

La lúdica como instrumento mediador de la gestión emocional en primera infancia

Luz Mireya Palacio Farfán

Sandra Patricia Garzón Cruz

Trabajo presentado para obtener el título de Especialista en Pedagogía de la Lúdica

Fundación Universitaria Los Libertadores

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Departamento de Educación

Especialización en Pedagogía de la Lúdica

Bogotá D.C., octubre de 2022

RESUMEN

El presente Proyecto de Investigación Disciplinar, nace de la necesidad de fortalecer la gestión emocional de niños y niñas de 4 años de edad, estudiantes de grado jardín del colegio El Libertador IED, sede B; en la ciudad de Bogotá; en ellos es evidente la dificultad para expresar sus emociones de manera adecuada. Es común observar en la socialización con sus pares, actitudes que resultan de emociones sin gestionar, como: apatía, pataleta, frustración y agresividad. Se hace indispensable realizar una intervención de educación a nivel emocional en primera infancia ya que de esto depende el éxito de las relaciones humanas, tener la capacidad de reconocer sentimientos propios y en los demás para desarrollar la habilidad de gestionarlos.

Para dar solución a esta problemática se ha diseñado una estrategia lúdica de enseñanza-aprendizaje que facilita la gestión de las emociones en el grupo focal; como punto de partida se realiza la caracterización de las emociones que manifiestan los niños y las niñas ante situaciones que exigen una respuesta de tipo emocional. Con base en esta información se estructura y adecúa la estrategia pedagógica cuyo instrumento principal es un protocolo de gestión emocional, ABC de consulta dirigida a padres de familia, cuidadores y docentes; en el cual se describen y exponen las diferentes emociones, se sugieren actividades lúdicas para la adecuada gestión de cada una de ellas.

La presentación de este proyecto de investigación llega hasta la fase de diseño de estrategia pedagógica sin llegar a la implementación que podrá hacerse efectiva posteriormente.

Palabras clave: Emociones, socialización, contexto familiar y escolar, gestión emocional.

ABSTRACT

This Disciplinary Research Project arises from the need to strengthen the emotional management of 4-year-old boys and girls, kindergarten grade students at the El Libertador IED school, section B; in the city of Bogota; they show the difficulty to express their emotions in an adequate way. It is common to observe in socialization with their peers, attitudes that result from unmanaged emotions, such as: apathy, tantrums, frustration and aggressiveness. It is essential to carry out an educational intervention at an emotional level in early childhood since the success of human relationships depends on this, having the ability to recognize one's own feelings and those of others to develop the ability to manage them.

To solve this problem, a ludic teaching-learning strategy has been designed that facilitates the management of emotions in the focus group; As a starting point, the characterization of the emotions manifested by boys and girls in situations that require an emotional response is carried out. Based on this information, the pedagogical strategy is structured and adapted, whose main instrument is an emotional management protocol, ABC of consultation directed to parents, caregivers and teachers; in which the different emotions are described and exposed, recreational activities are suggested for the proper management of each one of them.

The presentation of this research project reaches the pedagogical strategy design phase without reaching the implementation that can be made effective later.

Keywords: Emotions, socialization, family and school context, emotional management.

Tabla de contenido

Pág.		
	1.Problema	5
	1.1 Planteamiento del problema	5
	1.2 Formulación del problema	5
	1.3 Objetivos	6
	1.3.1 Objetivo general	6
	1.3.2 Objetivos específicos	6
	1.4 Justificación	6
	2.Marco referencial	8
	2.1 Antecedentes investigativos	8
	2.2 Marco teórico	11
	3.Diseño de la investigación	17
	3.1 Enfoque y tipo de investigación	17
	3.2 Línea de investigación institucional	18
	3.3 Población y muestra	24
	3.4 Instrumentos de investigación	25
	4.Estrategia de intervención	25
	5.Conclusiones y recomendaciones	30
	Referencias	32
	Anexos	

1. Problema

1.1 Planteamiento del problema

En grado Jardín de la Institución Educativa Distrital El Libertador, de la localidad Rafael Uribe Uribe, se puede evidenciar que los niños y niñas (4 años) tienen dificultad para expresar sus emociones de manera adecuada: ya que es común observar en la socialización, actitudes como: apatía, pataleta, frustración, agresividad; se niegan a compartir con sus pares los juguetes y útiles escolares, se les dificulta esperar el turno y verbalizar sus necesidades.

Este comportamiento es más acentuado post pandemia, ya que las posibilidades de socialización solo se habían dado en el contexto familiar por el confinamiento obligatorio, cabe destacar que, 2 de sus 4 años han estado en sus hogares sin compartir con personas diferentes a sus familiares más cercanos. Es recurrente, que estos familiares trabajen desde casa o fuera de ella y no cuenten con el tiempo necesario para orientar este proceso o mejorar su propia gestión emocional, ya que los niños a esta edad aprenden por observación e imitación de las personas que componen su núcleo más cercano.

Tradicionalmente los docentes se han valido de estrategias como el diálogo y lectura de cuentos para el establecimiento de normas y determinación de límites; se hace necesario intervenir de forma lúdica por medio de un PID para que la experiencia emocional y de aprendizaje tenga significado en cada uno de los niños y niñas y trascienda a la familia.

1.2 Formulación del problema

1.3 ¿Cómo facilitar la gestión emocional en 25 niños y niñas de grado Jardín del colegio El Libertador IED, sede B, Localidad Rafael Uribe Uribe en la ciudad de Bogotá DC.?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Diseñar una estrategia lúdica de enseñanza-aprendizaje para facilitar la gestión de las emociones en los niños y niñas de grado Jardín del colegio El Libertador IED, sede B.

1.3.2 Objetivos específicos

1.3.2.1 Caracterizar las emociones que manifiestan los niños y las niñas de grado jardín, ante situaciones que exigen una respuesta de tipo emocional.

1.3.2.2 Estructurar una estrategia lúdica para la adecuada gestión emocional en niños y las niñas de grado jardín.

1.4 Justificación

La problemática abordada fue evidenciada en la realización de la Propuesta de Intervención Disciplinar, por medio de la observación del grupo focal; fortaleciendo el quehacer pedagógico de los docentes con el propósito de una educación integral, en la que es indispensable responder a las características de niños y niñas de edad temprana, que manifiestan emociones encontradas, producto del inadecuado manejo de ellas,

encierro pre y post pandemia, sobreprotección y desconocimiento por parte de la familia sobre esta temática.

En primera infancia es indispensable tener presente que el niño debe pasar de las emociones primarias a otras más elaboradas y maduras, a identificarlas y posteriormente gestionarlas; pues la socialización es la que moldea su temperamento, debe pasar del llanto y la pataleta como expresión básica, a la verbalización de sus emociones y necesidades.

De allí la importancia de educar y ayudar a gestionarlas, para garantizar un crecimiento equilibrado y armónico; estableciendo diálogo donde se compartan aprendizajes, saberes y experiencias, que participen ayudándose unos a otros, como se menciona en el principio pedagógico, Condiciones para construir una vida de grupo infantil, Bienestar Familiar (1996):

La vida del grupo infantil. Al pertenecer al grupo infantil, el niño puede crear y vivir relaciones de afectividad, confianza, solidaridad, conocer a los otros niños y educadores, sentirse a gusto y no ser violentado en sus expresiones, desarrollando así su autoestima. El hacer parte de un grupo permite manifestarnos como seres humanos en un ambiente de respeto mutuo, de solidaridad, de cooperación y de participación en la toma de decisiones (p.16).¹

Para que la transición entre la socialización primaria del hogar y el espacio del aula sea armónica y productiva, se requiere la vinculación de toda la comunidad educativa, principalmente de la familia. Que el aprendizaje que quede de esta

¹ Bienestar Familiar, 1996, *Un Mundo de Juegos, Guía de Actividades Pedagógicas para Niños de 2 a 7 años*.

intervención trascienda en el actuar y sentir de las familias, así como en el quehacer pedagógico de los compañeros docentes.

2. Marco referencial

2.1 Antecedentes investigativos

A nivel nacional e internacional se encuentran diversos proyectos y artículos acerca de la gestión emocional en niños y niñas de primera infancia que orientan esta propuesta de intervención disciplinar, en efecto, esta es una temática de gran interés para docentes, familias y otros que interactúen en el proceso de desarrollo de los infantes; las investigaciones aquí referenciadas han servido de pauta para el diseño de las actividades a desarrollar con los estudiantes del grupo focal, a conocernos como docentes, a establecer un vínculo con los niños y niñas que favorece la enseñanza aprendizaje de la educación emocional.

Estas investigaciones han aportado en la propuesta de actividades donde se puedan regular los juegos y las interacciones con sus pares y docentes, a identificar los sentimientos propios y de los demás, y los momentos apropiados para manifestar cada conducta. En las diferentes investigaciones se ha hecho uso de herramientas pedagógicas, como: la literatura, el arte, el juego, la lúdica; actualmente las ayudas tecnológicas acercan, facilitan y hacen dinámicas las actividades.

El arte es inherente a lo humano y hace parte de la formación integral de la expresión de subjetividad, a ello se hace referencia en el siguiente artículo:

Antecedente Local

En esta propuesta “El arte como estrategia para favorecer el trabajo cooperativo y el reconocimiento de las emociones en los niños del curso 103 del Instituto Pedagógico Nacional (I.P.N)” de Sáchica (2019), se plantea el trabajo con los niños del curso 103 del grado primero, junto con su docente titular y una docente de educación especial para el fortalecimiento de las emociones que se generan del trabajo cooperativo a través del arte. En esta propuesta de investigación, se observan las dinámicas de interacción y trabajo cooperativo presentadas en el aula, de los niños del curso 103 del Instituto Pedagógico Nacional, posteriormente implementar algunas actividades de arte, para fortalecer las emocionalidades presentadas en el trabajo cooperativo y por último utilizar el arte como herramienta para la reflexión y el fortalecimiento de las habilidades de los niños por medio de la construcción colectiva. De esta manera poder reconocer las emociones y su manejo a través del arte.

Antecedente Nacional

Los investigadores, Guil, Mestre, Gil-Olarte, De la Torre, Zayas, (2017); emplearon una metodología cualitativa y realizaron intervenciones preventivas centradas en la emoción, aspecto fundamental de nuestra Propuesta de Intervención Disciplinar. Las emociones se visibilizan desde los primeros años de vida, por eso es importante ayudar al niño y la niña a identificar las propias, a expresarlas de la manera adecuada y a reconocer y comprender las de los demás. Así conseguiremos que desarrollen las habilidades necesarias para interactuar con el mundo y ser felices, capaces de regular y gestionar sus emociones.

Estos autores se centran en estudiar la temática emocional desde los primeros años de vida de los seres humanos, ya que estas manifestaciones requieren de un estudio juicioso para entender cómo se desarrollarán a futuro.

Este trabajo “Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: una guía para la intervención” se presenta una guía para elaborar programas específicos destinados a desarrollar la Inteligencia Emocional (IE) en infantes de 0 a 3 años por considerar que, antes de aplicar programas para edades superiores, resulta fundamental entender cómo se han realizado los aprendizajes previos. El estudio se fundamenta en tres cuerpos teóricos primordiales: la teoría de las etapas del desarrollo infantil temprano del teórico francés Henri Wallon, quien se esforzó por describir el desarrollo emocional del bebé y el papel de las emociones en el establecimiento de relaciones y vínculos con el mundo exterior; el modelo de IE de Mayer y Salovey (2007) y los principios formulados por Carroll Izard sobre intervenciones preventivas centradas en la emoción (Izard 2002).

Antecedente Internacional

Así como como los padres se ocupan de enseñar herramientas indispensables a sus hijos para su desarrollo integral, habilidades como hablar, caminar, andar en bicicleta, levantarse al caer, comer solos; de la misma manera debería dedicarse un espacio de aprendizaje emocional para la vida. En casa se generan los primeros aprendizajes y en la escuela se afianzan, se aprenden a manejar las relaciones para lograr eficacia cognitiva, puesto que adquieren mayor concentración y seguridad en sí mismos, aumentando la curiosidad, motivación y las ganas de aprender.

Gómez (2017), autora de la investigación “Primera infancia y educación emocional” aborda la educación integral de la primera infancia, con énfasis en la importancia de la educación emocional. Resalta el valor de la educación emocional como elemento que prepara al sujeto para lidiar con las vicisitudes que puede presentar la cotidianidad, y la manera como estos aprendizajes pueden potencializarse a través de las prácticas pedagógicas de los agentes educativos que atienden a la primera infancia; pone en relieve que estos últimos poseen un papel fundamental en la educación de las emociones y en general en la educación integral.

2.2 Marco teórico

Sobre la gestión emocional en la infancia se han realizado valiosos estudios e investigaciones de gran interés; para enmarcar teóricamente este proyecto se hace necesario plantear conceptos de niño y niña, periodo de vida comprendido entre 1 y 6 años, que presenta necesidades evolutivas y características específicas de su etapa de desarrollo; según María Montessori, el desarrollo del niño surge de la necesidad de adaptarse a su entorno:

Montessori (1912) Afirma que el niño necesita darle sentido al mundo que lo rodea y se construye a sí mismo en relación con ese mundo. El primer Plano del Desarrollo comienza con el nacimiento hasta los 6 años, está caracterizado por la mente absorbente del niño, la cual toma o absorbe todos los aspectos, buenos y malos, del ambiente que lo rodea, el lenguaje y la cultura.

De allí la importancia de brindar un ambiente agradable de exploración y aprendizaje, donde encuentre respuesta a sus necesidades evolutivas, que promueva en los niños y las niñas la imaginación, la curiosidad y la autonomía. El maestro propicia la construcción de conocimiento

como guía que fomenta el trabajo colaborativo, el respeto a la diferencia, el autoconocimiento, la oportunidad de indagar sobre sus intereses y expresar sus emociones. Para iniciar este estudio es necesario precisar ¿Qué es la emoción? Y ¿cuáles son esas emociones?

Uno de los estudios con más relevancia a este respecto es del investigador, psicólogo y escritor Daniel Goleman, quien en su libro: *La inteligencia emocional*, explora sobre el estudio científico de las emociones, aclara y define términos y tipos, de esta manera, ha visibilizado la importancia de la educación emocional.

Goleman (1995), define emoción como un sentimiento, existen centenares de emociones y muchísimas más mezclas, variaciones, mutaciones y matices diferentes entre todas ellas. En realidad, existen más sutilezas en la emoción que palabras para describirlas. Algunas de esas emociones propuestas son:

Ira: rabia, enojo, resentimiento, furia, exasperación, indignación, acritud, animosidad, irritabilidad, hostilidad y, en caso extremo, odio y violencia.

Tristeza: aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desesperación y, en caso patológico, depresión grave.

Miedo: ansiedad, aprensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, terror y, en el caso de que sea psicopatológico, fobia y pánico.

Alegría: felicidad, gozo, tranquilidad, contento, beatitud, deleite, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, raptó, gratificación, satisfacción, euforia, capricho, éxtasis y, en caso extremo, manía.

Amor: aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y ágape.

Sorpresa: sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.

Aversión: desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto y repugnancia.

Vergüenza: culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar y aflicción.

Reconocer las emociones posibilita la discriminación de éstas, gestionarlas hace parte de los estudios sobre educación emocional que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano. Priorizar la importancia de la regularización de las emociones indica que no deben negarse ni reprimirse, optimizando el desarrollo integral de los niños y las niñas.

En edad temprana se hace indispensable adquirir la habilidad de la autorregulación, el manejo de la ira, de la tolerancia a la frustración, afrontamiento en situaciones de riesgo, desarrollo de la empatía, entre otras. A este respecto, Bisquerra (2012) vislumbra técnicas concretas de gestión emocional, como:

Diálogo interno, control del estrés, (relajación, meditación, respiración) autoafirmaciones positivas; Asertividad; reestructuración cognitiva, imaginación emotiva, atribución casual, etc. El desarrollo de la autorregulación emocional requiere de una práctica continuada. Es recomendable empezar por la regulación de emociones como ira, miedo, tristeza, vergüenza, timidez, culpabilidad, envidia, alegría, amor, etc.

La “autonomía emocional” es la capacidad de no verse seriamente afectado por los estímulos del entorno. Se trata de tener sensibilidad con vulnerabilidad. Esto requiere de una sana autoestima, autoconfianza, percepción de autoeficacia, auto motivación y responsabilidad. La autonomía emocional es un equilibrio ante la dependencia emocional y desvinculación.

La capacidad de escucha y la empatía del maestro promueve habilidades sociales y propende la construcción de un clima social favorable para la efectiva educación emocional. Por tal razón, es importante la formación en habilidades socioemocionales, tarea a la que no se le había dado relevancia hasta hace un tiempo, con los cambios sociales de las últimas décadas se ha hecho imprescindible pensar y actuar respecto a esta tarea.

Céspedes (2013), reconocida neuro psiquiatra, refiere los requisitos para que el profesor pueda llevar a cabo una educación emocional efectiva que son similares a los requisitos que debe cumplir la familia:

- Tener un conocimiento intuitivo o informado acerca de la edad infantil y adolescente, particularmente de sus características psicológicas y de sus tareas de cumplimiento.
- Conocer la importancia de los ambientes emocionalmente seguros en el desarrollo de la afectividad infantil.
- Poseer un razonable equilibrio psicológico y ausencia de psicopatología.
- Conocer técnicas efectivas de afrontamiento de conflictos.
- Emplear estilos efectivos de administración de la autoridad y el poder.
- Comunicación afectiva y efectiva.
- Verdadera vocación por la misión de maestro.
- Un permanente y sincero trabajo de autoconocimiento.
- Una reflexión crítica constante acerca de los sistemas de creencias y de su misión como educador.

El profesor debe poseer un sólido conocimiento acerca de las características neurobiológicas y psicológicas del niño y del adolescente, enriquecido con una mirada etológica, histórica y sociológica. Fenómenos propios de la niñez y adolescencia actuales, como el bullying, las

conductas de riesgo, las tribus urbanas, el creciente dominio de las tecnologías, entre otros, deben ser conocidos y abordados con pericias técnicas por los profesores.

Aún más importante que el papel de los profesores en la educación emocional en la primera infancia, es el de la familia, que se constituye en referente primario como modelo a ser observado e imitado. En este sentido, la familia es el primer agente socializador donde los niños y las niñas aprenden de sus padres y familiares cercanos sobre sus emociones y cómo responder a cada una de ellas.

Algunos teóricos hacen referencia sobre la gestión emocional en familia y su incidencia en el desarrollo integral de los infantes, en la forma como forjan su carácter y afianzan comportamientos visibles posteriormente en la interacción escolar.

Alizade (2010), Psicoanalista Argentina, al realizar observación del desarrollo emocional y psicológico de los niños, concluye tener en cuenta los siguientes aspectos:

En primer lugar, evaluar el funcionamiento físico, neurológico y sensorial del niño, así como la coordinación de la motricidad fina y la motricidad gruesa, y las capacidades cognitivas que aparecen, ya que el desarrollo psicológico se expresa significativamente en estas áreas.

En segundo lugar, observar la forma en que el niño se vincula con sus cuidadores y personas de su entorno, el estilo o la forma de “estar con”.

En tercer lugar, evaluar el estado de ánimo, los sentimientos que predominan (alegría, enojo, interés, diversión, celos, amor), la variedad, la profundidad y la adecuación de esos sentimientos, así como la capacidad de regularlos.

En cuarto lugar, observar si el niño y la niña presentan estados de ansiedad expresados en su conducta, juego o verbalizaciones, y la presencia de miedos.

Por último, los niños expresan en el juego, y luego verbalizando, los temas que corresponden al momento del desarrollo que atraviesan y las situaciones que viven.

Resaltando la importancia de la familia en el desarrollo de los niños y las niñas, y la corresponsabilidad con la escuela, es fundamental destacar que en la educación existen leyes que soportan dichos procesos, el Código de la infancia y la adolescencia, en el artículo 29 reglamenta:

Art 29. DERECHO AL DESARROLLO INTEGRAL EN LA PRIMERA INFANCIA. La

primera infancia es la etapa del ciclo vital en la que se establecen las bases para el desarrollo cognitivo, emocional y social del ser humano. Comprende la franja poblacional que va de los cero (0) a los seis (6) años de edad. Desde la primera infancia, los niños y las niñas son sujetos titulares de los derechos reconocidos en los tratados internacionales, en la Constitución Política y en este Código. Son derechos impostergables de la primera infancia, la atención en salud y nutrición, el esquema completo de vacunación, la protección contra los peligros físicos y la educación inicial. En el primer mes de vida deberá garantizarse el registro civil de todos los niños y las niñas.

3. Diseño Metodológico

3.1. Paradigma Cualitativo

El paradigma cualitativo postula una concepción global fenomenológica, inductiva estructuralista, subjetiva, orientada al proceso y propia de la antropología social, según Cook y Reichardt (1997). Percibe la vida social como la creatividad compartida de los individuos, determina una realidad percibida como objetiva, viva y cognoscible para todos los participantes en la interacción social. Entendiendo el mundo social como dinámico y cambiante.

El presente proyecto es de corte cualitativo, ya que responde a la temática de interacción social en donde están inmersas las emociones, y la investigación cualitativa es utilizada para explorar la realidad de fenómenos sociales, el estudio de lo subjetivo de los sujetos inmersos en un determinado contexto, en este caso el educativo. La participación de este grupo focal es tan esencial como la del investigador, es decir, el de las docentes, por lo que, al ser un trabajo cooperativo, es fundamental el diseño de herramientas y estrategias significativas y que representen un cambio efectivo en la gestión emocional y las situaciones que se presentan dentro y fuera del aula de clases, en los estudiantes de grado jardín del Colegio El Libertador.

3.2 Tipo de investigación

Este proyecto, La lúdica como instrumento mediador de la gestión emocional, en primera infancia, se enfoca en la investigación acción, siendo este tipo de metodología la que se ocupa del estudio de una problemática social específica que requiere solución y

que afecta a un determinado grupo de personas, en este caso la escuela. Es considerado el método más apropiado para lograr cambios en las organizaciones (Blaxter, Hughes y Tight, 2000), usualmente la emplean investigadores que identifican un problema en un grupo focal y lo estudian para contribuir a su mejora.

Es apropiada para el desarrollo de este proyecto ya que es una investigación a pequeña escala, del área de la educación, requiriendo un profundo entendimiento del comportamiento de los individuos y las razones que lo gobiernan, en otras palabras, investiga el cómo y por qué se tomó la decisión. Se basó en la toma de muestras pequeñas, en donde se evidenció la falta de una adecuada gestión de las emociones en los estudiantes de grado jardín del colegio El Libertador IED.

3.3 Fases de la investigación

las diferentes fases de la investigación cualitativa (preparatoria, trabajo de campo, analítica e informativa) van de manera secuenciada, cada fase se superpone con la siguiente y la anterior. Cuando aún no se ha finalizado una fase ya se comienza con la siguiente sin transiciones marcadas o evidentes. RODRIGUEZ, Gregorio, GIL, Javier y GARCIA (1996)

3.3.1 La fase preparatoria

En esta fase inicial de la investigación cualitativa se diferencian dos grandes etapas: reflexiva y diseño. En la primera etapa se establece el marco teórico-conceptual

desde el que parte la investigación. En la etapa de diseño, se dedicará a la planificación de las actividades que se ejecutarán en las fases posteriores.

3.3.1.1 Etapa reflexiva

En el quehacer pedagógico se evidencia que los estudiantes del grado jardín del colegio El Libertador, muestran dificultad para gestionar algunas de sus emociones, como el enojo, la frustración, tristeza, entre otras. Razón por la cual surge la inquietud de aportar a la solución de esta problemática consultando diferentes teorías al respecto, mediante estudios publicados en artículos educativos, antecedentes de proyectos educativos y la postura de diversos autores sobre la temática emocional en la primera infancia. Encontrando que es recurrente la necesidad de realizar intervención en la educación emocional, porque implica las interacciones sociales cotidianas y trasciende del entorno educativo al entorno familiar y viceversa.

3.3.1.1 Etapa de diseño

Este proyecto pretende que los niños y niñas de grado jardín del Colegio El Libertador, Sede B, reconozcan y gestionen sus emociones; como ejercicio de autoconocimiento, de conocimiento del otro, en procura de un buen ambiente escolar, para que aprendan a reconocerlas, diferenciarlas y adquieran el lenguaje emocional necesario para entender qué les pasa en cada ocasión y así puedan expresar lo que sienten a los demás.

Con actividades lúdicas y juegos pensados en las expectativas y necesidades propias de su edad, que no sobrepasan los 45 minutos, ya que es el tiempo máximo de

atención de niños de esta edad, por medio de ellas se promueve el desarrollo de todas y cada una de las competencias emocionales básicas. Una vez identificadas las necesidades sobre gestión emocional, evidenciadas mediante la observación, se realizó la selección y adaptación de las actividades a desarrollar con los estudiantes de dicho grupo focal, estas actividades fueron realizadas por medio de talleres lúdicos, momento del cuento, charlas, ejercicios de calma y relajación, expresión artística mediante el dibujo y recetas de cocina:

Tabla 1: Cronograma de actividades

No.	Fase/Actividad	Tiempo de ejecución.						
		Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre
1	Fase preparatoria/ etapa reflexiva “Te presento mi amigo juguete”							
2	Fase preparatoria/ etapa de diseño. Cuento: Lola se va a África” Anne Villeneuve							

3	Fase preparatoria/ etapa de diseño. ¡Respira!							
4	Fase preparatoria/ trabajo de campo. ¿Cómo te sientes?							
5	Fase preparatoria/ trabajo de campo. Cocinemos juntos algo delicioso.							
6	Fase preparatoria/ trabajo de campo. Dibujando mis emociones							
7	Fase preparatoria/ trabajo de campo. Cortometrajes infantiles							

Fuente: elaboración propia.

3.3.1.2 Trabajo de campo

Se refiere al acercamiento para recolectar determinada información necesaria, o iniciar una primera toma de contacto que permite acceso al campo de estudio, sus protagonistas, contexto y temática. En esta etapa se realizan actividades de identificación gestión y expresión de sus emociones como las descritas en la tabla 1; estas actividades son realizadas por los estudiantes con la participación de las familias y con la guía de las docentes como ejercicio de educación experiencial.

3.3.2 La fase analítica

Esta fase precede del trabajo de campo, es entonces, un proceso de análisis de la información recogida que se inicia después de la realización de las actividades, que requiere datos suficientes y adecuados, exige que las tareas de análisis se inicien durante el trabajo de campo y posterior a esto se realiza la sistematización.

3.3.3 La fase informativa

Como etapa final se consolidan los datos y se realiza la presentación y difusión de los resultados. De esta forma el investigador no sólo llega a alcanzar una mayor comprensión del fenómeno objeto de estudio, sino que comparte esa comprensión con los demás.

3.4 Población y muestra

3.4.1 Contexto

El colegio el libertador está ubicado en la localidad Rafael Uribe Uribe, localidad 18 del Distrito Capital de Bogotá, Colombia. Está ubicada al sur de la ciudad. El nombre de la localidad hace homenaje al general liberal de la Guerra de los Mil Días, general de la república, político y parlamentario, Rafael Uribe Uribe.

La localidad 18 Rafael Uribe Uribe, históricamente hizo parte del antiguo municipio de Usme y se remonta a las memorias históricas del mismo. Grandes haciendas conformaban su territorio, que fueron dando paso a la expansión urbana de la ciudad. Su doblamiento desde la Colonia se fue presentado con la distribución de tierras entre las personas más influyentes de Bogotá. Así se destacan fincas y haciendas como “Llano de Mesa, Santa Lucía, El Porvenir, La Yerbabuena, San Jorge, El Quiroga, Granjas de San Pablo, Granjas de Santa Sofía, Los Molinos de Chiguaza y La Fiscala.

Con la expansión acelerada de Bogotá en el Siglo XX y el conflicto armado del país, “se inicia la verdadera expansión desde los años cuarenta y cincuenta, cuando se producen las grandes migraciones de población que huye de la violencia del campo hacia la ciudad. Esto llevó a que los inmigrantes construyeran sus viviendas en las partes altas, al oriente del sector, lo que dificulta la prestación de servicios básicos”. (Alcaldía Mayor de Bogotá. Observatorio Ambiental de Bogotá, 2022).

La localidad tiene 386 696 habitantes, 28 colegios, 2 hospitales, 19 parques En Rafael Uribe, predomina la clase socioeconómica media-baja oscilando entre estratos 2 y

3, con un porcentaje bajo de estrato socioeconómico 1, según dato de Wikipedia, octubre de 2022.

3.4.2 Población

La institución Educativa El Libertador IED, es una entidad oficial que ofrece educación en los niveles de primera infancia, básica y media, a infantes y jóvenes de la localidad 18 Rafael Uribe Uribe en el Distrito capital. Actualmente cuenta con tres sedes, sede A que se encuentra localizada en el barrio El Libertador, cuenta con los grados de sexto a once, nivel bachillerato; la sede B es donde tiene lugar el estudio al cual hace referencia este proyecto, ésta se encuentra en el barrio Manuel Murillo Toro, más exactamente en la avenida 27 número 33-57 sur, cuenta con grados de primera infancia a primaria, grado jardín al cual pertenecen 25 estudiantes en jornada mañana que pertenecen al grupo focal de estudio de este proyecto; la sede C se encuentra localizada en el barrio El Libertador, cuenta con los grados de primera infancia a quinto de primaria.

El propósito o misión de la institución es el de formar estudiantes técnicos en informática, a través del trabajo pedagógico en el desarrollo de las dimensiones, competencias y habilidades, generando en ellos un espíritu crítico, propositivo y emprendedor que les permita apropiarse de su entorno para trascender en los ámbitos académico, social y laboral; haciendo énfasis en procesos de pensamiento, habilidades comunicativas, vivencia de valores, cultura para el trabajo; teniendo como horizonte la calidad de vida de todos los miembros de la comunidad Insedeliana.

3.4.2 Muestra

La muestra para el presente proyecto de investigación está conformada por 10 niños y 15 niñas de grado jardín de la institución El Libertador IED sede B, jornada mañana; en edades de 4 y 5 años, para un total de 25 estudiantes. En primera infancia se trabajan procesos de socialización primordialmente, de autonomía e independencia, por medio de la lúdica, el juego, la creatividad y la interacción con sus pares; es una etapa para favorecer el desarrollo integral del niño, satisfaciendo intereses, necesidades de ser individual y social, respondiendo a estos con estrategias metodológicas que los formen como seres autónomos, curiosos, creativos e integrales para que aprendan a tomar sus propias decisiones en el lugar y en las circunstancias en que se encuentren.

En este grupo focal, grado jardín, no todos los estudiantes logran expresar y gestionar sus emociones, afectando el clima del aula, por las situaciones que generaban ira, frustración, alegría, efusividad y tristeza, evidenciadas en la realización de las diferentes actividades diarias, al realizar trabajo individual y en equipo, en la interacción con sus pares, con las docentes y con sus familias.

4. Estrategia de intervención

Esta propuesta pedagógica tiene como propósito brindar respuesta a la problemática evidenciada sobre gestión emocional; se ha seleccionado el enfoque del método de investigación acción, el cual contiene cuatro fases esenciales denominadas: preparatoria, trabajo de campo, analítica e informativa, se ha elegido esta organización ya que es la mas acorde con el la temática y el grupo focal; en la fase preparatoria se realiza una observación e identificación de la

situación, se documenta teóricamente para diseñar la propuesta de intervención; en la etapa de trabajo de campo se realizan actividades de identificación, gestión y expresión de las emociones de los niños y las niñas de grado jardín, y actividades realizadas por los estudiantes con la participación de las familias y con la guía de las docentes.

Tabla 2. Estrategias de intervención

SESIÓN	TEMA	OBJETIVO	DESCRIPCIÓN	MATERIALES	TIEMPO
1	“Te presento mi amigo juguete”	Propiciar un ambiente de socialización donde puedan expresar sus emociones libremente por medio del juego, para identificar sus emociones y la forma de expresarlas.	Se invitó al juguete preferido de cada estudiante para que lo acompañe en su jornada escolar y comparta con sus amigos de clase. Se permite el juego libre para hacer observación de sus reacciones, emociones y la forma de expresarlas.	<ul style="list-style-type: none"> ○ El juguete favorito de cada estudiante. ○ Diferentes elementos de material lúdico que favorezca el juego cooperativo. ○ Recursos humanos: Niños, niñas y docente. 	45 minutos
2	Cuento: Lola se va a África” Anne Villeneuve	Posibilitar el reconocimiento de las emociones en los niños	Proyección de la lectura del cuento infantil, haciendo énfasis en las emociones que allí se presentan, especialmente	<ul style="list-style-type: none"> ○ Televisor ○ Computador 	40 minutos

	https://www.youtube.com/watch?v=dDWOhsVW8u A	y las niñas, mediante un cuento infantil.	el enojo, su identificación y manera adecuada de gestionarla.		
3	Dibujando mis emociones	Identificar emociones propias y de los demás como ejercicio de regulación de éstas, por medio del dibujo.	Frente a un espejo cada niño y niña se observaron e intentaron dibujar las expresiones de cada emoción, luego las dibujaron en un papel.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Espejo grande ○ Papel craft ○ Lápiz, borrador ○ Colores 	45 minutos
4	¿Cómo te sientes?	Identificación de los estados emocionales a partir imágenes de gestos faciales por medio de caretas.	Reconocimiento de sus propias emociones y las emociones de los demás a través de las expresiones en máscaras o caretas.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Caretas o máscaras con diferentes emociones 	40 minutos

5	Cocinemos juntos algo delicioso.	Fortalecer los vínculos afectivos en familia por medio de actividades que requieren trabajo en equipo.	Se invitó a las familias a la institución educativa, con ingredientes específicos para elaborar una ensalada de frutas junto a sus hijos.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Alimentos: banano, manzana, melón, uvas, helado, queso. ○ Utensilios de cocina: cuchillo plástico, tabla de picado, recipiente plástico, cuchara. 	45 minutos
6	¡Respira! https://www.youtube.com/watch?v=ibJFHBTWBD	Aplicar técnicas de respiración con los niños y las niñas para relajar el cuerpo y mantener la calma.	Lectura del cuento en voz alta: “Respira” imitación de la técnica de respiración y posturas de yoga guiado por las ilustraciones del cuento.	<ul style="list-style-type: none"> ○ Espacio amplio y cómodo ○ Televisor ○ Colchonetas 	30 minutos
7	Cortometrajes infantiles	Distinguir las buenas de las malas actitudes por medio de cortometrajes	Observaron diferentes cortometrajes infantiles sobre las emociones, como:	<ul style="list-style-type: none"> ○ Recursos tecnológicos: 	30 minutos cada sesión

		infantiles para fomentar el desarrollo de la conciencia moral.	Parcialmente nublado, El regalo, Piper, entre otros. Charla en torno a las situaciones presentadas en los cortometrajes, encontrando empatía.	televisor, computador	
--	--	--	---	-----------------------	--

Fuente: elaboración propia.

5. Conclusiones y recomendaciones

5.1. Conclusiones

Esta propuesta pedagógica ratifica la importancia de la educación emocional desde la primera etapa de la vida ya que es donde se da la base de aprendizaje social, identificarlas, expresarlas, nombrarlas, regularlas y gestionarlas.

La lúdica, en sus diferentes expresiones permite la socialización natural de los niños y las niñas, a través del juego, aprenden, se conocen a sí mismos, se relacionan con los demás y con su entorno, con estas actividades lúdicas también aprenden a expresarse y comunicar sus emociones.

Los docentes en su papel de guías y mediadores generan vínculos afectivos fuertes con sus estudiantes, teniendo en cuenta los conocimientos previos de los niños y las niñas, sus intereses y necesidades personales y sociales, adecuando herramientas y estrategias pedagógicas, como: cuentos, cortometrajes, dibujos, lectura de imágenes, entre otras.

Es imperativo brindar la posibilidad de participación a las familias en las actividades que implican la educación emocional, para que tomen conciencia de su valor pedagógico y contribuyan en una formación compartida e integral.

5.2. Recomendaciones

En primera infancia se hace necesario establecer vínculos afectivos entre docentes y estudiantes para tener conocimiento sobre sus capacidades, necesidades, características individuales y grupales. Cuando se generan buenos vínculos con los niños y las niñas y se

les conoce realmente, se logra un trabajo de educación emocional efectivo que brindará las herramientas para trabajar el aspecto cognitivo y que conlleven a aprendizajes significativos, estimulando la creatividad, la curiosidad, la atención y la motivación; aspectos importantes que facilitarán la adaptación social y como política de prevención para reducir los futuros niveles de violencia y lograr ser más empáticos.

La dinámica de trabajo de esta propuesta no es rígida ni lineal en su ejecución, ya que el grupo focal es quien determina el ritmo de tiempos y el contenido por medio de las reacciones, necesidades, expectativas e intereses; por lo que se priorizarán los temas de acuerdo con lo anterior.

Involucrar a padres de familia y cuidadores en la realización de las diferentes actividades de la propuesta para el cumplimiento del objetivo de gestión emocional, ya que su responsabilidad va más allá de satisfacer las necesidades básicas de sus hijos, deben procurar una educación afectuosa por medio de relaciones significativas desarrollando habilidades para hacer parte de la sociedad.

Referencias

- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2022) *Localidad Rafael Uribe Uribe*. Observatorio Ambiental de Bogotá.
- Alizade, M. (2010): *La liberación de la parentalidad en el siglo XXI*. Publicado en www.imagoagenda.com/articulo.asp?idarticulo=1323
- Bienestar Familiar, 1996, *Un Mundo de Juegos, Guía de Actividades Pedagógicas para Niños de 2 a 7 años*.
- Bisquerra et al., (2012). *¿Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona) Hospital Sant Joan de Déu.
- Blaxter et al., (2000) *Cómo se hace una investigación*. Open University Press. Buckingham. Filadelfia.
- Céspedes, A. (2013). *Educación de las emociones, educar para la vida*. Ediciones B Chile, S. A.
- Cook y Reichardt (1997) *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa*. Ediciones Morata, S. L. 1ª ed., Madrid, 1986.
- Goleman, D. (1995) *La inteligencia emocional. Por qué es más importante que el coeficiente intelectual*.
- Gómez Cardona, Liliana María (2017). *Primera infancia y educación emocional*. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, (52),174-184. ISSN: 0124-5821. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194253828011>
- Guil et al., (2018). *Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: una guía para la intervención*. Universitas Psychologica, 17(4), Disponible en: <https://www.redalyc.biblioteca.libertadores.edu.co/articulo.oa?id=64757109015>

Ministerio de protección social; Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2006) *Código de la Infancia y la Adolescencia*. Ley 1098 de 2006.

MONTESORI, M. *Método Montessori*. <https://www.fundacionmontessori.org/metodo-montessori.htm#:~:text=El%20desarrollo%20del%20ni%C3%B1o%20surge,llamados%20%22Planos%20del%20desarrollo%22>.

RODRIGUEZ et al., *Metodología de la investigación cualitativa*. España, Ediciones Algibe, 1.996. Cap. III.

Sáchica et al., (2019) *El arte como estrategia para favorecer el trabajo cooperativo y el reconocimiento de las emociones en los niños del curso 103 del Instituto Pedagógico Nacional (I.P.N)*. Fundación Universitaria Los Libertadores. Sede Bogotá. Disponible en: <http://hdl.handle.net/11371/2882>