es la presencia de la motivación para llevar a cabo esta conducta.

En este ensayo se toman en cuenta algunas prácticas de la enseñanza de habilidades socioemocionales en educación inicial, para evidenciar la necesidad del desarrollo de esta área socioemocional de los niños, considerando la base para el desarrollo de otras habilidades en el área del lenguaje, cognición e incluso motricidad (López, 2005).

Considerando el área de desarrollo socioemocional, se propone una propuesta de actividades para la planificación para la enseñanza de habilidades socioemocionales en educación inicial tomando en cuenta lo importante que es estimular a que los niños aprendan a conocerse a sí mismos, se autorregulen y empiecen a tener conciencia del otro para más adelante trabajar en generar interés por el bienestar del otro.

Para enseñar habilidades socioemocionales, se puede partir de la educación de emociones, específicamente trabajando en esta etapa del desarrollo. La identificación y gestión de emociones a través del juego, del ejercicio de ser consciente de estar presente en alguna actividad, incluso de la estructura y funcionamiento adecuado de su cuerpo.

Como parte de los objetivos de la educación emocional infantil se destaca a las habilidades socioemocionales, describiéndolas como: el reconocer los sentimientos y las emociones de los demás, ayudar a otras personas a sentirse bien, desarrollar la empatía, mantener unas buenas relaciones interpersonales (comunicación, cooperación, colaboración, trabajo en equipo, resolución de conflictos de una forma positiva, etc.) (López, 2005).

La educación emocional se define como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral” (Bisquerra R, 2009).

2. EXPOSICIÓN

2.1. La importancia del desarrollo socioemocional en niños de educación inicial.

Erick Erickson (1985), postula una teoría del desarrollo de la personalidad a la cual llamó Teoría Psicosocial en la que describe ocho estadios psicosociales a las que se enfrenta el niño durante toda su vida hasta la adultez. Desde los tres hasta los cinco años aproximadamente el autor plantea el estadio de “iniciativa vrs culpa”, en la cual menciona que esta es la edad en donde se desarrolla la imaginación, la actividad, el juego, la comprensión de preguntas y todo lo que le permite el campo de la imaginación. Es así que en esta etapa del desarrollo se podrían utilizar múltiples técnicas y metodologías para la enseñanza de habilidades *socioemocionales*.

Por otro lado, las emociones son parte de la amplitud de la experiencia humana, comienzan con el desenvolvimiento del vínculo madre e hijo (Bowlby, 1998). El desarrollo afectivo según Bowlby, dentro de la teoría del apego, habla acerca de que los bebés establecen un vínculo emocional con sus cuidadores primarios, este vínculo puede ser seguro o inseguro.

El vínculo emocional del que se habla es precursor de la seguridad de la empatía dentro de las relaciones a futuro en la vida adulta. Si el vínculo se establece de forma inadecuada durante la infancia, puede producir dificultades psicológicas en la vida adulta. Vínculos sanos permiten al niño conectarse con el entorno y percibir el mismo de una forma singular, es decir que el niño primero necesita vivir un proceso de identificación y reconocimiento con sus figuras de apego en el plano familiar, acto seguido en el plano preescolar como primer escenario de su desenvolvimiento social.

Se puede afirmar que la vida emocional particulariza la experiencia de vida de cada niño, marca la forma de relacionarse con los demás y determina, en gran medida, la calidad de vida que desarrolla como persona en su interacción consigo mismo y con los demás de su entorno. De aquí la importancia que posee el desarrollo *socioemocional* en la educación

inicial. Niños con un apego seguro son niños con un adecuado desarrollo *socioemocional*, que contarán con más recursos para desenvolverse de forma sana a lo largo de su vida; podrán enfrentar de mejor manera los retos, asumir los fracasos y desarrollar relaciones positivas con su entorno.

Por otro lado, la importancia del desarrollo socioemocional en los niños de educación inicial, trasciende por algunos autores, al desarrollo cognitivo. Laura Beatriz Oros (2011) en su ensayo sobre “*Desarrollo de emociones positivas en la niñez*”, comenta que en el plano cognitivo se ha demostrado que las emociones positivas tienen la capacidad de influir positivamente sobre los procesos intelectuales, mejoran el razonamiento, la resolución de problemas y el procesamiento de la información y maximizan la atención, la retención y el recuerdo, la flexibilidad cognitiva y las funciones ejecutivas, entre otros procesos que conducen a un aprendizaje ágil y significativo (Ashby, Isen & Turken, 1999; Fredrickson, 2005; Fredrickson & Joiner, 2002; Nadeau, 2001; Phillips, Bull, Adams & Raser, 2002; Tamblyn, 2003).

En el mismo artículo señala: “los estudios de Greenberg y Kusché (1996, 1998, citados en Kusché & Greenberg, 2003) demostraron un mejoramiento significativo de diversas capacidades luego de un año de intervención con el programa Paths (Promoción de estrategias de pensamiento alternativo) y con la versión abreviada del mismo; resultados que también han sido informados por otros autores”. (Castro Santander, 2005; Salmurri, 2004) (véase tabla 1.)

Tabla 1. Beneficios de la educación emocional (Castro Santander, 2005; Salmurri,2004)

Aumenta / Mejora	Reduce / Previene
El reconocimiento y comprensión de emociones	Síntomas internalizados de tristeza y ansiedad
La comprensión de problemas sociales	Iniciación en el consumo de sustancias tóxicas
El desarrollo de una eficaz capacidad de solución alternativa de problemas	Síntomas externalizados de agresividad y conducta destructiva
El autocontrol y la capacidad de tolerar la frustración	Hiperactividad
La flexibilidad cognitiva	Aislamiento
La atmósfera en clase	Quejas disciplinarias
La resolución pacífica de conflictos	Impulsividad
El rendimiento académico	Deserción escolar, suspensos y expulsiones

El reto para la educación inicial se presenta cada vez más grande. La sociedad prioriza lo objetivo, medible y externo al sujeto como vehículos para controlar el entorno y generar

valor; se ha dejado de lado lo subjetivo, lo propio de cada persona; los procesos y planificaciones educativas no apuntan en esta dirección, por ello se hace necesario el desarrollo de las habilidades *socioemocionales* que partiendo de un conocimiento propio del sujeto puedan ser puentes para la relación con los demás.

Es importante marcar estas dos esferas de evidencia del desarrollo *socioemocional*: la relación con los demás y consigo mismo, esa habilidad es además conocida por muchos autores como inteligencia interpersonal e intrapersonal. Sobre este tema López (2005) afirma que la inteligencia interpersonal se construye a partir de la capacidad para establecer distinciones entre personas, despertar el sentimiento de empatía, establecer relaciones sociales satisfactorias. Mientras que la inteligencia intrapersonal se refiere al conocimiento de uno mismo: capacidad de reconocer los propios sentimientos y emociones, poner nombre a estas emociones y expresarlas de forma sana, capacidad por quererse a uno mismo y aceptar las propias limitaciones.

En el contexto del desarrollo *socioemocional* en la educación inicial menciona López (2005) que:

Educación emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas. La educación de las emociones tiene que servir de puente para aproximar lo que queremos ser, desde un punto de vista ético, y lo que somos, desde un punto de vista biológico. Al educar emocionalmente (BACH & DARDER, 2002) se parte de unas actitudes afectivas que pretenden fomentar en el niño o niña una simbiosis entre pensamiento, emoción y acción, afrontando los problemas sin que se vea afectada la autoestima.

A sabiendas de la importancia y necesidad de la enseñanza de las habilidades *socioemocionales*, durante el transcurso de la formación del currículo que se imparte en educación inicial, se puede evidenciar como son tomados a menos prioritarios los temas relacionados a habilidades *socioemocionales*, aun siendo parte esencial e insustituible de la formación integral que se debe brindar en la institución educativa (Martinez Vidal, 2017).

Se considera que la convivencia escolar se debe caracterizar por interacciones positivas, que permitan el desarrollo armónico emocional individual y grupal; los estilos de enseñanza que se empleen en el aula deben promover la mediación, el intercambio y la convivencia entre los niños con identidades y con demandas diversas, siempre en el margen del respeto y reconocimiento del otro. Recordando que el proceso de identificación y reconocimiento se da primero en el ámbito familiar para luego continuar dentro del proceso del ámbito pre-escolar (Martinez Vidal, 2017).

Al hablar del desarrollo positivo de los niños, desde su perspectiva principal y básica, se deben de reconocer sus raíces teóricas dentro de lo propuesto por la psicología positiva (Seligman & Csikszentmihalyi, 2014), y también lo mencionado dentro de la teoría de sistemas del desarrollo humano (Gestsdottir & Lerner, 2008) (Lerner, Schwartz, & Phleps, 2009).

Desde estas perspectivas antes mencionadas, el aprendizaje de habilidades *socioemocionales* y su influencia en la conducta *prosocial* dan como resultado último un estilo educativo sano y positivo.

2.2 Definición de habilidades *socioemocionales*

El término habilidades *socioemocionales* es considerado un término equivalente al término habilidades emocionales (Bisquerra, 2000,2003), el uso de este término como la equivalencia antes mencionada es empleado más en el ámbito hispanoamericano, ya que su

equivalente en el contexto anglosajón es (emotional literacy). (e.g., Allen y Cohen, 2006; Halberstadt, Denham y Dunsmore, 2001).

Las habilidades *socioemocionales* se definen desde la perspectiva de Bar-On (2006) como un conjunto de capacidades emocionales individuales e interpersonales que influyen en la capacidad total de un individuo para saber reaccionar ante las presiones del medio que lo rodea. Tener habilidades emocionales y sociales quiere decir gestionar de manera adecuada el cambio personal, social y ambiental de forma realista y flexible, es decir tener respuestas adecuadas a las situaciones inmediatas, resolver problemas, tomar decisiones y mostrar optimismo, actitud positiva y automotivación (Bar-On, 2006).

No se puede hablar de habilidades *socioemocionales* sin enmarcar este tipo de habilidades dentro del contexto de la inteligencia emocional, debido a que las habilidades *socioemocionales* constituyen un instrumento personal de gran ayuda para tener la capacidad de reacción adecuada ante algunas situaciones de la vida. (Perez Gonzalez, 2008)

Mayer y Salovey (1990) definieron por primera vez el concepto “inteligencia emocional”, con el tiempo fue evolucionando el concepto y en 1997 sus escritos le empiezan a dar más importancia a los componentes cognitivos y a la habilidad para reflexionar sobre las emociones. Desde entonces, se han realizado numerosas publicaciones sobre este tema en los ámbitos educativo, organizacionales y de la salud (Ciarrochi, Forgas y Mayer, 2006; Matthews, Zeidner y Roberts, 2007; Mestre y Fernández-Berrocal, 2007; Schulze y Roberts, 2005; Zeidner, Matthews y Roberts, 2009).

Los mismos autores (1990), empiezan a desarrollar un estudio de las habilidades *socioemocionales* en el contexto del aprendizaje, brindando una teoría sobre Inteligencia emocional en la literatura académica. El estudio tenía como objetivo que la enseñanza de las emociones pueda tener un reconocimiento en los currículos pre-escolares (Fernández-Berrocal & Extremera, 2006), para que de esta manera se vean mejorados aspectos esenciales del ambiente del aula. Uno de los aportes que dio más peso para el objetivo del

estudio fue encontrar la relación entre el desarrollo de la comprensión de consecuencias de las emociones y a la regulación emocional, como parte de los pilares de la inteligencia emocional. Cabe mencionar que en las edades tempranas es donde se desarrolla de manera óptima la comprensión de consecuencias (León & Sierra, 2008).

Se debe recordar que el trabajo con niños de educación inicial, si bien están dentro de una aula con otros compañeros, el abordaje para el trabajo de inteligencia emocional y reconocimiento de emociones debe ser de manera individual y personalizada, ya que como menciona Kohlberg (1981) al estar el niño en una etapa de desarrollo egoísta se le debe enseñar de forma concreta basándose en sus experiencias para que así logre comprender sus emociones de manera adecuada y potenciar el desarrollo integral de la persona, con la finalidad última de aumentar el bienestar personal y social (Perez Gonzalez, 2008).

Reconociendo la importancia de la enseñanza de las habilidades *socioemocionales* dentro del sistema educativo de nivel inicial y como parte del currículo, esto se convierte en una demanda explícita de la familia, comunidad educativa y sociedad, en general de una intervención precisa de parte del docente. El maestro, dentro de su responsabilidad como encargado del proceso de enseñanza y aprendizaje del alumnado, debe tener presente en sus prácticas pedagógicas, algunas condiciones que, no sólo facilitan el desarrollo de habilidades *socioemocionales*, sino estar consciente de que en esta etapa del nacimiento hasta los cinco años el niño aprende a desarrollar vínculos (Bowlby, 1998) que claramente serán parte importante del desarrollo de la personalidad.

La propuesta de trabajo de habilidades socioemocionales que ofrece el profesor debe ser una propuesta de enseñanza-aprendizaje, que tenga como característica principal las relaciones armónicas y enriquecedoras, permite, además de la convivencia pacífica, el generar la sensación permanente de seguridad, la cual facilita la potencialización de las habilidades *socioemocionales* (Rendón Uribe, 2015).

Entre las habilidades *socioemocionales* existe un listado amplio, sin embargo, en ese trabajo se tomarán en cuenta sólo algunas de estas: empatía, autoestima, autocontrol e inteligencia emocional. Ya que, estas cuatro antes mencionadas, son lo suficientemente bastas en su significado y aplicación para comprender el objetivo central de la enseñanza de las habilidades *socioemocionales*, ya que engloban varios elementos que se pueden poner de manera práctica dentro de un plan pedagógicamente adecuado en el currículo de educación inicial.

2.3 El rol de las emociones positivas en la formación del yo de los niños de Educación Inicial

2.3.1 Definición de Emociones

Las emociones como un estado complejo propio del organismo posee dos características: excitación o perturbación que prepara a una respuesta bien estructurada. Para Frijda (2004) la verdadera importancia de las emociones es la identificación y valoraciones basadas en hechos más relevantes en nuestras vidas.

Hay otro autor que considera las emociones como tendencias de respuestas, en el cual la capacidad de adaptarse va de la mano con manifestaciones fisiológicas como expresiones faciales, cumpliendo las funciones de ser facilitadoras en los procesos de interacción y como fuentes de información acerca de los propios estados emocionales para uno mismo y para las personas que están a nuestro alrededor (Fredrickson, 2001).

El postulado de Redorta, Obiols, & Bisquerra (2006), que definen a las emociones como estados y formas de percibir estímulos internos y externos, en una situación de adaptación a cualquier cambio, que se presente en la vida diaria.

Las emociones, se basan en tres componentes principales, que son: de naturaleza neurofisiológico, cognitivo y de comportamiento; los componentes neurofisiológicos tienen relación con la función de respuesta a estímulos y pueden manifestarse en forma de sudoración, taquicardia, respiración y otras respuestas neurovegetativas. El segundo componente, es el cognitivo, que se focaliza en la valoración subjetiva de las experiencias vivencias, que hace que le demos un nombre al estado emocional (Enríquez, 2011). Por último, el componente comportamental, que se refiere a un elemento de información acerca del tipo de emociones que podamos estar experimentando, como: las expresiones faciales, el lenguaje verbal y el no verbal.

Cada etapa del desarrollo del niño supone periodos sensibles para la adquisición de habilidades emocionales, que según Montessori (2014), son etapas en las que el niño tiene un gran interés por aprender esas habilidades en específico. El primer periodo sensible en el área del desarrollo socioemocional se da de los tres a los seis años, donde el niño se muestra interesado en conocer de la socialización, funcionamiento del mundo y establecer relaciones (Jaramillo, Cárdenas, Forero, & Ramírez, 2007).

Otros autores complementan también este enunciado diciendo que es a los cuatro años, en la que empieza la etapa escolar “formal”, en donde se generan nuevas posibilidades en el reconocimiento de consecuencias emocionales de sus acciones y la comprensión de las mismas (León & Sierra, 2008).

Desde la práctica se evidencia que los niños empiezan a conocer sus emociones y consecuencias de las mismas en este primer momento en el que se encuentran en un ambiente preescolar, ya que ese es el primer momento en el que se empiezan a relacionar de manera autónoma con otros niños por un tiempo más prolongado y necesitan por parte del maestro este acompañamiento en el desarrollo del área *socioemocional*, unos en mayor o menor intensidad y para ser más específicos les resulta muy útiles el hecho de que el maestro le acompañe a descubrir distintos métodos para poder gestionar las emociones. Es una etapa en la que el niño está muy interesado en relacionarse con sus pares pero le cuesta

saber la forma en la que debe hacerlo y para poder entender el mundo que le rodea, las consecuencias de acontecimiento y demás factores que componen su desarrollo social necesita ciertas estrategias para poder intentar entender y controlar su mundo primero.

2.3.2 Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es una habilidad mental específica, que implica la habilidad de percibir, valorar y expresar emociones bien descritas; también la habilidad de acceder y generar sentimientos para facilitar el pensamiento; así como también la habilidad para comprender emociones y conocimiento emocional; y por último la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento intelectual y emocional (Mayer, Caruso, & Salovey, 1999).

Esta habilidad al ser tan compleja necesita ser acompañada de una maduración orgánica cerebral, quiere decir que debe haber un adecuado desarrollo cognitivo para poder desarrollar esta habilidad. Pero, además de un desarrollo cognitivo adecuado que facilite la conciencia de emociones, es importante que el niño pueda ser un sujeto empático. Término que para Bisquerra R. en su trabajo: *“Educación emocional Documento inédito elaborado para las Jornadas del Máster en Resolución de conflictos en el aula”* (2016) es “un requisito importante para la convivencia social, ya que permite poder condolerse de los otros, y lograr procesar las emociones de los otros, para así mediante la auto regulación modificar la conducta en pro y servicio de del otro”.

La inteligencia emocional, también conocida como conciencia emocional es definida por Bajgar, Ciarrochi, Lane, & Deane (2005) como “la habilidad del sujeto para identificar y describir sus propias emociones y las de los otros” (p. 45). Esta habilidad, al ser tan compleja, necesita ser acompañada de una maduración orgánica cerebral, quiere decir que debe haber un adecuado desarrollo cognitivo para poder desarrollar esta habilidad.

Una persona que no puede diferenciar una emoción de otra, y a través de eso generar una respuesta puesta en acto socialmente adecuada, tendrá problemas al relacionarse con el resto, ya que no existe un plano de total libertad, y son los límites entre los unos y los otros los que permiten que la convivencia social sea posible. No se trata tan solo de comprender cómo se puede sentir una persona, sino que ésta también logre comprender cómo se siente el otro; "...se hace evidente que cuando se adquiere la conciencia emocional, esta lleva a que el individuo sea más sensible a las emociones de los otros y por lo tanto esté en capacidad de evitar sesgar sus percepciones, mostrándose más sensato en la modulación de la emocionalidad" (Harwood & Farrar, 2006).

Una sociedad de personas con grados altos de empatía que puedan dolerse de los otros no es algo que sucede por naturaleza, sino que es una condición propia de un proceso de enseñanza-aprendizaje, ya sea adquirido en casa como en las aulas. La importancia de que los niños puedan experimentar empatía hacia los demás radica en que al observar y sentir de alguna forma las emociones reflejadas en el otro, moviliza la acción de consuelo o de felicidad conjunta, la comunicación y la interacción social. Si un niño observa a su compañero de aula feliz y siente felicidad, o si le ve decaído y siente interés de preocuparse por él, está vivenciando el sentimiento de empatía.

2.3.3 Etapas de desarrollo de habilidades emocionales en niños.

El desarrollo emocional de los niños es una etapa importante dentro de su proceso de aprendizaje: las personas más cercanas, que se encuentran alrededor del niño, deben tomar en cuenta que el ambiente que proporcionen va a determinar factores importantes para el desarrollo adecuado e integral del niño.

Como una persona se desarrolla de manera integral se puede decir que las emociones van de la mano de lo social, el lenguaje y el área cognitiva. Por lo tanto, el desarrollo de un ámbito va a afectar directamente al otro.

En niños de 2 y 3 años empieza la comunicación. El niño ya se vuelve un poco independiente, en cuanto a que camina y logra verbalizar sus necesidades. Por lo tanto, tiene más herramientas con las cuales puede expresarse. Su ira, frustración, felicidad se ven expuestas en sus acciones por lo que el adulto debe ayudar a regular y controlar adecuadamente las emociones que el niño siente. Así mismo, existe un aumento de las relaciones sociales mediante las cuales el niño va a poder empezar a aprender la empatía hacia los demás.

Por otro lado, comenzarán una etapa de intensos y diferentes sentimientos con relación a su mamá y su papá, comienza afianzarse su propia identidad (Martín, 2012).

Cabe mencionar que existen distintas etapas del juego, según Piaget, la etapa de: el juego de ejercicio, el juego simbólico y el juego reglado, los niños de educación inicial se encuentran en la etapa del juego simbólico. En niños de 4 y 5 años el juego tiene un papel fundamental en el desarrollo de las emociones ya que a través de la simbolización expresa sus emociones más intensas y muchas veces conflictivas, expresa también sus fantasías, sus miedos, pero también enriquece su imaginación, su creatividad y logra nuevos aprendizajes (Martín, 2012).

2.4 El rol de la empatía en el desarrollo de habilidades socioemocionales

Ningún niño nace siendo un ser empático, ya que a través de las figuras de apego (Bowlby, 1998) el niño aprende a relacionarse con los otros y esto implica el comenzar a reconocer las emociones de los otros niños y adultos. Si un niño observa a uno de sus pares llorar después de una caída, sabe que ese llanto es sinónimo de dolor ya que lo relaciona con una experiencia previa de sí mismo y puede entender que una caída duele, en este reconocimiento del dolor del otro empieza la respuesta empática.

La empatía, es la respuesta del área afectiva a la comprensión sobre el estado emocional de los demás, que consiste en sentir el estado en el que se encuentra el otro (Escartí, Gutiérrez, Pascual, & Wright, 2013).

Este término ha sido estudiado desde hace algunos años atrás, uno de los conceptos más recientes es el que proponen García, González y Maestu (2011) que definen la empatía como la capacidad de una persona para reconocer y entender los pensamientos y sentimientos de los otros. La empatía no solo incluye las respuestas emocionales, sino también la capacidad de entender las emociones de los demás, lo que merece una habilidad cognitiva, es ahí donde esta habilidad está relacionada con la inteligencia emocional (Goleman, 1995).

La aparición de la empatía en el ser humano se explica desde algunas teorías. Las teorías basadas en las neurociencias se enfocan en la percepción automática de las emociones de los demás basándose en investigaciones sobre las neuronas espejo.

El modelo de la percepción/acción y la teoría de la simulación parte del trabajo realizado por López, Filippetti y Richaud (2014), quienes sustentan una relación entre la actividad de las neuronas espejo y la capacidad de los niños para tener empatía con otras personas.

El modelo de Percepción/Acción, consistía en que la persona que observa la emoción experimente la sensación de la emoción del observado, partiendo de la experiencia de compartir con el otro las representaciones mentales sobre un determinado comportamiento, o situación que se está dando. Se impulsan respuestas autónomas, en el observador, generadas de una experiencia en el área emocional que concuerda con las emociones del observado.

Existen otras teorías que se basan en aspectos cognitivos, basándose en estudios cognitivos (López, et al., 2014). Una de estas teorías es la Teoría de la Mente, que hacen referencia a

los aspectos más cognitivos de la empatía, enlazados a las funciones cognitivas superiores, propias de los seres humanos (López, et al., 2014).

La mentalización es el proceso por el que se hacen inferencias respecto a los estados mentales propios, o ajenos. De este modelo se diferencian cuatro tipos de estados mentales: a) disposiciones de larga duración. b) estados emocionales de corta duración, como tristeza o enfado, deseos e intenciones asociadas; c) creencias sobre el mundo; y d) intención comunicativa (López, et al., 2014).

La investigación científica afirma que la empatía en los niños se presenta de forma innata, las habilidades empáticas merecen un proceso de desarrollo dependiente en gran parte de varios elementos, las posibilidades de socialización, la interacción con sus padres y las pautas empáticas de estos (Chacón y Romero, 2014). Es así que, la etapa de educación inicial se convierte en una etapa exclusiva para la preparación de los fundamentos en los que más adelante se generarán empatía, como parte del desarrollo *socioemocional* del niño,

Un gran complemento del trabajo en el aula de clase son las interacciones tempranas de padres e hijos, ya que, si los niños están expuestos a actos empáticos y *prosociales* modelados por sus padres, esto podría facilitarles futuros comportamientos similares (López, et al., 2014).

La empatía se desarrolla como una de las habilidades socioemocionales que se empiezan a desarrollar dentro de la niñez temprana en el segundo año de vida del niño (Liddle, Bradley, & Mcgrath, 2015).

Este postulado, el que se empiece a desarrollar la empatía en dentro del segundo año de vida cobra más peso con Mestre Escrivá, Pérez Delgado, Samper García y Martí Vilar (1998), quienes dicen que la empatía actúa como base para que a futuro se presente la conducta *prosocial*.

Garaigordobil & García (2006), también señalan que la empatía contribuye al desarrollo de la conducta *prosocial*, y se complementa también con los estudios de Gorostagia, Balluerka & Soroa (2014), diciendo que se relaciona con una conducta más cooperativa.

Por otro lado, la empatía no solo es un factor que motiva la conducta *prosocial*, sino podría ser la base para el desarrollo de las habilidades sociales y un requisito para un desarrollo óptimo de las capacidades de interacción (Oros y Fontana, 2015).

La empatía, trabajada y construida desde un enfoque multidimensional que contemple al niño en su máxima expresión humana, en la que se relacionan los procesos cognitivos y las vivencias emocionales, se ha podido crear una relación con la explicación de la aparición de las conductas *prosociales* en la siguiente etapa de desarrollo.

La conducta *pro social*, como fruto de la empatía dentro de las habilidades *socioemocionales* es un aspecto sobresaliente y un resultado palpable de la existencia de un desarrollo positivo y armonioso en la persona (Benson, Scales, Hamilton, & Sesma, 2006) (Catalano, 2004), esta conducta es definida como una actuación voluntaria con la intención principal de ayudar a otros (Einsberg & Fabes, 1998). Son muchas las investigaciones que congenian la empatía y conducta *prosocial*, como por ejemplo lo investigado por McMahon, Wemamn, & Pames (2006) refleja que al ser una persona lo suficientemente empática, puede evitar el tener prácticas antisociales como golpes e insultos, ya que la actuación de la persona se vuelve propositiva. Eisenberg, et. al. (2005), establecen una línea de investigación, que propone estudiar la empatía y la conducta *prosocial*, y fruto de la profundización del estudio, concluyeron que “la habilidad para controlar las emociones (el autocontrol) juega un rol fundamental en presencia de la conducta *pro social* en un futuro en los niños”

2.5 El rol de la autoestima en el desarrollo de habilidades *socioemocionales*

La autoestima es un fenómeno complejo, ya que es constituida por cada ser humano, a partir de las aportaciones que hacen las personas, que son figuras significativas con las que tuvo relación desde su infancia. Es un proceso individual, alimentado los conceptos que hacen las personas que rodean a la persona Pruneda (2003).

Al estudiar el concepto de autoestima se puede decir que tiene una estrecha relación con el autoconcepto, ya que el termino autoestima si incluye una valoración y expresa el concepto que se tiene de uno mismo (Arrojo Montilla, 2016).

Es decir, el niño se da unas cualidades con un juicio de valor, provenientes de su experiencia, que pueden ser consideradas positivas o negativas (Musitu, Gracia, & Román, 1998).

Por esta razón se presenta el concepto de autoestima según (Lila, 1995) como el resultado de una autoevaluación, que brinda una valoración positiva o negativa, basándose en las experiencias, sentimientos y pensamientos, dando como conclusión final una satisfacción personal del individuo consigo mismo.

La autoestima, en palabras de Hogg (2010) es “un conjunto de sentimientos y evaluaciones sobre uno mismo”. La autoestima como un elemento importante del desarrollo emocional de una persona, está relacionada con la identidad social, ya que cada persona se construye a través de la mirada del otro, de las palabras que el otro genera entorno al individuo y que le dan una noción sobre sí mismo, esto comienza desde casa, núcleo de la sociedad.

Cabe mencionar que la autoestima y el auto concepto se desarrollan a lo largo de la vida, partiendo en la infancia. Uno de los ejemplos es el hecho de que los niños se sientan acariciados, y con sentimientos corporales agradables, considerando este hecho como un precursor de la autoestima positiva (Zamora Lorente, 2012).

La formación de la autoestima se da basada en las relaciones con las principales figuras de apego, y más adelante con las personas de la familia, escuela y grupo de iguales. El autoconcepto y la autoestima se van desarrollando conforme el niño va desarrollándose en sus contextos sociales, es por eso que hasta los tres o cuatro años, estos se van construyendo por la imagen que de sí mismo reflejándose en la imagen de sus padres. (Zamora Lorente, 2012) Por esta razón es tan valioso que el niño tenga una adecuada relación con sus padres.

Luego de la educación inicial, el niño pasa a un proceso de educación básica, en el que el contexto cambia un poco, dándole un papel protagónico a los profesores para la construcción de su autoestima; para la formación de una autoestima positiva, se debe tomar en cuenta la salud mental y desarrollo socioemocional del niño. Es importante que el niño mantenga un adecuado nivel de autoestima ya que el éxito de sus actos se verán influenciados por la presencia de adecuadas habilidades *socioemocionales*.

María José Zamora Lorente, en su trabajo titulado “El desarrollo de la autoestima en educación inicial”, concluye que cuanto más alto sea el nivel de autoestima en el niños tendrán mayor posibilidad de resolver eficazmente los problemas de la vida; siendo también la autoestima un estímulo para que afronte de manera equilibrada las dificultades.

Una buena autoestima es una autoestima alta, que no debe ser confundida con una personalidad narcisista ni con la imagen de una persona prepotente, sino que una alta autoestima es sinónimo de bienestar. Según María José Zamora Lorente, en su trabajo antes mencionado, existen algunas características de los niños con un adecuado nivel de autoestima, como seguridad y confianza en sí mismos; se muestran la mayor parte del tiempo felices; son estables emocionalmente; logran disfrutar de sí mismos, de sus cualidades; se muestran creativos, cooperativos y son capaces de seguir reglas; le dan un adecuado valor a sus actos y concepto de sí mismos; logran admitir sus limitaciones y

aspectos menos favorecidos de su personalidad; el resto encuentra en ellos una amistad; saben proyectarse hacia los demás; son abiertos y atentos; mantienen relaciones sociales saludables y son consecuentes entre lo que piensan y sus actuaciones.

También están las características de niños que presentan autoestima en un nivel bajo, se ahogan ante dificultades; Sienten minusvalía; tienen inaceptación psicofísica y baja imagen corporal; no son capaces de asumir responsabilidad; se manifiestan gran parte del tiempo con un estado de ánimo triste; buscan modelos que imitar; tienen falta de confianza no en sus posibilidades

Así como existe una autoestima personal también existe una autoestima escolar, colectiva, como producto de un trabajo social, así pues, es preciso mencionar lo que (Martinez, y otros, 2008) proponen, ya que una alta autoestima escolar genera el ambiente necesario para que las relaciones interpersonales sean armoniosas, evitando las reacciones no positivas y violentas.

La autoestima, sea individual o colectiva, es parte del desarrollo emocional de los niños, y esta no aparece por arte de magia, sino que nace a partir de la mirada del otro, de una madre, un padre que ayuda a su hijo y van generando todos los esquemas y estigmas sociales. El protagonismo de los padres es clave para poder comprender el porqué de muchos de los comportamientos en la infancia y a lo largo de la vida del sujeto, y es que dependiendo de cómo fue vivida la paternidad para los progenitores y cómo estos encausaron sus sueños y frustraciones en su hijo, devendrá el desarrollo emocional de cada persona.

Existen algunas consideraciones que se deben tomar en cuenta el momento de fomentar la autoestima en niños de educación inicial según el trabajo de investigación de Zamora Lorente (2012). Promulgar la confianza en sus posibilidades y señalar las conductas adecuadas esperadas, como también las negativas, teniendo siempre en cuenta no caer en

comparaciones. Tener expectativas realistas de acuerdo a sus características de desarrollo y lo esperado para su edad, motivando la autonomía e independencia.

Varios autores concuerdan con que el desarrollo emocional del niño “se ve influenciado por diferentes factores; por ejemplo, los estilos de crianza”; ya que, si la crianza ha sido positiva o negativa, vivida desde el niño con respecto a su relación con sus figuras de apego, padres y/o cuidadores primarios, “esto mediará en el desarrollo emocional dado que contribuyen a fortalecer o debilitar la autoestima en los niños permitiendo el establecimiento de vínculos afectivos sanos y actitudes *prosociales*” (Martinez, y otros, 2008) (Mestre, Tur, Samper, Nácher, & Cortés, 2007) (Ortiz, y otros, 2008).

Los problemas que presentan los niños hoy en día, muchos de ellos y sus actuaciones de adultos, pueden ser fruto de la estrecha e íntima relación que se tiene de la autoestima y la conducta *pro social*, que presentan en la edad adulta (China Romero, 2015); la autoestima es “un conjunto de sentimientos y evaluaciones sobre uno mismo” (Hogg, 2010 p.132), y un factor importante en las conductas *prosociales*, se construye la identidad social, esta que surge fruto de que cada persona nace en un mundo habitado de otras personas que colaboran con su construcción personal, y le dan las pautas para la elaboración de su auto concepto, es así que el medio pre- escolar puede facilitar un ambiente en el que el niño comience la construcción de su autoestima dentro de un programa de habilidades *socioemocionales*.

3. ARGUMENTACIÓN

El análisis de encontrar varias razones que justifiquen la necesidad de que exista la enseñanza de habilidades *socioemocionales* lleva a darle peso al hecho de que enseñar a los niños estas habilidades no quiere decir que se vaya a cambiar el enfoque del desarrollo del área socioemocional del niño. Sino que con estas habilidades se potencialice el relacionamiento del niño con sus pares, y que en la siguiente etapa de desarrollo pueda relacionar estas habilidades socioemocionales ejercitadas en el apareamiento de la conducta *pro social*. Es decir que se resalte la importancia de aplicar algunas actividades propuestas en un plan de enseñanza de habilidades socioemocionales para lograr abarcar de manera adecuada el desarrollo del niño como un ser integral.

Desde la experiencia dentro del acompañamiento de niños de educación inicial, se puede manifestar claramente que la aplicación de actividades enfocadas al conocimiento de sus emociones y concepción del entorno ayuda a los niños a tener diferentes elementos para ejercer una interacción social sana y colaborar en su estabilidad emocional. En la práctica de la docencia no se queda como un objetivo más logrado en la planificación curricular, sino que se convierte en un elemento que adquiere el niño para poder formarse como una persona de bien y desarrollarse en las siguientes etapas como una persona que busque no solo su bienestar sino también el de la sociedad. No se puede pasar por alto que la aplicación de actividades para desarrollar habilidades *socioemocionales* no solo repercuten en las personas que rodean al niño, sino primeramente en la satisfacción del mismo niño que va logrando un desarrollo socioemocional, es decir se muestran en el día a día como mejor adaptados a su entorno, resilientes, con actitud positiva y en general disfrutando más de su vida de manera natural.

3.1. ¿Qué es la conducta *prosocial*?

La conducta *prosocial* empieza a ser estudiada a finales de la década de 1950, y parte su investigación de la relación con la conducta altruista, la misma que va evolucionando a conducta de ayuda, hasta dar origen a la conducta *prosocial* (Barreto 2015).

La definición de comportamiento *pro social* según Hogg & Vaugham (2010) es “un comportamiento que se aplica a las conductas que benefician a otras personas y se realiza de manera voluntaria”. Pero no sólo está compuesto por actos de ayuda, sino es un compendio de motivos altruistas y competencias *socioemocionales* que aportan al bienestar del otro.

Según Barreto (2015) hay tres teorías principales para explicar por qué las personas deciden ayudar; la primera deriva una razón desde la teoría evolutiva, basándose en principio de la conservación de la especie (Penner, Dovidio, Piliavin, & Schroeder, 2005), es decir las personas se ven impulsados a hacer cosas en favor del otro para garantizar el éxito reproductivo.

La segunda, es la teoría del aprendizaje por observación que sostiene que el comportamiento *prosocial* se aprende, es decir es una habilidad adquirida y esta habilidad se gana a través del modelamiento de conductas *prosocial* y la consecuencia que dichos actos evidencian (Ortiz, y otros, 2008) (Barreto, 2015).

Por último, la tercera propuesta es la teoría del intercambio social (Barreto, 2015), consiste en un intercambio de coste-beneficio como motivador de llevar a cabo una conducta *prosocial*. La base de esta teoría es la reciprocidad, el “si me ayudas te ayudo” Es por esta razón que algunos autores sostienen que quien recibe la ayuda puede experimentar impotencia y sentirse en una deuda exigida implícitamente a diferencia de quien ofrece la ayuda, ya que logra una recompensa positiva por la sensación de poder que puede experimentar por elección propia.

La razón por la que ayudamos no sólo se basa en estas teorías, sino por otros motivos, entre estos ese sentir a menudo que es porque algo nos lleva a que ayudemos. El “algo” del que hablamos se conoce como normas sociales, entendido con otras palabras como “expectativas sociales”, que son las que prescriben el comportamiento apropiado, los deberes de nuestras vidas” (Myers, 2005).

Ortiz (1994) señala dos normas sociales en las que se fundamentan la conducta de ayuda: la primera de estas es la norma de reciprocidad y la segunda, la norma de responsabilidad social. Esta primero mencionada hace relación a brindar la ayuda a quienes antes tuvieron una conducta similar, y no causarles daño. La reciprocidad, como la segunda norma se enfoca en ese sentir negativo, de degradación y amenaza a la ayuda que experimenta la gente cuando recibió ayuda anteriormente y no puede devolver la ayuda (Myers, 2005), también aporta a la norma antes mencionada, diciendo que el recibir ayuda sin un requerimiento de la misma puede hacer daño a la autoestima, por esta razón la norma que motiva a ayudar de una forma más desinteresada a aquellas personas, que sin habernos brindado su ayuda, detectamos que la necesitan.

3.2 Relación entre las habilidades *socioemocionales* y la conducta *pro social*

Por habilidades *socioemocionales* se definen algunos conceptos muy relacionados entre sí. Para el desarrollo de esta parte del presente ensayo lo relacionaremos con el concepto de competencias emocionales, en función de la bibliografía generada y los estudios relacionados con la conducta *prosocial*.

Ruvalcaba Romero, N. y otras (2017), definen las competencias *socioemocionales* como un conjunto de capacidades emocionales individuales e interpersonales que influyen en la capacidad total de un individuo para responder ante las presiones del medio que lo rodea. Ser emocional y socialmente inteligente significa gestionar con eficacia el cambio personal, social y ambiental de forma realista y flexible, es decir, afrontar las situaciones

inmediatas, resolver problemas, tomar decisiones y mostrar optimismo, actitud positiva y automotivación (Bar-On, 2006).

En referencia a las habilidades *socioemocionales* que se han planteado en este ensayo y su relación con la conducta *pro social*, se menciona el altruismo, entendido como un concepto motivacional, siendo su meta aumentar el bienestar de otra persona. Contrariamente el egoísmo es la motivación cuyo fin es acrecentar el propio bienestar, que en la etapa preescolar por lo mencionado por Kolberg (1981), que presenta el niño como una característica propia de su desarrollo. Desde este punto de vista, no existiría una relación estricta entre el comportamiento *prosocial* y el altruismo, en el sentido de que la conducta *prosocial* no necesitaría estar motivada por el altruismo (Auné, S. y otros 2014).

Es así que toda conducta altruista puede ser considerada *prosocial*, pero no toda conducta *prosocial* puede ser considerada altruista (González Portal, 2000; López, 1994).

En la misma línea de la relación existente entre habilidades *socioemocionales* y conducta *prosocial* se pueden definir tres dimensiones de la conducta *prosocial*: comportamientos empáticos, altruismo y compartir. Quedan comprendidos en comportamientos empáticos aquellos comportamientos que manifiestan comprensión, refuerzo y soporte emocional. Se entiende a la dimensión altruismo como una anteposición de las necesidades de los otros a las propias. Supone comportamientos de ayuda, asistencia, cuidado y compromiso con los otros. Implica necesariamente un benefactor y un beneficiario claramente diferenciados. Por último, compartir se define como dar, donar, prestar o compartir objetos, tiempo, dinero, experiencias, u otro aspecto de valor para los usos y costumbres (Auné y otras, 2014).

La capacidad empática y las creencias de autoeficacia empática también se han planteado en numerosos estudios como variables predictoras y moduladoras de la conducta *prosocial* (Caprara, Alessandri, & Eisenberg, 2012; Mestre, Samper, & Frías, 2002, Twenge, Baumeister, De Wall, Ciarocco, & Bartels, 2007). Dentro de la enseñanza de habilidades

socioemocionales en niños de educación inicial, la capacidad empática suele facilitar la conducta *prosocial*, pero también se reconoce la necesidad de que el que empatiza disponga de habilidades para responder al sufrimiento ajeno, entendido desde una perspectiva amplia como malestar o niveles de bienestar inferiores a los deseables (Batson, Van Lange, Ahmad, & Lishner, 2007).

3.3 Estrategias para enseñar habilidades *socioemocionales*

Después de la casa, la escuela es el lugar donde más tiempo pasan los niños y las niñas, y es por esta razón que el aula de clase es el lugar idóneo para la enseñanza de habilidades *socioemocionales* que favorezcan el reconocimiento de las emociones, el emplear los valores necesarios para que el niño aprenda a respetarse a sí mismo y al resto de personas, entre otras cosas que favorezcan a la convivencia armónica en el contexto escolar y social en general.

En la actualidad existen múltiples técnicas, métodos, estrategias y programas a nivel pedagógico, que se utilizan como propuestas didácticas y diversas para la enseñanza y desarrollo de las habilidades *socioemocionales*. A continuación, se expondrán algunos de estos programas pedagógicos, que han sido utilizados ya antes en proyectos y que cuentan con fundamentación teórica de peso y una trayectoria de trabajo que les antecede.

Las propuestas a ser descritas durante esta parte del trabajo, serán relatadas de forma concreta, destacando su importancia, y están centradas en el contexto del aula pre-escolar, es decir que pueden ser realizadas en el aula de clase, con los insumos de la institución educativa y que pueden ser anexadas como parte del currículo pre-escolar de la educación inicial.

Los psicopedagogos, pueden trabajar las emociones dentro de la enseñanza de las habilidades *socioemocionales*, dentro de las instituciones educativas mediante: actividades que incluyan el trabajo con las diferentes formas de arte que existen (pintura, teatro,

música, fotografía, dibujo, entre otras), actividades con lectura y reflexión guiada de cuentos con moralejas sencillas para niños sobre las emociones, actividades de *mindfulness* que proponen estados de relajación para la comprensión de las emociones y como una respuesta ante las situaciones frustrantes, actividades en las que mediante el deporte se puede expresar en el cuerpo del infante toda su energía y canalizarla en actividades propositivas, actividades en lo expuesto por el proyecto “social and emotional learning” que menciona múltiples opciones para entender y trabajar las emociones, actividades con el uso de las nuevas tecnologías a través de aplicaciones en computadora o en tabletas electrónicas en donde se aprenda de forma asistida por el ordenador situaciones en las que se expresen emociones y qué hacer frente a cada una de ellas, actividades que involucren el juego como base a la experiencia concreta y vivencial de las emociones.

Los niños en educación inicial, necesitan actividades lúdicas con las que se logren identificar y que estén dentro de sus preferencias para poder hacer un enganche y así aprender lo que se propone en la enseñanza de habilidades emocionales. El trabajo es complicado e implica mucha ética, responsabilidad y madurez del psicopedagogo al intervenir con un proyecto que trabaje esta área, ya que es una parte subjetiva del niño y muy personal, que debe ser tratada de forma adecuada y respetuosa. El fin del trabajo psicopedagógico en las habilidades emocionales es el poder colaborar con los niños, brindándoles diferentes herramientas que puedan utilizar para entender cómo se sienten, ubicar por qué se sienten de una u otra forma, y cómo actuar de forma adecuada frente a cada situación frustrante e intensa emocionalmente se le presente.

El dibujo es lo más importante para la expresión artística en los niños, no hace falta mucha estimulación para que el niño comience a dibujar en la etapa preescolar, pero conforme el tiempo va pasando, el niño encuentra en la lectura el ingreso a la cultura, al mundo del conocimiento del cual sólo era partícipe a través de las preguntas y que ahora entiende mejor con textos en letras y dibujos.

Cuando el niño en la educación inicial, dentro de las actividades de arte, disfruta de sus creaciones artísticas, se debe a que se están reconociendo a sí mismos, es decir reconociendo su “yo”. La identificación con algún lenguaje artístico, produce mucho disfrute y satisfacción en los niños, ya que pueden proyectar eso que tienen dentro y no saben cómo ponerlo en palabras. Es así que sus manifestaciones artísticas afloran sus más profundos e inconscientes sentimientos, logrando expresar todo lo que sienten y piensan. Por este motivo, la afirmación de que cada manifestación artística es única, es debido a que el trabajo con artes al involucrar mucho del mundo interior de cada niño, genera un contenido único en el que se expresa lo que ha vivido y lo que imagina. Las creaciones artísticas son el reflejo del niño y su mundo emocional interno: alegría, enojo, miedo, tristeza, y poner en evidencia lo que el niño quiere expresar, ya que al ser una etapa inicial de la vida, existen a veces dificultades que presentan algunos niños, para expresar de forma oral aquello que sienten.

Goleman (1995) propone que las actividades artísticas son herramientas formidables para trabajar en la regulación de emociones. Existen varias propuestas, además de la expuesta por Goleman (1995), para el trabajo en las emociones en base desarrollando talleres de artes, como lo propuesto por Escudero Espronceda (2015) quien actualmente continúa dentro de la Fundación Botín, su proyecto “Reflejarte”, que se dedica a favorecer, a través de distintas expresiones artísticas como la música, la pintura, el teatro entre otros, la expresión y comprensión de las emociones, ya que el arte viene a ser el vehículo para la elaboración psíquica de orden simbólico de lo que sienten y el porqué lo sienten los niños.

El proyecto “Reflejarte”, se divide en dos etapas, tiene primero un período de aprender a observar las distintas formas en las que el arte se expresa, es decir a través de la música, la pintura, el teatro, etc., y luego de realizar este trabajo de observación, como segunda parte trabajan con guía de los especialistas las experiencias a nivel emocional que se generaron a partir de ellas, y como fruto de las emociones propias se pueden complementar los trabajos artísticos o ser creados desde cero. Entonces, primero ven una obra artística cualquiera desde el campo antes mencionado, y luego se dedican a trabajar sobre qué les produjo esa

experiencia del contacto con la obra de arte a nivel emocional, este trabajo es guiado por profesionales.

El arte del teatro, es decir la dramatización, es el primer contacto artístico con las obras literarias. El poner el cuerpo en escena, olvidando lo que rodea, interpretando desde los sentidos la lectura de la profesora, compone una de las mayores fuentes de la creación artística infantil. Los niños disfrutan del teatro, de representar sus cuentos favoritos ya que estos tienen un contenido alto de drama que está basado en la acción de hechos que realizan los propios niños, situaciones con las que se identifican en los cuentos y que pueden proyectar en un plano concreto, y así se enganchan de esta técnica artística. El drama forma parte de la representación de las impresiones vividas. El teatro no sólo es la puesta en escena de un cuento, sino el juego con la imaginación y cómo esta se entrelaza con el niño, es así que tanto con la fuerza de su instinto y de su imaginación, crea el niño las situaciones imaginarias en un juego de actuación, que le permiten advenir a lo que sienten en el mundo real pero que no pueden procesar por su edad de desarrollo. A diferencia de los adultos, la fantasía infantil no se limita en la esfera de los sueños, sino que se manifiesta en sus juegos y en el arte. “El niño quiere encarnar en acciones, en imágenes vivientes, todo lo que piensa y siente” (Vygotski, 1986).

El arte, sea cual fuere, se procesa directamente en la subjetividad del niño y de lleno en la esfera emocional, ya sea por medio del dibujo en la pintura, del canto en la música, del cine y en toda su amplia gama de representaciones, por brindar un pequeño ejemplo del amplio mundo dentro del arte. Generando un sinnúmero de formas de expresar y recibir las emociones. Siendo el arte una poderosa herramienta para el trabajo dentro de la educación inicial, se podrá co-construir una propuesta valiosa para el trabajo en las habilidades *socioemocionales* en niños de educación inicial. Dentro del currículo de Educación Inicial del Ecuador ya está considerado el arte como una metodología adecuada para el desarrollo de estas habilidades, esta estrategia sigue teniendo gran validez dentro del aula actual de clase pre-escolar debido a los resultados que brinda su aplicación.

En la educación inicial se utiliza también la lectura de cuentos y su reflexión es un método muy utilizado para el proceso de enseñanza y aprendizaje de la mayoría de contenidos académicos formales básicos como los colores, las figuras geométricas, los animales, los números y un sinnúmero de contenidos diversos. Sin embargo, no solamente los procesos cognitivos, es decir lo que se encuentra a nivel de académico del currículo escolar de educación inicial, pueden ser enseñados bajo este método sino también se puede enfocar en la enseñanza de las habilidades *socioemocionales*, es decir enfocar la lectura de cuentos a textos que contengan moralejas y enseñanzas sobre cómo gestionar las emociones propias, cómo reconocerlas y así comenzar el trabajo desde una perspectiva psicopedagógica.

Es así que, dentro del libro de “Corazones Inteligentes” coordinado por Fernández Berrocal y Ramos Díaz (2005), Josefa Sánchez Dorestes, plantea la educación de las emociones a través de la lectura; la propuesta desde el ámbito psicológico reúne investigaciones y trabajos de distintos profesionales para el abordaje de la inteligencia emocional.

Los cuentos infantiles, como las fábulas, son un instrumento muy rico en contenido para ser trabajado con niños de educación inicial. Con el potencial de imaginación, al ser las fábulas constituidas por personajes de animales, los cuales son muy atractivos para los niños de esta edad, luego de la lectura se pueden realizar múltiples preguntas a los niños para trabajar el reconocimiento de las emociones y la conciencia de qué conductas eran positivas y negativas. Es decir que luego de haber estado expuesto el niño a la lectura de estos cuentos él empieza a hacer relación de lo que se narró en la historia con sus vivencias personales y de esta forma el niño favorece su desarrollo de habilidades sociales ya que emplea acciones positivas que observó y escuchó antes en el cuento en situaciones que ese momento vive.

Por otro lado, el programa de la terapia del Lego (Lego Therapy), propuesto por Daniel LeGoff, (2004) es un programa también utilizado para desarrollar habilidades sociales, que tienen como objetivo que los niños se comuniquen adecuadamente con otros y logren

resolver un problema a través del juego con bloques. Dentro de este juego deben los niños adoptar ciertos roles como el de “ingeniero”, que es el que brinda las instrucciones verbales para el armado y el de “constructor”, que es el que se encarga de seguir las instrucciones, e ir juntando las piezas para construir y que se cumpla el objetivo. A través de esta interacción, se desarrollan y ejercitan en el niño ciertas habilidades como: atención conjunta, respeto de turnos, compartir, solución conjunta de problemas, habilidades de escucha y especialmente de comunicación social.

Otra de las estrategias para el desarrollo de las habilidades *socioemocionales* que se pueden desarrollar con niños entre 3 y 5 años es la técnica de *Mindfulness*, que se basa en el hacer conciencia de vivir el presente, según Hanh, (2015), esto permite al niño conocerse, y aprender cómo debe atender a sus necesidades emocionales.

El origen de *Mindfulness*, o llevado a la traducción, conciencia plena, es una cualidad mental que se extiende a través de la técnica de meditación milenaria budista. Sin embargo, fue popularizada por Jon Kabat-Zinn en 1990 al instalar esta práctica para el tratamiento médico de diferentes patologías.

En 1979 Kabat-Zinn fundó la Clínica para Reducción del Estrés (Stress Reduction Clinic) y el Centro para la Atención Plena (*Mindfulness*). Este personaje inició su interés por la meditación y la relación con la salud a través sus prácticas de Zen y Yoga. La meditación enfocada desde el *Mindfulness*, consiste en enfocar atentamente el pensamiento a la consideración de algo, de una idea o incluso de la misma persona; por esta razón tiene una estrecha relación con la concentración y a la reflexión profunda.

Estudiando el *Mindfulness* es necesario señalar que esta estrategia no guarda relación con ninguna práctica espiritual y mucho menos con una religión específica, por lo que no está enfocada a trascender la vida ordinaria. Se puede creer que *Mindfulness* es la solución de escapar de pensamientos o eliminar pensamientos, mientras que más bien consiste en conocer los mismos pensamientos o el contenido de lo que está en ese momento en la

mente del niño y empieza cuestionarse la persona a sí misma por qué el cerebro le puede estar dando tanta importancia a ese hecho puntual encontrado fruto de este cuestionamiento (Nhat, 2015).

La forma en cómo se puede hacer *Mindfulness*, se basa en algunas áreas como respiración, posiciones, sensaciones, emociones y pensamientos. De esta misma forma hay algunos factores que comprenden el llegar a la atención plena, entre estos está: el enfoque, la concentración y observación.

Existen algunos aportes científicos que sustentan algunos beneficios de la aplicación de esta estrategia. En el 2011, La Universidad de California, sostiene luego de una investigación que la práctica de esta estrategia genera más relaciones neuronales, creando una capa más gruesa de sus células en la corteza cerebral y aumentando la cantidad de sinapsis en el cerebro, lo que mejora zonas de pensamiento, memoria, juicio y toma de decisiones.

En Washington, en el 2015 Neda Gould PhD, siendo parte de la Universidad John Hopkins, universidad especializada en medicina, señala que meditar durante media hora al día puede aliviar los síntomas de la ansiedad y la depresión, de la misma manera como se ha encontrado en otros estudios que lo hacen los fármacos.

Profundizando en el tema en el cual se enfoca el documento, que se trata del desarrollo *socioemocional* señalamos entre las buenas prácticas para el desarrollo de habilidades *socioemocionales* la aplicación de esta estrategia *Mindfulness*, que aporta en el ámbito específico de esta área desde algunas habilidades como: mejora la regulación emocional, cultiva estados psicológicos positivos y mejora el desarrollo de las habilidades necesarias para las relaciones interpersonales (Carson, Carson, Gil, & Baucom, 2004), (Goleman D. , 2006). Shapiro (2007) afirma otro aporte de *Mindfulness* al desarrollo de habilidades afirmando que la práctica de esta estrategia también incrementa las respuestas de empatía, ayuda a cultivar la autocompasión.

¿Cuáles son los beneficios que se adquieren con la práctica de *Mindfulness*? El autoconocimiento de sí mismos y a través de esto la aceptación y confianza que gana el individuo en lo que es, y siente; es decir desarrollar habilidades de autoestima y autoconcepto. Aprender que en la vida hay situaciones en las que se debe ceder, soltar y dejar ir. El desarrollo de la paciencia, para situaciones de la vida diaria de un niño como satisfacer sus necesidades, esperar turnos, etc. Según Hooker y Fodor (2008), *Mindfulness* contribuye a mejorar la memoria, a incrementar la atención y a promover el autocontrol. Así mismo favorecerá a crear una estabilidad en las emociones en niños que les cueste identificar la emoción que experimentan y expresarla de manera apropiada. Y por último y no menos importante la capacidad de observación de su entornos y concientización de la presencia del otro generando seres motivados a tener un comportamiento amable, con compasión y autocompasión (Alidina, 2015).

Uno de los propósitos de este documento es estudiar el desarrollo del autoconcepto y autoestima, por esta razón se señala a continuación la influencia que tiene la práctica de *Mindfulness* con el desarrollo de estas habilidades. La práctica de esta vía para lograr la atención plena logra que en los niños haya un conocimiento de sí mismos (Moore, 2008). Es decir, el niño alcanza un conocimiento de sus limitaciones como también de sus fortalezas, teniendo en cuenta una concepción de sí mismo lograda con el ejercicio de comprender la aceptación de sí mismo y la autoestima (Thompson & Waltz, 2008); Al lograr estas dos habilidades las experiencias cotidianas de los niños se ven enriquecidas por emociones positivas (Fredrickson B. , Cohn, Coffey, & Pek, 2008).

En resumen, las consecuencias que se ganan del ejercicio de *Mindfulness* aportan a la aceptación social del niño, colaborando con la formación de la autoestima de cada niño (Dekeyser, Raes, Lijssen, Leysen, & Dewulf, 2008) , como también le ayuda al niño en su forma de percibir los acontecimientos y experiencias, dándole técnicas adecuadas al niño para la regulación de las emociones y potencialización de conducta *prosocial* en los individuos en crecimiento (Weinstein, Brown, & Ryan, 2009).

Por otro lado, se correlaciona la estrategia de *Mindfulness* con el desarrollo de la empatía, puntualmente ayuda en brindar formas nuevas de relacionarse con otras personas y mejorar la calidad de comunicación, también brinda mecanismos para resolver conflictos interpersonales y conseguir relaciones satisfactorias con los otros, partiendo de que el niño sabe cómo reaccionar ante estados emocionales fuertes como la ira y la tristeza entre otros. Teniendo como resultado una mejor comprensión de la empatía e incremento de esta habilidad en el comportamiento de los niños (Dekeyser, Raes, Lijssen, Leysen, & Dewulf, 2008).

Las emociones y las relaciones sociales están presentes en todos los aspectos de la vida. Una persona utiliza las habilidades *socioemocionales* con el fin de desenvolverse en la vida cotidiana. Por esta razón es importante que se desarrollen estas habilidades en los niños de educación inicial, con el fin de que se encuentren preparados. Para lograr este desarrollo se puede utilizar también otra estrategia como el deporte. Según la Real Academia Española, deporte se define como “juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas” (Real Academia Española, 2018), es decir que el deporte es una actividad que se realiza mediante el uso de procesos cognitivos, motivación e inteligencia emocional. A través del deporte los niños y niñas pueden desarrollar y reforzar sus habilidades sociales y emocionales. La principal carga pedagógica que conlleva el deporte es la autorregulación emocional.

La práctica de los deportes desencadena un enorme torrente emocional, el cual con la guía del maestro está liberación de emociones debe ser positiva. El equilibrio emocional es fundamental en el proceso educativo de las personas, por tanto, la enseñanza que permita el desarrollo de las competencias emocionales y sociales debería introducirse desde temprana edad.

Mediante el deporte se ayuda a los niños a desarrollar su capacidad de respeto hacia los demás, respetando turnos, y respetando opiniones. Igualmente son múltiples los beneficios para la socialización y el aprendizaje de valores indispensables para la vida en común, tales

como la cooperación, el respeto por la norma y el ajuste a ella, el ejercicio responsable del liderazgo y la dirección de otras personas, el entrenamiento para la práctica deportiva dentro de ciertos límites de respeto por los otros y aprender que en la vida algunas veces se gana y otras se pierde. (El Tiempo, 1996)

Así se recomienda que se realicen actividades deportivas que conlleven interacción entre grupos para una mejor socialización y respeto entre ellos; además se pueden llevar a cabo actividades que involucren turnos, en los cuales los niños aprendan a detenerse cuando no es su tiempo.

Mediante el deporte se construyen estas estructuras cognoscitivas, sociales y emocionales en el niño. Se desarrolla una interiorización del aprendizaje el cual le va a ayudar a hacer una transferencia de lo aprendido a otras situaciones sociales y afectivas similares.

La danza es otra de las estrategias que se pueden practicar en educación inicial para el desarrollo de habilidades *socioemocionales*, ya que son un medio de expresión mediante el cual la persona o el niño que danza comunica a través de sus movimientos lo que siente o lo conmueve; en otras palabras, es una forma no verbal de expresar sentimientos, emociones o ideas. El vehículo de la danza es el cuerpo, y gracias a la formación anatómica de este es que puede moverse de maneras extraordinarias generando una expresividad y significado a los movimientos.

La danza a través del lenguaje corporal y del sonido, expresa lo que sentimos y libera nuestros pensamientos, es decir es la expresión de nuestras emociones. Esta característica, la conexión entre cuerpo y emoción, permite que haya consciencia en aquello que hacemos, nos movemos pero sentimos el movimiento y le damos un significado. (Rueda de Villén & López Aragón, 2013)

Otro punto a destacar es que la danza utiliza mucho la improvisación de la persona, por lo que se puede decir que hay una consciencia interna de los movimientos que se realizan y

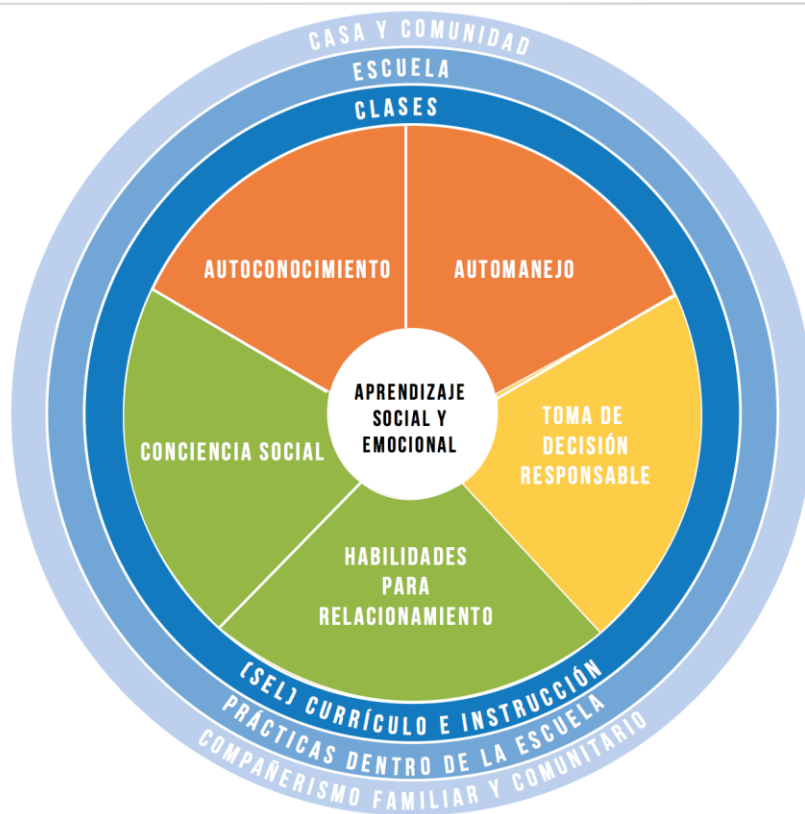
por ende una verdadera libertad de expresión de emociones que invaden el cuerpo de la persona. De la mano de la danza, se encuentra la música. Ya que mediante la música el cuerpo se mueve. Se puede decir que una clase de expresión corporal necesita de música y del cuerpo para expresar las emociones y esta se convierte en uno de los tiempos más valiosos en el que el niño desarrolla habilidades emocionales durante el periodo en que se encuentra en educación inicial.

Es importante fomentar este tipo de expresión desde pequeños ya que al manejar mejor la expresión de sus emociones existe un mejor manejo de las relaciones sociales, afectivas e intrapersonales. Mientras más pequeños empiecen a aprender a controlar y autorregular las emociones más preparados estarán para enfrentar los retos que se les presenten en la vida.

3.4 SEL: Social and Emotional Learning

SEL es una herramienta pedagógica que ha causado conmoción en los Estados Unidos en cuanto a la enseñanza de habilidades *socioemocionales*. SEL es un programa desarrollado para padres, profesores y alumnos que necesitan y esperan una mejor educación. Una educación que involucre un desarrollo integral de los estudiantes. Con esta herramienta los estudiantes van a tener la capacidad de integrar habilidades, actitudes y comportamientos de una manera efectiva con el fin de desenvolverse en las pruebas diarias.

Lo que SEL hace es incorporar las diferentes áreas de la persona: intrapersonal, interpersonal y cognitiva, en las 5 competencias de las habilidades sociales y emocionales.



(CASEL, 2018)

1.- *Conciencia de sí mismo (Autoconocimiento)*: habilidad para reconocer los pensamientos y emociones que se tiene sobre uno mismo, así como también reconocer las fortalezas y debilidades.

2.- *Autorregulación de las emociones (Automanejo)*: habilidad para manejar las emociones, pensamientos y comportamientos en ciertas situaciones. Así mismo la capacidad de manejar el estrés, controlar los impulsos y la motivación intrínseca.

3.- *Conciencia social*: habilidad de la persona para ser empático y socializar con personas que tienen diferente cultura, respetando las creencias y formas de vida diferentes.

4.- *Relaciones interpersonales (habilidades para el relacionamiento)*: capacidad de establecer y mantener relaciones sociales con otras personas o grupos. Teniendo una buena habilidad de comunicación, cooperación, resolución de conflictos y ver y ofrecer ayuda a otros.

5.- *Decisiones responsables*: habilidad de tomar decisiones en cuanto al comportamiento y la interacción social, basado en normas sociales.

Todo este constructo pedagógico da cuenta de que la persona es un ser integral, y que al momento de enseñar habilidades *socioemocionales* intervienen algunos factores a tomar en cuenta como el estilo de crianza que el niño recibe, la forma de aprender, la cultura y costumbres en las cuales es educado. Como se puede apreciar este modelo de enseñanza de habilidades *socioemocionales* es una fuerte herramienta desarrollada en los Estados Unidos para construir un sistema de enseñanza humano. Además no solo involucra a los estudiantes, sino también, a todos los implicados dentro del sistema educativo, padres y comunidad, con el fin de hacer la educación más integral. Por último se debe educar corazones, inspirando mentes. (CASEL, 2018)

3.5 Las TIC y la educación emocional

Se puede decir que la Internet es el lugar donde nuestros niños no sólo logran aprender un sin número de cosas sino también se relacionan con los otros. Los niños de hoy en día tienen preferencia mayoritaria por la computadora y las tablas electrónicas antes que por la televisión. Estos dos elementos de la tecnología últimos mencionados están al servicio de los niños de tres a cinco años siendo el camino hacia un mundo muy extenso y no tan seguro como es la internet. Por esta razón es que dentro del ámbito de educación precolar se debe saber manejar la tecnología de manera positiva, y que genere efectos que hagan que el desarrollo de los niños sea, dentro de lo posible, de la mejor forma.

Dentro de los aspectos positivos del mundo tecnológico y digital, se puede decir que muchas de las veces, en la interacción del niño en el juego de internet, permite generar un espacio donde el niño puede vivir la emoción, empatía, intriga, satisfacciones y humor. El juego, dentro de un aparato tecnológico, como actividad humana presente en todas las sociedades en la actualidad, proporciona placer y diversión y puede tener un alto potencial educativo. Permite a los psicopedagogos, profesores y demás profesionales que laboran dentro de la educación inicial, trabajar aspectos cognitivos, sociales, psicomotores, adaptativos y de comunicación.

Hoy en día vivimos en un mundo en que la internet es muy amplia, y existen un sinnúmero de aplicaciones, juegos en línea, programas lúdico educativos, se citarán a continuación breves ejemplos de cómo se pueden utilizar las TIC dentro de la enseñanza de las habilidades *socioemocionales* en específico en aprender a gestionar las emociones con niños de escolarización inicial.

Existe una aplicación que le permite al niño a leer su cara, para así poder empezar a identificar ciertas emociones en los otros observando su expresión, ya que para saber cómo se siente el otro, es necesario aprender a leer su cara. Esta aplicación se dedica a reconocer de forma divertida y dinámica a través de dibujos las expresiones de los rostros de los personajes que se presentan gradualmente. El programa se trata de un conjunto de dibujos digitales y actividades en línea, dirigidas a enseñarles a los niños a entender los diferentes sentimientos y emociones que se expresan con la cara.

Luego de que el niño comienza a reconocer las emociones en sí mismo y en los otros, se pueden utilizar vídeos para comprender el cómo actuar frente a diversas situaciones de forma adecuada, es así que este vídeo llamado “Paula y su Cabello Multicolor”(Anexo 1) se trata de un cuento infantil narrado y con animaciones digitales comprensibles para niños en la primera infancia, en donde los niños acompañarán a Paula y a las emociones que va sintiendo según situaciones que le ocurren en el trayecto de su día. Sumado al recorrido junto a Paula, ella enseña trucos y soluciones para gestionar cada tipo de emoción que

siente, y lo cual es importante ya que los niños al identificarse con el personaje pueden comprender mejor lo que ella expone de forma sencilla y concreta.

Concatenando con lo anterior, y en la misma línea, al observar cómo se siente el resto y ver cómo actúa, produce una reflexión en el niño, y este es el punto de partida para que aprenda a decir lo que piensa y lo que siente, es decir que utilice más sus palabras para comunicar sus emociones. Así mismo existen más actividades que se pueden observar a través de estos recursos tecnológicos para gestionar y transmitir emociones, mediante la lectura de cuentos, la creación de manualidades y juegos interactivos, todo esto de forma digital donde pueden compartir en grupo o se puede realizar de forma individual, siempre tomando en cuenta que un niño que está en la educación inicial necesita de su maestro para utilizar la tecnología de manera adecuada como una estrategia de aprendizaje.

3.6 El juego en el desarrollo de las emociones

El juego, cada vez va recobrando su gran valor, ya que, al ser una actividad mental y física, que proporciona un desarrollo individual y grupal a los niños, favorece en que este se dé de forma armónica e integral. Los niños al jugar pueden tener miles de posibilidades para lograr su desarrollo como fantasear, crear, descubrir, divertirse, ilusionarse e investigar. Si bien, a los ojos de los adultos lejanos a la educación, el tener actividades de juego puede parecerles una pérdida de tiempo, es importante conocer cómo influye en el trabajo de las emociones. Entonces es importante señalar que papel juega en el aula el juego de emociones y el valor que tiene el juego dentro de las actividades de educación inicial cuando hablamos del trabajo de las emociones.

El juego en educación inicial, en la actualidad, es importante y necesario ya que contribuye al desarrollo global de los niños, es decir que tiene incidencia dentro de los aspectos emocionales, físicos y cognitivos. Con el juego, dentro de la institución educativa se dan situaciones, en las que el niño puede aprender a controlar sus emociones, y así mismo a resolver los problemas emocionales que le aquejan, en donde sumada la intervención del

psicopedagogo, las acciones pueden tomar un sentido, un porqué y para qué, que generarán un aprendizaje significativo en el trabajo con las emociones.

Pero si se menciona el juego dentro de la escuela en la educación inicial, este no puede carecer de estructura y es necesario que tome en cuenta varios aspectos, es así que es importante mencionar lo que Borja (2017) en su página web guíainfantil.com escribe: En qué espacio se va a jugar o realizar las actividades de juego libre y dirigido, ya que este debe ser seguro, estable y tranquilo. El aula de clase dentro de la escuela, debe estar diseñada de tal forma que se pueda dar tanto el juego espontáneo como el juego con normas y propósito educativo en pequeños grupos y el grupo entero. El material para jugar, es decir el que se utilice será el “pretexto” por el que se dará la actividad del juego. Estos materiales deben de tener unas características tales que favorezcan el pensamiento divergente y la creatividad, lo propuesto por la pedagogía Montessori, Waldorf y Pestalozzi en materiales concretos, sensoriales y autocorrectivos resulta una excelente opción para que los niños a través del juego aprendan de forma cognitiva y social, ya que muchos de estos objetos se pueden usar de forma grupal. La organización de los tiempos es sumamente necesaria, ya que esta proporcionará el tiempo adecuado que se pueda dar cada tipo de juego: individual, por parejas, en grupos, estructurado, libre, el tiempo marca un ritmo a respetar y un espacio temporal, en el que los niños deben aprender a manejar sus ansias por jugar, sus frustraciones durante el juego, y el enfado que les pueda producir el tener que terminar la actividad del juego. Todos estos factores aportan al beneficio del niño y por eso han de aparecer todos. El papel que desempeña el maestro debe ser con una actitud observadora y actuar como conductor del juego, y muchas veces debe ser parte del juego. Para esto, el profesor debe generar un clima relajado y permisivo donde el niño pueda expresarse respetando las normas, y en donde el profesor debe prestar atención a lo que sucede durante la hora del juego para significar lo que sucede, y aceptar los errores que los niños cometen como algo propio dentro del proceso de su desarrollo.

3.7 Propuesta de planificación curricular con enfoque en habilidades

A continuación se presenta un Modelo de Planificación Curricular direccionada al acompañamiento para el desarrollo de habilidades *socioemocionales*, aplicado a niños de educación inicial. El Modelo se basó en técnicas de educación de las emociones y en aplicación de estrategias de *Mindfulness*, basándose en el juego, empleando herramientas pedagógicas como arte, música y jardinería. Cabe mencionar que las actividades tienen un orden específico porque se cree necesario lograr primero unas habilidades para pedir otras en el alcance del objetivo en general.

Es importante tomar en cuenta que cada una de estas actividades tiene una actividad introductoria, de preparación para la actividad central y también tiene una actividad de cierre que enriquece la experiencia significativa de realizar la actividad central descrita en el cuadro.

Autoconocimiento/ Autoestima/ Autocontrol			
Objetivo	Actividad I	Actividad II	Actividad II
Conocer características de mí mismo.	Jugar a entrevistas y motivar a que presenten su familia con una foto, después incentivar que hagan un dibujo de ellos y sus familias.	Darles fotos de la mitad de su cara pegada en una cartulina y pintar la otra parte de su cara, completando con la foto. Armar rompecabezas de su foto.	Dado con caras de las principales emociones, nombrarla e imitar la cara según indique el dado.
Aprender cómo se manifiestan las emociones	Contar el Cuento "Mounstruo de colores" (Anexo 2) o "Vaya Rabieta" (Anexo 3)	Clasificar en 5 tableros diferentes las emociones que correspondan, observando las fotos de situaciones que expresen una emoción.	Bingo de caras de emociones y la profesora verbaliza la situación, mientras ellos ponen una señal en la emoción que corresponde al relato que hace la profesora
Identificar las emociones	Tener dos dados, uno con ojos que expresen las diferentes emociones y el otro con el resto de caras que expresen distintas emociones. Brindarles por turnos a los niños	Muñecos con caras diferentes de emociones, pedirles que cojan uno y que nombren que tipo de emoción presenta el muñeco y que describa como son los ojos,	Organizador de emociones, hay una casilla diferente para cada emoción, se entrega a sus niños una cartilla con su nombre y ellos deben colocar pegada en la cartilla de la emoción que estén expresando ese

	que armen una cara utilizando los dedos y verbalizando el nombre de la emoción.	nariz, boca, etc.	momento.
Identificar una adecuada reacción a las emociones que experimento.	Botellas de emociones	Utilización de una rosa de los vientos para enseñar una técnica de respiración	Cuento "la tortuga" y dibujar la distinta emoción que sientes y meterla en una caja: enojo, felicidad, tristeza, miedo y asombro
Liberar las emociones	Cuento: "My many colored days" (Anexo 5) : y pinto del color que siento (Técnica Body scan)	Pintar mandálas o un mural utilizando distintos tipos de estímulos auditivos.	Cuento: "Ramón Preocupon" (Anexo 4) Anthony Browne y meditación caminando.
Distinguir las emociones en uno mismo y darle una razón acorde.	Ruleta de emociones	Cuadro de clasificaciones de emociones	Parte meteorológico con las emociones

Una sugerencia a tomarse en cuenta el momento de desarrollar habilidades de autoconocimiento se ha encontrado con situaciones en las que los niños no tienen una concepción de características particulares físicas, como habilidad base y se ha empezado a desarrollar actividades en las que empiecen a tener conciencia corporal a partir de experiencias sensoriales en su cuerpo.

En otra de las actividades que tiene como objetivo el liberar las emociones, tomado en cuenta como una estrategia de relajación y externalización de preocupaciones o emociones mezcladas que por sus habilidades no han descubierto como evidenciarlas y aliviarse; haciendo este taller los niños se relajan y muchas veces logran salir de actividades como éstas, descargados; algunos las verbalizan mientras realizan la actividad, otros las expresan con el cuerpo, mientras otros las plantean en dibujos y su expresión artística favorita. En las mismas ocasiones he podido observar que muchos niños se incomodan ante estas actividades en las que hay pocas instrucciones ya que buscan un resultado final evidenciado y no logran conectarse con el disfrute del proceso, por ende pasan en la búsqueda del resultado final y no logran liberar sus emociones.

En torno a actividades en las que se trabaja el distinguir las emociones y darle una razón acorde, suelen salir acontecimientos que los niños no lo habían nombrado por el desconocimiento de la emoción que les producía, una de las experiencias más agradables de estas actividades fue la liberación de la emoción de miedo al contarnos que eso es lo que ella había sentido cuando la mamá empezó a tener los estragos del embarazo, ya que ella relacionaba el estado de su mamá con enfermedad, y que después que comentaron que iba a ser hermana mayor ella sentía susto porque ella no sabía cómo le iba a salir el bebé en el vómito por la boca, situaciones como estas que pueden hacer que los niños cambien su comportamiento o se sientan confundidos son de las que pretendemos en actividades como estas ayudar a que lo exterioricen y luego que sepan ponerle un nombre adecuado a lo que están experimentado en su desarrollo emocional. También se ha trabajado con niños que les cuesta más la externalización de emociones o que tal vez saben nombrarlas pero una baja autoestima no poseen la seguridad de decirlo y con ellos trabajo una etapa anterior.

Empatía			
Objetivo	Actividad I	Actividad II	Actividad II
Conocer y ser consciente del mundo que me rodea.	Hacer parejas y contarle al otro algo que le gusta del otro.	Paseo en el jardín y registrar todo lo que hay.	Yoga Infantil
Desarrollar capacidad de escucha y brindar la confianza.	Juego del lazarillo, en equipos de dos, una de las personas se tapa los ojos y el otro es el encargado de guiarle sólo con palabras y tomándole de la mano.	Pintar la cara de un amigo con un plástico encima, intentando representar el estado anímico que su amigo relata	Hacerse masajes en las manos entre compañeros con diferentes tipos de música, con una actividad previa de Mindfulness.
Comprender el alcance de las palabras y acciones de cada uno en los demás.	Juan arrugado.	Árbol de las cosas buenas	Explicación con un corazón de cartón que las emociones salen del corazón. Los pensamientos de la cabeza, y las palabras de la boca.
Interactuar con personas con diferentes capacidades a las más	Visita a un centro de adulto mayor con el fin de llevar actividades que les gusten hacer a ellos como: bailar, masajes y cantar.	Tener momentos en los que se comparta con niños más pequeños.	Trabajo en grupos, en que los niños tengan diferentes habilidades para hacer distintas cosas

Una sugerencia en la aplicación de estas actividades es tomar en cuenta que las actividades para desarrollar habilidades *socioemocionales* no solo se dan en los ambientes de clase establecidas, sino también en los tiempos de juego que han sido momentos en los que se ha podido preparar para que los alumnos se encuentren en situaciones en las que se vean dispuestos a poner en práctica las habilidades *socioemocionales*. El compartir actividades

con niños menores en los momentos de juego libre, o en estaciones diseñadas para que todos los niños se agrupen como prefieran para desarrollar una actividad con un maestro guía, les ayuda a los niños a interactuar con personas que tienen distintas capacidades a las de ellos mismos, a desarrollar habilidades para comprender, cuando están compartiendo el juego con un niño que no tiene su lenguaje desarrollado y también a desarrollar conductas altruistas como el buscar hacer el bien partiendo de que conozcan el alcance de sus habilidades. Se evidenció el hecho de promover las habilidades *socioemocionales* cuando desarrollamos la actividad de las cosas buenas, esta actividad consistía en que cada vez que tu hacías algo bueno por alguien más o veías que otra persona lo estaba haciendo ibas a pedir registrar con un dibujo o pedir ayuda a una profesora para escribir dentro de un corazón el acto bueno que hiciste y seguido a esto pegabas el corazón que se utilizó en un tallo de un árbol grande que está siempre pegado en la clase, hubieron muchos niños que se esmeraban por ver el árbol de su clase lleno de corazones escritos, mientras que otros se focalizaron en observar en que podían ayudar a los demás y muchas veces se olvidaban de ir a registrar su corazón, poco a poco la mayoría deja de interesarse por llenar el árbol y convierten en una actitud parte de su comportamiento diario conductas altruistas como ayudarle a subir las gradas a un niño más pequeño u ofrecerle ayuda para cargar los tractores al arenero a su mismo compañero de la misma edad.

Otra de las actividades propuestas en el cuadro anterior es el juego del lazarillo, en el que el objetivo es desarrollar capacidad de escucha y transmitir confianza al otro. Cada uno en parejas elegía quien iba a ser el que se tape los ojos y el otro quién iba ser el que guíe, la actividad consistía en darle la mano a su amigo y llevarle a dar un paseo por el jardín sin que se choque con nada su amigo, es muy interesante como este se convierte en un ejercicio para preparar el camino al desarrollo de empatía, ya que hubieron algunos niños que eligieron el camino más fácil para que su amigo que iba tapado los ojos no tenga inconveniente a pesar de que ellos si podían ver, mientras que otros disfrutaban del paseo, pero no lograban pensar por donde ir ni decirle que se detenga cuando iba a haber algún obstáculo y el momento de cambiar de puestos estos mismos niños eran los que decidieron no ser tapados los ojos porque no se sentían cómodos o quizá con confianza en el otro.

Entre los principales escenarios de desarrollo educativo de una persona en su niñez temprana son la familia, y los centros de educación infantil o de cuidado primario. Estos dos antes mencionados han tenido algunos cambios junto a la evolución de la sociedad y se han visto expuestos a fijar la importancia en el desarrollo de capacidades que le permitan a la persona ser más competente, y con más conocimientos para ser innovadores y productivos, dejando en un segundo plano el desarrollo de habilidades que les permitan “saber ser” y saber convivir.

Uno de los aspectos que se debe tomar en cuenta al trabajar con niños de 3 a 5 años en educación inicial es la vinculación que tienen los padres, o cuidadores primarios con los el conocimiento de desarrollo de habilidades *socioemocionales* y aún más la disposición que se tenga a que sea uno de los objetivos principales en el desarrollo de la base para la empatía y adecuado desarrollo *socioemocional* en general. Desde el lado de la familia, la cantidad de tiempo en que los padres pueden dedicar a sus hijos cada vez se ve disminuida, siendo un factor considerable para la ausencia de enseñanza de habilidades *socioemocionales* en casa. Por esta razón el proceso de enseñanza de educación inicial debe conseguir que los padres logren hacerse parte de esta formación y comprendan la importancia de la contención del niño para que este pueda ponerse en los zapatos de los demás.

4. CONCLUSIONES

Luego de haber revisado amplia literatura sobre el tema “el desarrollo socioemocional en niños de educación inicial” se enfatiza la importancia de la concientización del profesorado que la adquisición de conocimientos meramente académicos no es suficiente para conseguir el éxito escolar, así como las implicaciones educativas que tiene el considerar los aspectos emocionales en las aulas, sobre todo en lo que respecta al bienestar emocional, el rendimiento de los estudiantes y la mejora del desarrollo social (Jiménez, M. 2009).

El aprendizaje de habilidades *socioemocionales* y su influencia en la conducta *prosocial* en niños de educación inicial dan como resultado último un estilo educativo sano y positivo.

En cuanto a las habilidades *socioemocionales* se entiende como un término equivalente al de habilidades emocionales (Bisquerra, 2000,2003). Son un recuento de las características de desarrollo encontradas en el área de desarrollo social y emocional del niño, estas últimas pertenecen a la inteligencia emocional, teniendo como objetivo principal potenciar el desarrollo integral de la persona, con la finalidad última de aumentar el bienestar personal y social del niño, es decir ayudar en la formación de los niños para que se conviertan en mejores personas.

Se debe tomar en cuenta la incorporación de conocimientos y prácticas que permitan el fortalecimiento de las emociones positivas y el manejo y regulación de las emociones negativas debería ocupar un lugar de trascendencia en la planificación pre escolar. Entendiendo las emociones positivas por aquellas que beneficien al niño y por emociones negativas a las que no contribuyan con el desarrollo emocional, esto no hace alusión a juicios de valor como emociones buenas o malas. Cumpliendo el objetivo de atender al niño como un ser integral.

Se concluye que la relación la empatía con el rol del desarrollo de habilidades *socioemocionales* si existe, a pesar de que no se da puntualmente en la edad de tres a cinco

años; sino que empieza a tener las bases para la formación de la empatía en la siguiente etapa del niño, ya que se fundamenta en investigaciones correlacionadas para estudiar la relación entre la empatía tanto emocional como cognitiva, así como las emociones positivas y en la predicción de la conducta *pro social*. (Richaud M, 2016).

El mismo autor, explica en su estudio: “Los resultados de las correlaciones indicaron que tanto en los niños como en las niñas la conducta *pro social* se relacionó con la empatía, en especial con la toma de perspectiva, pero en mayor grado con las emociones positivas, en especial con la alegría y la satisfacción personal”.

Después de analizar el rol de la autoestima en el desarrollo de habilidades *socioemocionales*, se puede decir que muchos de los problemas que presentan los niños hoy en día y sus actuaciones de adultos, como la inseguridad de sí mismos y repercusión que esto tiene en su desenvolvimiento social, son producto de la estrecha e íntima relación que se tiene de la autoestima en la educación de habilidades *socioemocionales*. Niños que tengan un adecuado auto-concepto de sí mismos y se encuentren contentos con las características que poseen se van a ver motivados a ayudar a otros en etapas posteriores.

La relación entre habilidades *socioemocionales* y la conducta *pro social*, existe el momento de señalar que la capacidad empática, vista como una de las habilidades *socioemocionales*, se ha planteado en numerosos estudios como variables de predicción y moduladoras de la conducta *pro social* (Caprara, Alessandri, & Eisenberg, 2012; Mestre, Samper, & Frías, 2002, Twenge, Baumeister, De Wall, Ciarocco, & Bartels, 2007). Así también el autocontrol, la autoestima y la inteligencia emocional potencializan a que el niño pueda tener comportamientos en los que se muestre motivado ayudar al bienestar del otro en su desenvolvimiento social a futuro.

Para concluir sobre las distintas estrategias para la enseñanza de habilidades *socioemocionales* en las que participa el psicopedagogo, se afirma que dentro de las instituciones de educación inicial pueden aplicarse actividades que incluyan el trabajo con

las diferentes formas de arte que existen (pintura, teatro, música, dibujo, etc.), actividades con lectura y reflexión guiada de cuentos con moralejas sencillas para niños sobre las emociones, actividades de *Mindfulness* que proponen estados de relajación para la comprensión de las emociones y como una respuesta ante las situaciones frustrantes, actividades en las que mediante el deporte se puede expresar en el cuerpo del niño toda su energía y canalizarla en actividades propositivas, actividades en lo expuesto por el proyecto “social and emotional learning” que menciona múltiples opciones para entender y trabajar las emociones, actividades con el uso de las nuevas tecnologías a través de aplicaciones en computadora o en tabletas electrónicas en donde se aprenda de forma asistida por el ordenador situaciones en las que se expresen emociones y qué hacer frente a cada una de ellas, actividades que involucren el juego como base a la experiencia concreta y vivencial de las emociones y actividades con el programa de Terapia del Lego, para desarrollar más habilidades sociales.

Por último respecto a la propuesta de un modelo de planificación curricular para enseñar habilidades *socioemocionales*, antes expuesto en el trabajo se concluye que han existido esfuerzos por incluir actividades curriculares en las planificaciones dentro de los programas de Educación Inicial que potencialicen el desarrollo de habilidades *socioemocional* y hay numerosas evidencias científica que demuestran su eficacia (Oros, L y otros, 2011).

El fomentar un momento específico en el que se desarrolle la enseñanza de habilidades *socioemocionales* en la educación inicial permite al maestro tener niños con desarrollo del área socioemocional más estable en clase y puedan estar más tranquilos para la adquisición de nuevos aprendizajes y refuerzos de habilidades en otras áreas como la motricidad, lenguaje y cognitiva.

Los niños aprenden a externalizar de mejor manera sus emociones, y de esta manera se logra una adecuada reacción a situaciones típicas de la edad, logrando un mejor desenvolvimiento social.

Los niños logran ejercer su autonomía e independencia adecuadamente de acuerdo a lo esperado para su edad fruto de ejercer habilidades *socioemocionales* como la autoestima y el autocontrol.

La enseñanza de habilidades *socioemocionales* también ayuda a colaborar con el ambiente social de la clase, recreándolo para el niño como un primer escenario social en el que se deba desenvolver con conductas adaptativas.

Otro de los beneficios que se ha logrado con la aplicación de ciertas actividades para desarrollar habilidades *socioemocionales* es el fomentar una adecuada comunicación del niño con sus pares, con su maestra y sus padres, ya que varias de estas actividades descritas anteriormente en el trabajo permitió que los niños logren: conocer como exponer situaciones, saber nombrarlas y entender cómo reaccionar ante ellas, y de esta manera fomentar una mejor comunicación y desenvolvimiento.

Anexos

1. Anexo: Cuento

Título: “Paula y su pelo de colores”

Autor: Carmen Parets

Género: Infantil y juvenil

Editorial: CREATESPACE

Año de edición: 2014

Idioma: Español

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=K4Zk7p7FN0k>

2. Anexo. Cuento

Título: “El Monstruo de colores”

Autora: Anna Llenas

Ilustradora: Anna Llenas

Editorial: Flamboyant

Idioma: castellano, catalán, euskera y gallego

Año publicación: 2012

No. de páginas: 48

Categoría: Álbum ilustrado

Link: <http://www.annallenas.com/ilustracion-editorial/el-monstruo-de-colores.html>

3. Anexo. Cuento

Título: “Vaya Rabieta”

Autora: Mireille d’Allancé

No. de páginas: 32 pág.

Editorial: Corimbo

Categoría: Niños y Jóvenes

Año de publicación: 2010

Link:

<http://issuu.com/editorialocanodemxicosadecv/docs/12939c?mode=embed&layout=http://skin.issuu.com/v/color/layout.xml&backgroundColor=000000&showFlipBtn=true>

4. Anexo. Cuento

Título: “Ramón Preocupón”

Autor: “Anthony Browne”

No. de páginas: 32 págs.

Encuadernación: Tapa dura

Editorial: S.L. FONDO DE CULTURA ECONOMICA DE ESPAÑA

Lengua: CASTELLANO

ISBN: 9789681680794

5. Anexo. Cuento

Título: “My Many Colored Days”

Autor: Dr. Seuss

Ilustrador: Steve Jonhson y Lou Fancher

Idioma: Inglés

Género: Infantil

Editorial: Alfred A. Knopf

No. de páginas: 40 pág

Fecha de publicación: 1996

Link: https://www.youtube.com/watch?v=q_HesHZInSU

5. BIBLIOGRAFÍA

- Alidina, S. (2015). *Vencer el estrés con mindfulness: Programa de 8 semanas para* . Grupo Planeta Spain.
- Allen, J., & Cohen, J. (2006). *Emotional Intelligence in Classrooms and in Schools: What We see in the Educational Setting. En K. R. Murphy, gence: What Are the Problems and how can they be fixed.* New Yersey: Lawrence Erlbaum A.
- Arrojo Montilla, S. (2016). *Programa de Mindfulness aplicado a la Educación Infantil.* Obtenido de UNiversidad de Granada: http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/46081/1/ArrojoMontilla_TFGMindfulness.pdf
- Ashby, G. F., Isen, A. M., & Turken. (1999). *A neuropsychological theory of positive affect and its influence on cognition.*
- Auné, S., Blum, D., Abal Facundo, J. P., Lozzia, G., & Horacio, F. (2014). *La conducta prosocial: Estado actual de la investigación.* Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/4835/483547666003/>
- Bajgar, J., Ciarrochi, J., Lane, R., & Deane, F. (2005). Development of the Levels of Emotional Awareness Scale for Children (LEAS-C). *British Journal of Developmental, 569-583.*
- Bajgar, J., Ciarrochi, J., Lane, R., & Deane, F. (2005). Development of the Levels of Emotional Awareness Scale for Children (LEAS-C). *Br J Dev Psychol.*

- Bar-On, R. (2006). *The Bar-On model of emotional-social intelligence*. Obtenido de Psicotherma: <http://www.redalyc.org/html/727/72709503/>
- Barreto, M. (2015). Comportamiento Prosocial. *Psicología Social*, 197-215.
- Benson, P., Scales, P., Hamilton, S., & Sesma, A. (2006). Positive youth development: Theory, research and applications. En R.M. Lerner. *Handbook of child psychology*, 894-941.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis S.A.
- Bisquerra, R. (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y adolescencia*. Obtenido de Esplugues de Llobregat (Barcelona): Hospital Snt Joan de Déu: <http://www.rafaelbisquerra.com/es/>
- Bisquerra, R. (2014). *El modelo de Goleman: Inteligencia emocional- Daniel Golemanl* . Obtenido de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/modelo-de-goleman.html>
- Bisquerra, R. (2016). *Educación Emocional* . Obtenido de I Jornadas en Máster Resolución de conflictos en el aula : <http://online.ucv.es/resolucion/files/Bisquerra-R.-2016.-Educaci%C3%B3n-emocional.pdf>
- Bisquerra, R. (2016). *Educación emocional Documento inédito elaborado para las Jornadas del Máster en Resolución de conflictos en el aula*. España.
- Bowlby, J. (1998). *El apego y la pérdida* . Barcelona: Paidós.

- Caprara, G., & Steca, T. (2005). Effective and social self-regulatory efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *European Psychologist*.
- Carson, J., Carson, K., Gil, K., & Baucom, D. (2004). Mindfulness- based relationship enhancement. *Behavior Therapy*, 471-193.
- Casey, Somerville, L. H., Gotlib, I. H., Ayduk, O., Franklina, N. T., Askrend, M. K., . . . Shoda, Y. (2011). Behavioral and neural correlates of delay of gratification 40 years later. *Current Issue*.
- Castro Santander, A. (2005). *Analfabetismo emocional*. Buenos Aires: Bonum.
- Catalano, R. B. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 98- 124.
- China R., A. (2015). *Altruismo, empatía, autoestima: ¿Son personas más solidarias las que más se oponen a recibir ayuda?* Obtenido de Universidad de La Laguna: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/928/Altruismo,%20empatia%20y%20autoestima%20BFson%20las%20personas%20mas%20solidarias%20las%20que%20mas%20se%20oponen%20a%20recibir%20ayuda.pdf?sequence=1>
- Christopher K. Germer, S. S. (2009). *The Mindful Path to Self-Compassion: Freeing Yourself from Destructive Thoughts and Emotions* . The Guilford Press .
- Constitución de la República del Ecuador, C. (2008). *asamblea.com.ec*. Obtenido de http://www.asambleanacional.gov.ec/documentos/constitucion_de_bolsillo.pdf

- Davis, M. (1982). Measuring Individual Differences in Empathy: Evidence for a Multidimensional Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113-126.
- Dekeyser, Raes, Lijssen, Leysen, & Dewulf. (2008). Mindfulness skills and interpersonal behaviour. *Personality and Individual Differences*, 1235-1245.
- Einsberg, & Fabes. (1998). Prosocial behavior and empathy: A multimethod, developmental perspective. En E. Clark (Ed.). *Review of personality and social psychology*, 34-61.
- Enríquez, A. (2011). *Inteligencia Emocional Plena: Hacia un programa de regulación emocional Basado en la conciencia Plena*. . Málaga: Universidad de Málaga.
- Erikson, E. (1985). *El ciclo vital completado*. Buenos Aires: Paidós.
- Escartí, A., Gutiérrez, M., Pascual, C., & Wright, P. (2013). *Observación de las estrategias que emplean los profesores de educación física para enseñar responsabilidad personal y social*. España: Palma de Mallorca.
- Franco Justo, C., Arias, M., & Salvador Granados, M. (2011). *Impacto de un programa de entrenamiento en conciencia plena (mindfulness) en las medidas de crecimiento y la autorrealización personal*. Obtenido de Psicothema : <http://www.psicothema.com/PDF/3850.pdf>
- Franco, C. (2007). *Técnicas de relajación y desarrollo personal*. Granada: Cepa.
- Fredrickson. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 218.

- Fredrickson, B., Cohn, M., & Pek, J. y. (2008). Open hearts build lives: Positive emotions, induced through loving-kindness meditation, build consequential personal resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1045- 1062.
- Fredrickson, B., Cohn, M., Coffey, K., & Pek, J. y. (2008). Open hearts build lives : Positive emotions, induced through loving-kindness meditation, build consequential personal resources . *Journal of Personality and Social Psychology* , 1045-1062.
- Frijda, N. (2004). *Emotions and Action*.
- Gallego, D. J., & Alonso García, C. (2008). Padres y ESTilos de aprendizajes de sus hijos. *Learning Styles Review*.
- Garaigordobil, M., & García de Galdeano, P. (2008). Empatía en niños de 10 a 12 años. *Psicothema*, 18, 2, 180-186.
- García, A. D. (s.a.). *¿Desarrollo Moral o Conducta Moral?*
- García, E. G. (2008). Psicología educativa y psicopedagogía en España (1968-2008). *Revista de Historia de la Psicología*, Volumen 29.
- Goleman, D. (1995- última edición 2008). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2006). *Social intelligence*. Ney York: Bantam.
- Gonzales Méndez, A. e. (2004). "Guía para la detección e intervención temprana con menores en riesgo". En *Colegio oficial de Psicólogos* . Asturias.

- Guillén, J. (2014). *Autocontrol: un camino directo hacia el bienestar*. Obtenido de Escuelas con cerebro: Un espacio de documentación y debate sobre Neurodidáctica: <https://escuelaconcerebro.wordpress.com/tag/inteligencia-emocional/>
- Hanh., T. N. (2015). *Planting Seeds*. Barcelona: Kairos S.A.
- Harwood, M. D., & Farrar, M. J. (2006). Conflicting Emotions: The Connection Between Affective Perspective Taking And Theory Of Mind. *British Journal of Developmental Psycholo*, 24, 401-418.
- Hogg, M y Vaughan, G. (2010). *Psicología Social*. Madrid: Panamericana.
- Hooker, K. E., & Fodor, I. E. (2008). Teaching mindfulness to children. *Gestalt Review*, 75-91.
- Jaramillo, J., Cárdenas, T., Forero, C., & Ramírez, D. (2007). Juicios Expresados Por Niños Y Niñas De 9 A 11 Años De Edad Sobre Comportamientos Y Actitudes Que Conducen A La Aceptación O Rechazo Social En Un Grupo Escolar. *Revista diversitas- Perspectiva en Psicología*, 3,1,87-107.
- Jiménez, M. (2009). *Exclusión social y exclusión educativa como fracasos. Conceptos y líneas para su comprensión e investigación*. Obtenido de UNiversidad de Granada: <http://helvia.uco.es/handle/10396/8647>
- Kohlberg, L. (1981). *The Philosophy of Moral Development. Moral Stages and the Idea of Justice*. San Francisco : CA: Harper & Row Pubs.

- Kusché, C. A. (2003). *Paths en la clase: promoción de la enseñanza emocional y alivio de la angustia*. Buenos Aires: Tronquel.
- Landazabal, M. G. (2006). *Diseño de un programa de intervención socioemocional para promover la conducta prosocial y prevenir la violencia*. España: Secretaría General Técnica. Obtenido de Ministerio de educación y ciencia: https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=fasJwD_5QwUC&oi=fnd&pg=PA1&dq=socioemocional&ots=_EYVohyFcZ&sig=_d3iiu3UbYnHoyadTPPRJCtBtwo#v=onepage&q=socioemocional&f=false
- LeGoff. (2004). *Lego Therapy*.
- León, & Sierra. (2008). Desarrollo De La Comprensión de la consecuencia de las emociones. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 1, 35-45.
- Liddle, M.-J. E., Bradley, B. S., & Macgrath, A. (2015). *BABY EMPATHY: INFANT DISTRESS AND PEER PROSOCIAL RESPONSES*.
- Lila, M. (1995). *Autoconcepto, valores y socialización: un estudio transcultural*. Obtenido de Universitat de València: http://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/972/2012_11_15_TFG_ESTUDIO_DEL_TRABAJO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- López, C. È. (2005). La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27450136012>
- López, M. B., Filippetti, V. A., & Richaud, M. C. (2014). *Empatía: desde la percepción automática hasta los procesos controlados*. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v32n1/v32n1a04.pdf>

- Martin, M. S. (15 de 12 de 2009). *Psicología Especial*. Recuperado el 17 de 10 de 2013, de http://www.psicologiaespecial.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=6:el-rol-de-los-abuelos&catid=2:orientacion-a-padres&Itemid=14
- Martin, M. S. (21 de 06 de 2012). *Psicología Especial*. Recuperado el 17 de 10 de 2013, de http://www.psicologiaespecial.com.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=53:el-nuevo-rol-de-los-abuelos&catid=2:orientacion-a-padres&Itemid=14
- Martinez, N. R., Murray, R., Thunell, L., Peterson, F., Muller-Karg, Astor., & Varela, R. (2008). Modern climate Forcing of terrigenous Deposition in thje tropics. *Earth and Planetary Science Letters*.
- Mayer, J. D., Caruso, D., & Salovey, P. (1999). "Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence". *Intelligence*.
- McMahon, Wemamn, & Pames. (2006). Understanding prosocial behavior: The impact of empathy and gender among African American adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 135-137.
- Mestre Escrivá, M. V., Samper García, P., & Frías Navarro, M. D. (2002). Procesos cognitivos y emocionales predictores de la conducta prosocial. *Psicothema*, Vol. 14, nº 2, pp. 227-232.
- Mestre, M. V., Tur, A. M., Samper, P., Nácher, M. J., & Cortés, M. T. (2007). *Estilos de crianza en la adolescencia y su relación con el comportamiento prosocial*. Obtenido de Universidad de Valencia: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000200001

- Mestre, V. (2014). Desarrollo Prosocial: Crianza y escuela. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*.
- Ministerio de Educación, M. d. (2014). *Currículo de Educación Inicial*. Ecuador: <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/06/curriculo-educacion-inicial-lowres.pdf>.
- Moffitt, T. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*.
- Montessori, M. (2004). *El niño, el secreto de la infancia*. Editorial Diana Sa.
- Musitu, G., Gracia, E., & Román, J. (1998). *Familia y educación: prácticas educativas de los padres y socialización de los hijos*. Barcelona: Labor.
- Myers, D. G. (2005). *Psicología Social*. McGraw-Hill.
- Nadeau, M. (2001). *Juegos de relajación para niños de 5 a 12 años*. Editorial Sirio.
- Nhat, T. (2015). *Plantando semillas: la práctica del mindfulness con niños*. Barcelona: Kairos.
- Oros, L. B. (2011). *Desarrollo de emociones positivas en la niñez. Lineamientos para la intervención escolar*. Obtenido de <http://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/2042/259>

- Oros, L., & Fontana N., A. (2015). *Niños socialmente hábiles: ¿Cuánto influyen la empatía y las emociones positivas?**. Obtenido de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272015000100006&script=sci_arttext&tlng=en
- Ortiz, M. J., Apodaca, P., Etxebarria, I., Eceiza, A., Fuentes, M. J., & López, F. (2008). Algunos predictores de la conducta prosocial-altruista en la infancia: empatía, toma de perspectiva, apego, modelos parentales, disciplina familiar e imagen del ser humano. . *Revista de Psicología Social*, 89-98.
- Penner, L. A., Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., & Schroeder, D. A. (2005). Prosocial behavior: multilevel perspectives. *Annual Review of Psychology*.
- Perez Gonzalez, J. C. (2008). *Propuesta para la evaluación de programas de educación socioemocional*. España: Universidad de Almería España.
- Pineda, W. (octubre de 2017). Prácticas de mindfulness. (M. E. López, Entrevistador)
- Pruneda Huidrobo, E. (2003). *Qué es la autoestima?**. Mexico: Rompamilas.
- R. Castillo, J. S.-B. (2013). *Effects of an emotional intelligence intervention on aggression and empathy among adolescents*. Obtenido de Journal of Adolescence: <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.07.001>
- Redorta, J., Obiols, M., & Bisquerra, R. (2006). *“Emoción y conflicto-Aprenda a manejar las emociones”*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Rendón Uribe, A. (2015). *Educación de la competencia socioemocional y estilos de enseñanza en la educación media*. Obtenido de Sophia Universidad La Gran

Colombia: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-89322015000200010&lang=es

Romero Torres, J., & Chacón Ariza, L. M. (2014). *Aprendizaje de las conductas empáticas en un grupo de preescolares*. Obtenido de Universidad de la Sabana: <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/15167>

Ruvalcaba-Romero, N. A., Gallegos- Guajardo, J., & Nava, J. M. (2016). *Competencias socioemocionales como predictoras de conductas prosociales y clima escolar positivo en adolescentes*. Obtenido de Universidad de Guadalajara México: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27450136012>

Salmuri, F. (2004). *Libertad emocional. Estrategias para educar las emociones*. Buenos Aires: Paidós.

Salovey, p., & Mayer, J. (1996). *Emotional Intelligence: Key Readings on the Mayer and Salovey Model*. New, York: DUDE.

Seligman, M. E. (2014). *Positive psychology: An introduction* . New York: Springer Netherland.

SEP, S. d. (Agosto de 2014). *Manual para el desarrollo de habilidades socioemocionales en planteles de educación media superior*. Obtenido de http://prepajocotepec.sems.udg.mx/sites/default/files/yna_manual_11.pdf

Tamblyn. (2003). *Laugh and learn*. New York: Amacom.

Thompson, B., & Waltz, J. (2008). Mindfulness, self-esteem and unconditional self-acceptance. *Journal of Rational- Emotive and Cognitive Behavoir Therapy*, 119-126.

Vygostky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona: Crítica.

Vygostky, L. (1988). *Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem*. Sao Paulo: Icone.

Vygotsky, L. (1996). *A formação social da mente*. São Paulo: Martins Fontes.

Weinstein, Brown, & Ryan. (2009). A multi-method examination of the effects of mindfulness on stress attribution, coping and emotional well-being. *Journal of Research in Personality* , 374-385.

Zamora Lorente, M. (El desarrollo de la Autoestima en educación infantil de 2012). *El desarrollo de la Autoestima en educación infantil*. Obtenido de Universidad Internacional de la Rioja: http://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/972/2012_11_15_TFG_ESTUDIO_DEL_TRABAJO.pdf?sequence=1&isAllowed=y