



EN CORAZONES PEQUEÑOS CABE DE TODO

Autor(a): **Ramírez Maya Nayeli Stephanie**

J.N Margarita Maza de Juárez C.C.T 15EJN0012M

Tenancingo, Estado de México

9 de Febrero 2023



Mirando nuestro contexto y realidad social es inevitable sentirse abatido por los problemas sociales que nos envuelven, delincuencia, corrupción, suicidios, ansiedad, entre muchos más.

Preocupados por esta situación y buscando mejorar nuestra realidad, el gobierno, la UNICEF, en colaboración con la SEP sabedores de que el desarrollo socioemocional impacta directamente en la forma en que cada persona reacciona ante situaciones difíciles y en su capacidad para regular las relaciones conductuales y emocionales, estando conscientes de que las bases para un sano desarrollo emocional se deben sentar desde la edad temprana, se dieron a la tarea de diseñar un manual de “estrategias para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en preescolar”.

Se ha encontrado que las características de disposición temprana y el funcionamiento socioemocional tiene un impacto extenso y prolongado en el ajuste social, escolar y psicológico. Por ejemplo; la emocionalidad positiva y la sociabilidad predicen la aceptación de las y los compañeros de clase, el rendimiento escolar y bienestar psicológico (Hymel, 2014) Por el contrario el desafío y la agresión están asociados con el rechazo posterior de los compañeros, los problemas escolares y otros problemas de adaptación. Finalmente, la ansiedad social y la inhibición del comportamiento en la infancia y la primera infancia pueden contribuir a las dificultades en las relaciones con los compañeros y a problemas de naturaleza interna, como la soledad y la depresión (Leseman, 2012)

Si bien es cierto que las habilidades socioemocionales que los individuos manifiestan van a impactar directamente en la funcionalidad de las sociedades, también es importante rescatar su influencia en el logro educativo, influencia que es cada vez más reconocida y valorada. “Se ha demostrado que el desarrollo socioemocional y de apreciación del entorno tienen un impacto en términos de la autoestima, así como de las habilidades cognitivas que promueven el aprendizaje. Asimismo, se ha demostrado que reduce el estrés emocional y las conductas problemáticas en el aula, creando en su conjunto un ambiente educativo más armónico que contribuye a su vez, en la mejora del logro educativo” (Blair 2022; Diamond & Lee, 2011; Jones Brown & Aber, 2011; Raver et al 2011).

De ahí el valor y reconocimiento por esta herramienta de apoyo (Manual de estrategias para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en preescolar) que

como en el título se aprecia, está diseñado tomando en cuenta específicamente las características de los niños en edad preescolar, las cuales se engloban en 5 dimensiones.

En este manual a cada dimensión se le asignó un color para un mejor manejo y fácil identificación por parte de la educadora, a la dimensión de Autoconocimiento la vamos a encontrar en color morado, Autorregulación de color azul, Autonomía verde, Empatía café y Colaboración de color amarillo.

Menciono todo esto ya que me parece importante rescatar y reconocer la forma creativa en la cual fue diseñado este material, pensando en todos los aspectos incluso el más mínimo detalle que pueda favorecer el aprendizaje y además captar el interés y atención no sólo del alumno sino también del maestro.

De manera textual como se describe en el manual de estrategias para el desarrollo de habilidades socioemocionales:

Para cada dimensión, se creó un personaje que busca ser medio de comunicación entre educadora y preescolares, ya que a partir de dicho personaje se exponen diferentes situaciones y preguntas que den pie a tomar un papel activo como solucionadores de conflictos y generadores de estrategias que promuevan el bienestar. Cada personaje, está pensado como un extraterrestre con algunos rasgos humanos, quien será el elemento representativo de cada dimensión. El personaje cumplirá con las funciones de: **a)** ser portavoz o tutor que presente las actividades e indicaciones de las mismas, **b)** plantear preguntas de reflexión, **c)** puntualizar algunas conclusiones y **d)** recapitular los principales aprendizajes y/o experiencias de cada sesión. Por ejemplo, en el caso de la dimensión de Autorregulación, se propone introducir el personaje de mate el cual, es un extraterrestre que siente Miedo, Alegría, Tristeza y Enojo. Este extraterrestre viene del planeta X-Plota, un lugar donde sus habitantes tienen dificultades para comprender como se sienten y regular la manera en que expresan sus emociones, de esta forma a lo largo de las sesiones de trabajo que comprenden esta dimensión, se estarán planteando actividades que, en conjunto con Mate lleven a los niños y niñas a trabajar en el desarrollo de habilidades socioemocionales específicas planteadas en el mapa curricular... (Cervantes et al, 2022).

Hay aspectos que en un primer momento parecieran insignificantes y que de no ser porque vienen establecido en el material pocas veces nos detendríamos a mirar pero que

a lo largo del trabajo con las fichas descubres, valoras y reflexionas el porqué de estas puntualizaciones, por ejemplo: cada dimensión trae el nombre de la habilidad social a favorecer y su definición, muchas veces las y los educadores nos aventuramos a querer trabajar una habilidad, un aprendizaje sin saber realmente de que estoy hablando y en este caso cuando tienes completamente claro que es la autorregulación, que es la empatía, que es el autoconocimiento, etc. el panorama cambia completamente y desde ese momento tienes claro hacia dónde ir y lo que se pretende lograr.

El orden en que vienen establecidas las dimensiones también es importante recordemos que estas se dividen en habilidades específicas, la primera habilidad a trabajar es autoconocimiento, ¿Por qué menciono esto? muchas veces o me atrevería a decir que casi siempre al inicio de ciclo cuando nuestros alumnos llegan al preescolar lo primero que hacemos es establecer normas y acuerdos para regular su conducta y generar un ambiente armónico, sin embargo ahora que miro esta situación después de conocer el manual, es necesario preguntarse ¿Cómo pretendemos que los niños se regulen si antes no se conocen?, no conocen sus gustos, sus miedos, sus emociones, no saben cómo expresarlas y cómo manejarlas. De ahí que en cada ficha de trabajo además de llevar una secuencia lógica en las habilidades sociales a trabajar, nos menciona también las habilidades previas, el indicador de logro y la habilidad que se favorece, haciendo especial énfasis en no perder de vista los conocimientos previos de los alumnos, ¿de dónde se va a partir, con que se cuenta para trabajar?

Una vez realizadas todas estas puntualizaciones para conocer a grandes rasgos el material de apoyo me sería grato compartir mi experiencia al trabajar la dimensión de autoconocimiento, la cual fue una experiencia exitosa y de muchos descubrimientos para mí, tanto de habilidades y aprendizajes de los niños como de aprendizajes de mi intervención docente.

El personaje que representa esta dimensión es Uzma. Desde el momento en el que se les presento a los niños el personaje, este logra captar su atención, ellos muestran empatía e interés por ayudarlo a resolver sus conflictos.

El indicador de logro que se trabajo fue el siguiente: identifica y nombra características: ¿Cómo es físicamente?, ¿Qué le gusta?, ¿Qué se le facilita?, ¿Qué se le dificulta?

Debo mencionar que en ciclos escolares anteriores ya había trabajado este aprendizaje, sin embargo, reflexionando mi intervención y haciendo la comparación con este ciclo en el que se orientó mi intervención a través de este manual, puedo decir que tenía una visión reducida de lo que es autoconocimiento pues me limitaba y limitaba a mis alumnos a reconocerse y describirse de manera física, cuando se describían físicamente yo daba por hecho que ya había logrado en ellos un autoconocimiento.

Ahora teniendo en mente que autoconocimiento implica conocerse y comprenderse a sí mismos, tomar conciencia de las motivaciones, las necesidades, los pensamientos y las emociones propias, amplié mi visión y las posibilidades de expresión y aprendizaje de los niños.

Las situaciones de aprendizaje que sugiere el manual y que se retomaron fueron: “conociendo mi cuerpo” y “mi cuerpo y yo”, las cuales se enfocan en que los niños conozcan su cuerpo y sus posibilidades de expresión a través de él, con ellas se inicia este trabajo y aquí hay otro punto importante que vale la pena destacar, dentro de las situaciones que el manual propone, sugiere retomar algunas del libro de la educadora que en este caso fue “Lo que me gusta de mí y de mis compañeros”, versión 1 características que hacen a las personas únicas.

El libro de la educadora por sí sólo es un recurso valioso que la secretaría de educación pública distribuye a nivel preescolar para apoyar la intervención didáctica y en este momento el manual de Estrategias para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en preescolar, el cual fue distribuido a 150 preescolares del Estado de México, hacen el complemento perfecto para fortalecer el desarrollo socioemocional de los alumnos en edad preescolar. Y que en mi caso pude ver reflejado en mis alumnos, en sus evidencias de trabajo, comportamiento, relaciones, así como en sus expresiones orales.

Una de las producciones derivadas de esta situación de aprendizaje fue un mapa mental y collage de quien es cada uno de los niños, en donde manifestaron no sólo aspectos físicos si no también sus gustos, preferencias, miedos, habilidades, personas y lugares en donde les gusta estar y con quienes se sienten seguros.

Desde que se inicia el trabajo con este material puedo decir que se favoreció el reconocimiento en sentido positivo de cada uno de mis alumnos, al expresar quienes son fue común escuchar frases como: soy bonita, soy divertida, soy un artista, amo las mascotas, soy muy bueno haciendo tal cosa, me gusta..., aprendí..., con mi cuerpo puedo

hacer..., frases con las que los niños expresaron su individualidad y se valoraron como personas únicas y especiales pero que al observar sus producciones también pudieron notar que compartían gustos, preferencias, habilidades y/o miedos con sus compañeros.

Dentro de este autoconocimiento también han aprendido a identificar las emociones que van más allá de la alegría y la tristeza, reconocen por ejemplo que el miedo es importante y que les puede alertar en situación de peligro, que es válido sentir rabia pero que la forma en que exprese mi enojo puede afectar a los demás, que también es importante estar en calma, que la calma viene a relajar nuestro cuerpo y nos ayuda a estar atentos y favorece el aprendizaje.

Una característica particular de mi grupo durante este ciclo escolar era que al inicio por lo menos a un 80% de ellos, se les dificultaba controlar conductas impulsivas y agresivas que afectaban a los demás, actualmente esta situación ha disminuido considerablemente y es una gran satisfacción puesto que era una situación que me tenía sumamente preocupada.

El trabajo con el manual de estrategias de habilidades socioemocionales continúa en proceso, faltan muchas situaciones por aplicar, dimensiones por atender y habilidades en mis alumnos por favorecer, pero hasta el momento puedo decir que el trabajar con estos materiales ha impactado de manera muy positiva en mis alumnos y ha venido a enriquecer mi intervención docente.

ANEXOS

Fotografías 1 y 2

Imagen 1: Presentación de los elementos de cada dimensión

1) Nombre de la dimensión
Autorregulación

2) Definición de la dimensión
 Capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, de tal suerte que se pueda comprender el impacto que las expresiones emocionales y comportamientos pueden llegar a tener en otras personas y en uno mismo. La autorregulación implica modular los impulsos, tolerar la frustración, perseverar en el logro de objetivos a pesar de las dificultades, aplazar las recompensas inmediatas, afrontar pacíficamente retos y situaciones de conflicto, manejar la intensidad y duración de los estados emocionales, y lograr experimentar de forma voluntaria emociones positivas o no afectivas.

3) Nombre del personaje representante de la dimensión
Mate

4) Planeta del que viene el extraterrestre
X-Plota

5) Historia del extraterrestre

6) Dibujo del extraterrestre



Nombre: Mate. Está compuesto por el acrónimo formado por las emociones básicas: Miedo, Alegría, Tristeza y Enojo.

Planeta: X-Plota, es un lugar donde los habitantes no saben cómo expresar sus emociones. A veces, se quedan callados y no le dicen a los otros extraterrestres cómo se sienten, y a veces, explotan de enojo y tristeza.

Historia: Él es Mate, un extraterrestre que vive en el planeta X-Plota, más o menos a 3 mil años luz de la Tierra. En el planeta de Mate, los y las extraterrestres sienten muchas cosas, pero a veces esto los confunde, porque no conocen muy bien sus emociones, lo que a veces les causa problemas para comunicarse entre ellos o resolver problemas juntos y juntos, pues tampoco saben trabajar en equipo. Las pequeñas y pequeños extraterrestres de su planeta no tienen amigos, todos y todas pasan la mayoría de su tiempo solos, porque cuando se juntan para jugar, aunque sea por un minuto, terminan peleando entre ellos, ya que no conocen la importancia de escuchar a las y los demás para solucionar un desacuerdo, así como tampoco saben que debemos tener control sobre nuestras emociones para que la convivencia sea más divertida a la hora de jugar.

Una noche, que parecía muy tranquila, mientras Mate se encontraba observando las estrellas, se dio cuenta de que algo caía desde el cielo con rapidez, hasta que aterrizó en su patio. Temeroso, Mate se acercó a ver ese raro objeto caído del cielo, y encontró colgada de él una nota en la que leyó "Satélite 145-32. De: la Tierra. Para: las y los extraterrestres de X-Plota". Mate tuvo mucha curiosidad y decidió abrirla por completo y leerla. Para: las y los habitantes del planeta X-Plota sus costumbres y la manera en la que se relacionan las personas aquí, entonces, Mate se enteró que en nuestro planeta, las niñas y los niños tienen muchos amigos con los que juegan a diario después de la escuela, y por eso ha decidido viajar desde muy lejos para aprender cuáles son sus secretos para ser felices y jugar juntos, pues eso es lo que él quiere para sus amigas y amigos de X-Plota.

Imagen 2: Presentación de los elementos del trabajo de cada habilidad específica

Número de Sesión		Indicador de logro: 3		Habilidad que se favorece: Usar el vocabulario emocional 4	
Habilidades previas: Se mencionan las habilidades necesarias para alcanzar el indicador de logro de acuerdo con el mapa curricular		Se presenta el indicador de logro, de acuerdo con el mapa curricular		Se menciona y define la habilidad a trabajar en la sesión, de acuerdo con el mapa curricular	
5	INICIO	Estrategia didáctica		Recursos didácticos	Duración
	Introducción al nuevo tema	Historia Se describe la historia del extraterrestre a manera de cuento con la finalidad de que sea la introducción de la habilidad a trabajar	Anexos o materiales que se requieren		
6	DESARROLLO	Descripción		Recursos didácticos	Duración
	Situación de aprendizaje 1 (Recomendado para 1° y 2° de preescolar)	Se presenta el nombre de la actividad, el propósito, el tipo de organización que se requiere y se describe la manera en que se puede llevar a cabo			Incluye notas para la educadora
	Situación de aprendizaje 2 (Recomendado para 2° y 3° de preescolar)	Se presenta el nombre de la actividad, el propósito, el tipo de organización que se requiere y se describe la manera en que se puede llevar a cabo			
	Situación de aprendizaje 3 (En el material SEP)	Se presenta una tercera opción donde se retoman los elementos del libro de la educadora y recursos propuestos por la SEP y otros expertos			
7	CIERRE	Descripción		Recursos didácticos	Duración
	Recapitulación de la historia	Historia Se describe la historia del extraterrestre a manera de cuento para recapitular aprendizajes y experiencias vividas en la sesión			
	Recapitulación del tema	Platicando con Mate: Se realizan preguntas de retroalimentación y conclusiones significativas			
8	Experiencia didáctica de reforzamiento:		Se describe la experiencia que puede llevarse a cabo en un día cotidiano de trabajo en clase, como una oportunidad para modelar y reforzar la habilidad trabajada en la sesión		
9	Experiencia didáctica de observación:		Se describe la experiencia que puede llevarse a cabo en un día cotidiano de trabajo en clase, como una oportunidad para reforzar y evaluar la habilidad trabajada en la sesión		

Las fotografías fueron tomadas del manual de estrategias para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en preescolar, las cuales refieren la presentación de los elementos de cada dimensión.

Referencias Bibliográficas

Cervantes B., Martínez E. y Ramos M. (2022) Estrategias para el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en preescolar.

Libro de la educadora, SEP 2020.