
Cuadernos de apoyo curricular para la práctica docente

*Cómo favorecer el
bienestar emocional de
niñas y niños
en preescolar*

*Educación Preescolar.
Fase 2*



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



gob.mx/sep

Leticia Ramírez Amaya

Secretaria de Educación Pública

Martha Velda Hernández Moreno

Subsecretaria de Educación Básica

Xóchitl Leticia Moreno Fernández

Directora General de Desarrollo Curricular

**Material elaborado por la Dirección de Desarrollo Curricular
para la Educación Inicial y Preescolar**

Esta serie de Cuadernillos tiene como propósito brindar a las y los docentes de Educación Preescolar, estrategias de intervención factibles de llevarse a cabo en sus aulas y otros espacios educativos del Jardín de Niños.

En tanto la escuela es parte de la comunidad, es necesario identificar y atender **situaciones o problemáticas que mejoren esa comunidad**, al tiempo que niñas y niños tengan la oportunidad de proponer ideas y participar de manera colaborativa para establecer vínculos con su realidad sociocultural y el entorno natural.

Este material busca provocar reflexiones acerca de la práctica educativa, así como invitar a las y los docentes a seguir comprometiéndose con acciones que favorezcan y prioricen el interés superior de la niñez al buscar su bienestar integral, que involucra tanto el aspecto físico como el emocional.

En la etapa preescolar, las y los docentes acompañan a niñas y niños en su formación y educación integral, la cual debe tener como base el bienestar emocional, ya que las emociones cruzan todas sus vivencias y experiencias de aprendizaje. Así, este Cuadernillo 2, aborda el tema **Cómo favorecer el bienestar emocional de niñas y niños en preescolar** para ofrecer un acompañamiento a las y los docentes en la construcción de entornos emocionalmente estables en el marco de una convivencia armónica y pacífica.

Índice

<u>Presentación</u>	1
<u>1. El bienestar de niñas y niños</u>	3
<u>1.1. El bienestar emocional en el contexto escolar</u>	4
<u>1.2. Entornos que favorecen la confianza y la seguridad de niñas y niños</u>	9
<u>1.3. Colaboración escuela - familia</u>	11
<u>2. Conciencia emocional y vínculos afectivos</u>	14
<u>2.1. El conocimiento de sí mismas y de sí mismos</u>	15
<u>2.2. Los vínculos afectivos</u>	24
<u>2.3. Manejo de emociones en situaciones cotidianas</u>	29
<u>3. La convivencia desde una cultura de paz</u>	36
<u>3.1. La convivencia en Jardín de Niños</u>	37
<u>3.2. El significado de la paz</u>	41
<u>3.3. Acciones para fomentar la cultura de paz</u>	46
<u>4. Referencias bibliográficas</u>	53

Presentación

A todas las educadoras y todos los educadores, les damos la bienvenida al **Cuadernillo 2. Cómo favorecer el bienestar emocional de niñas y niños en preescolar**, el cual busca convertirse en una herramienta útil y flexible para las y los docentes, que contribuya a que las acciones diarias que llevan a cabo, tengan como eje el bienestar emocional de niñas y niños, así como la construcción de un entorno emocionalmente estable y armónico.

Se ha diseñado una ruta sencilla y coherente para facilitar la comprensión del documento y por tanto hacer posible su aplicación, de acuerdo con el contexto sociocultural en el que se ubica cada escuela, así como las características y necesidades de cada grupo.

Esperamos que la lectura del documento no sea única, sino que recurra a él cada vez que necesite reflexionar sobre algún aspecto relacionado con el bienestar emocional. Encontrará distintos elementos y formas de interpretarlo, según las situaciones específicas que viva en su aula y su experiencia docente.

Le sugerimos tener una libreta donde escriba sus reflexiones y vuelva a hacer las actividades que se proponen, a fin de encontrarles un nuevo sentido. De igual forma, que registre el camino que ha seguido para avanzar en la búsqueda del bienestar emocional.

Los temas y subtemas que se abordan en este Cuadernillo incorporan algunos recursos didácticos que se describen a continuación:

Frase célebre, con este inicio se pretende promover la inspiración personal mediante una frase que encierra gran profundidad acerca del tema a tratar. Es una invitación a involucrar los sentimientos en este contenido.

Imagen panorámica, con ella se busca que, a través de una mirada a golpe de vista, recordemos que nuestro compromiso es con las niñas y los niños a quienes nos comprometimos a formar y a enseñar.

A lo largo del cuaderno se distinguen los siguientes iconos:



Para reflexionar: Este ícono es una llamada a pensar de manera sistemática sobre preguntas diversas en las que las y los docentes reestructuran su práctica educativa, generalmente se acompaña del recurso **Para llevar a cabo**, en el que se busca que plasmen la imagen de futuro que surja a partir de sus respuestas.



Para llevar a cabo: Este elemento indica que hay una actividad a llevar a cabo, con el propósito de que las y los docentes concreten sus reflexiones y surjan nuevas ideas para aplicar en sus escuelas y aulas.



Así sucede: Cuando surja este símbolo, se planteará un caso para analizarlo, el cual se asocia a un tema o subtema. De tal forma que usted se ponga en la situación que se describe, a fin de reflexionar sobre su propia actuación y de ser posible, elaborar propuestas didácticas para implementar en el aula.



Algo nuevo por aprender: Este elemento indica que se brindará información adicional, como un dato curioso o alguna línea para ampliar el tema o subtema.



Idea central: La imagen donde una de las piezas completa el rompecabezas, se usa para indicar que la información que se brinda es sustancial y es importante que se tenga presente.



Para cerrar: Estas banderas indican que se ha llegado a la meta y es una metáfora para hacer un cierre del tema.

1. El bienestar de niñas y niños



“Los investigadores han encontrado que, incluso más que el cociente intelectual, **la conciencia emocional y habilidades para controlar sentimientos determinarán nuestro éxito y felicidad** en todos los ámbitos de la vida, incluyendo las relaciones familiares”.

John Gottman

Dinámica Acción y Emoción [Imagen], por Dinámicas Grupales, s/f
<https://dinamicasgrupales.com.ar/dinamicas/presentacion/dinamica-accion-y-emocion/>



Las niñas y niños que crecen y se desarrollan en un ambiente afectivo, muestran seguridad y confianza en lo que saben y pueden hacer; por ello, el juego y la interacción con sus pares es esencial para su bienestar, ya que les permite establecer relaciones saludables y enfrentar desafíos de manera adecuada.

Nota. Niños jugando sobre el césped [Fotografía], por Pressfoto, s/f
(https://www.freepik.es/foto-gratis/ninos-jugando-sobre-cesped_854912.htm#page=4&query=ni&ntilde;as%20y%20ni&ntilde;os%20jugando&position=38&from_view=search&track=ais&uuid=f730311a-495b-46d4-adfa-ead637ba84ff%20%20.%20CC).

1.1. El bienestar emocional en el contexto escolar

Cuando las niñas y los niños ingresan, por primera vez, a la escuela llegan con costumbres, ideas, formas de relacionarse y de resolver diversas situaciones que han aprendido en su entorno familiar; y es en el contexto escolar donde se enfrentan a normas establecidas que, a veces, son difíciles de cumplir o de aceptar. Y con frecuencia las y los docentes refieren que se presentan “problemas” que surgen en el día a día y no saben cómo abordarlos (Muchiut, 2018).



Con este contexto, lea el siguiente caso:

En un grupo de tercer grado de preescolar, la jornada escolar inició en el salón con el pase de lista. Después, niñas y niños, guiadas y guiados por su maestra se acomodan en el patio de la escuela para realizar la activación física. De regreso al salón, la maestra les recuerda algunas reglas de convivencia como seguir indicaciones, solicitar la palabra para participar, esperar turno, escuchar con atención, colocar el material utilizado en su lugar, entre otras. Posteriormente, indica a cada niña y cada niño, el nombre del Club en el que participan y les pide que se incorporen en el salón que les corresponde.

La maestra de este grado escolar es responsable del Club “Crear, imaginar y actuar”. Recibe a niñas y niños de los otros grupos (en esta escuela no hay primer grado) y les pide sentarse en el piso formando un círculo. En colectivo, hacen un recuento de las obras y pintores que han visto en sesiones anteriores, porque ese día elaborarían su propia pintura.

De repente, una niña de segundo grado comenzó a llorar. La maestra se acercó a ella, la tomó de la mano y salió del salón para ir a buscar a la maestra de apoyo, la cual se encontraba en la dirección de la escuela. La maestra de grupo le dijo que ahí le dejaba a la niña porque no sabía por qué estaba llorando y regresó al salón.

La maestra de apoyo miró a la niña y le preguntó qué le había pasado. Entre lágrimas, la niña le dijo que por la mañana su mamá la regañó y se sentía muy triste.

Platicando con la maestra del Club, comentó que es una niña que no está en su grupo (regular) y no conoce sus antecedentes. Además, en ese momento, no supo cómo actuar y por eso la llevó con la maestra de apoyo para que la “calmara”.

Observación realizada por Claudia Patricia Silva Reyes, en un Jardín de Niños de la Ciudad de México, el 19 de junio de 2019.



- ¿Qué opina acerca de cómo enfrentó la maestra esta situación?
- En su lugar, ¿qué habría hecho?
- ¿Qué hacen las y los docentes para conocer a niñas y niños, además de la entrevista con las familias al inicio del ciclo escolar?
- ¿Cómo puede garantizar el bienestar emocional de todas las niñas y todos los niños de la escuela?



Escriba algunas sugerencias para garantizar que niñas y niños se encuentren en un entorno escolar de seguridad y reciban un buen trato:

El reconocimiento del bienestar de niñas y niños no solo debe considerarse en relación con su vida futura, sino en las condiciones presentes para garantizar el desarrollo. La comprensión y el reconocimiento de las emociones, como parte fundamental para el aprendizaje y la formación personal y social.

Ahora bien, ¿qué se debe entender por bienestar emocional? Lea el siguiente texto:



El bienestar emocional de niñas y niños compromete la estabilidad física, social, cognitiva y emocional. Las emociones forman parte crucial del desarrollo humano, y se encuentran presentes en las relaciones familiares, escolares, con los pares y con el entorno. En este sentido, se reconocen las expresiones de las emociones como parte fundamental del desarrollo infantil (López-Pereyra et al., 2021).

Es necesario señalar, que el bienestar de niñas y niños tiene que entenderse además, en el marco del reconocimiento como “sujetos de derecho”, considerando sus diferencias y promoviendo un trato digno y respetuoso, ya que esto permitirá favorecer tanto la salud emocional, como cognitiva, física y social.

Diversas autoras y diversos autores, señalan que la comprensión y la regulación de las emociones son aspectos fundamentales para el desarrollo integral, **es un proceso continuo y permanente**. Y el Jardín de Niños es el lugar propicio para favorecer la enseñanza de habilidades sociales y emocionales.

Entonces, la función fundamental de la escuela es la **enseñanza explícita y sistematizada** para promover procesos de conocimiento personal, identificar, expresar y regular las emociones, resolver conflictos, fomentar actitudes de respeto, ayuda y empatía, adquirir confianza y seguridad en las propias posibilidades, lo cual contribuye al bienestar emocional y social de niñas y niños.

Por ello, es necesario considerar que:



Por lo anterior, ha de propiciarse una metodología vivencial y participativa, en la que las y los docentes desempeñan una **función directa, deliberada y sistemática** para favorecer que niñas y niños expresen lo que sienten, sus ideas, sus gustos, disgustos, temores, etcétera, **desde un lugar de seguridad**. Esto supone:

Enseñar a niñas y niños a observar con atención lo que les rodea.
Ayudar a que identifiquen lo que sucede en su cuerpo cuando se presenta una emoción, así como nombrarla y expresarla de formas que no afecten su integridad ni la de los demás.
Fortalecer los canales de comunicación, basados en escucharse, escuchar a las y los demás, el respeto mutuo, así como establecer relaciones afectivas.
Favorecer espacios de convivencia en los que se sientan seguras, seguros, protegidas y protegidos.
Dar tiempo para que respondan, permitir que se equivoquen, las emociones que sienten, sólo les pertenecen a ellas y a ellos, y no tienen porque coincidir con las de los demás.
Brindar opciones y acompañamiento; ser un sostén afectivo para que aprendan a identificar sus emociones, y poco a poco aprendan a regularlas y expresarlas de manera segura.
Apoyar para encauzar las emociones que generen malestar y potenciar las que contribuyen al bienestar personal.
Ser tratadas y tratados con respeto, aceptadas, aceptados, valoradas y valorados con manifestaciones de palabras de apoyo.
El equilibrio emocional de las y los docentes se transmite y contagia mediante el tono de voz, los gestos y las expresiones verbales y no verbales.

En el contexto escolar, las niñas y los niños desarrollan la comprensión y regulación de las emociones a través del modelamiento y de lo que observan de las y los docentes, cómo se relacionan con sus compañeras y compañeros, cómo resuelven las diferencias personales y profesionales o cómo se apoyan, etcétera.

Por ello, es indispensable resaltar la importancia de **las y los docentes como referente fundamental para contribuir a que niñas y niños reconozcan y comprendan sus emociones**. Por tal razón, se requieren docentes formadas y formados para afrontar situaciones cotidianas en las que ofrezcan apoyo y orientación oportuna para que las y los integrantes de su grupo, mantengan estabilidad emocional en un entorno seguro.



Una buena práctica para favorecer el bienestar emocional supone la expresión de emociones sin prohibiciones, tanto si es niña como si es niño. Por ejemplo, el llanto es una forma de pedir ayuda. Todas y todos tienen derecho a expresar su tristeza, miedo o enojo. Así, es necesario vivir las emociones “positivas” y “negativas”; ayudarles a ponerles nombre; ofrecerles estrategias para mantener o lograr un estado de bienestar; preparar espacios de interacción entre niñas y niños en los que se propicie la colaboración, la ayuda mutua y la empatía; apoyarles a comprender que las emociones no necesariamente derivan en ciertos comportamientos. Por ejemplo, el enojo no resulta necesariamente en golpes, insultos o gritos, por lo que las emociones pueden ser reguladas para mantener *la estabilidad física, social, cognitiva y emocional*.

1.2. Entornos que favorecen la confianza y la seguridad de niñas y niños

Un entorno favorable incluye la sensibilidad de prácticas docentes centradas en los aprendizajes, el contexto social y cultural de niñas y niños, las diferencias individuales, la ambientación y distribución del salón, los recursos y materiales con sentido pedagógico y didáctico. Es decir, un **espacio motivador para el aprendizaje**. No es decorar con imágenes coloridas que distraen la atención o saturar con personajes a los que ya están sobreexpuestos.



Las interacciones que establecen niñas y niños fuera de su ámbito familiar, tienen un impacto significativo para reconocer y manejar sus emociones.

Nota. Vista de perfil de un grupo de estudiantes de preescolar levantando la mano y tratando de participar en la escuela [Fotografía], por tonodiaz, s/f (https://www.freepik.es/foto-gratis/vista-perfil-grupo-estudiantes-preescolar-levantando-mano-tratando-participar-escuela_27999032.htm#fromView=search&page=3&position=22&uud=aeelf0d3-0b9b-43b8-a242-4b6078da4e34).

Lo importante es **favorecer espacios seguros y afectivos** para explorar y experimentar, sin temor a cometer errores, que las y los haga sentir protegidas y protegidos, en el que tengan una participación activa, expresen sus emociones sin sentir vergüenza y vivan experiencias cercanas a su realidad, con sentido y significado.

Algunas prácticas que contribuyen a la expresión, comprensión y regulación de emociones son las siguientes:

A través de relatos se favorece la escucha, la comprensión, la reflexión, el lenguaje oral y la creación de historias propias. Además, son un recurso útil para acompañar emocionalmente a niñas y a niños; facilitan la vivencia y expresión de emociones, logrando un adecuado nivel de bienestar físico, mental y emocional.

La palabra escrita ayuda a expresar de manera gráfica las experiencias. Posibilita el equilibrio entre la realidad y la fantasía. Pueden adentrarse en la vida de un personaje, observando lo que sucede, y las emociones que vive, también provoca llanto, risa, enojo, miedo; esto hace que niñas y niños experimenten diferentes emociones, desde una distancia de seguridad, se conozcan así mismas y así mismos y les permite enfocar diferentes situaciones concretas que se ven influidas por diferentes emociones.

La música y el movimiento son un medio de expresión, despiertan las emociones. Son una representación simbólica de lo que las niñas y los niños sienten, creen e imaginan, lo cual favorece el bienestar físico y emocional.

El juego simbólico contribuye al desarrollo de la conciencia emocional, propia y ajena, ayuda a que niñas y niños expresen, emociones, ideas y necesidades que, a veces, temen transmitir. Asimismo, les ayuda a afrontar situaciones de la vida cotidiana que les generan miedo. También posibilita que adopten un estado emocional diferente al suyo, asignar un rol ficticio a un personaje y compartir con las demás personas sus emociones.



Complete la tabla acerca de las prácticas para favorecer espacios seguros y afectivos, puede usar símbolos, dibujos o palabras.

Lo que hago	Lo que pondré en práctica

1.3. Colaboración escuela-familia

Existen estudios que han demostrado que los vínculos afectivos se crean en los primeros años de vida y marcan la seguridad emocional y las relaciones que niñas y niños establecen con las demás personas (López-Pereyra et al., 2021). Sus reacciones y comportamientos están influidos por el ambiente familiar; aprenden a expresar sus emociones a partir de lo que han visto de las personas adultas y de las y los iguales con quienes conviven.

Es por ello que, la principal estrategia reguladora en la infancia, se da en la familia. Sus reacciones suelen tener una respuesta por parte de la persona adulta, ya sea atendiendo, valorando, ignorando o rechazando sus comportamientos. De ahí que niñas y niños necesiten demostraciones de afecto sean cuales sean sus emociones, así aprenderán que éstas no son peligrosas y que es necesario expresar tanto las “negativas” como las “positivas”; lo cual les ayudará a desarrollar su confianza y seguridad.



“No basta con el cuidado físico, con que el niño esté limpio y bien alimentado para que crezca, sino que la vinculación afectiva es básica para el desarrollo” (López Cassà, 2011, p. 27).

Lo que observan, sienten y escuchan en su ámbito familiar, les forma una idea de quiénes y cómo son, al tiempo que desarrollan un sentido de permanencia; es decir, estén tristes, alegres o con miedo, siguen siendo la misma persona. Todo esto contribuye a la construcción de su identidad y por lo tanto a sus formas de pensar, sentir, comportarse y relacionarse durante su vida presente y futura. Asimismo, incide en el bienestar emocional, físico, cognitivo y social de niñas y niños.

Aunque los primeros vínculos afectivos se dan en el ámbito familiar, niñas y niños construyen vínculos con otras personas en la convivencia diaria, por lo que es esencial **fortalecer la comunicación y colaboración entre escuela y familia**, ya que **la responsabilidad educativa es compartida**.



- ¿Qué se puede hacer desde la escuela para fortalecer esta relación?



- Facilitar a las familias información de cómo ayudar a niñas y niños a comprender lo que sienten y orientales a regular sus reacciones y comportamientos.



- Conversar en distintos momentos con las familias para conocer la historia personal de cada niña y cada niño, así como sus necesidades, costumbres, etcetera.



- Solicitar a las familias, juguetes, fotografías u otros objetos que formen parte de la historia de niñas y niños, y tengan un valor significativo para ellas y ellos. Y, a partir de ahí, generar situaciones didácticas.



- Establecer acuerdos de ayuda con sostenimiento para niñas y niños, tanto en situaciones de conflicto como de acompañamiento emocional.



Escriba otras sugerencias que desde su función, pueda llevar a cabo para propiciar la colaboración y comunicación con las familias en apoyo al bienestar emocional de niñas y niños:



"Las emociones, como ya hemos dicho en más de una ocasión, nos acompañan diariamente, forman parte de nosotros y deben educarse para poder crecer, desarrollarse y convivir mejor con uno mismo y con los demás" (López Cassà, 2011, p. 36).

2. Conciencia emocional y vínculos afectivos



“Dar el ejemplo no es la principal manera de influir sobre los demás; es la única manera”.

Albert Einstein

Imagen de Amigos, Pies y Campo [Fotografía], por Chuotanhls, 2019
(<https://pixabay.com/es/photos/amigos-pies-campo-muchachas-juntos-4436103/>).



Niñas y niños se conocen a sí mismas y a sí mismos cuando interactúan con otras personas, ¡fomentemos espacios de convivencia seguros!

Nota. Imagen de Niños, Niños jugando y Niña [Fotografía], por isakarakus, 2016
(<https://pixabay.com/es/photos/ni%C3%B1os-ni%C3%B1os-jugando-ni%C3%B1a-masculino-1876027/>).

2.1. El conocimiento de sí mismas y de sí mismos

Como ya se mencionó, en la etapa preescolar, niñas y niños amplían su círculo familiar y paulatinamente lo extienden hacia la escuela y la comunidad. Además, se interesan por lo que sucede en su entorno, desplegando su curiosidad y abriendo nuevas posibilidades de aprendizaje en estos nuevos ámbitos.

Al mismo tiempo que esto sucede, **niñas y niños se dan cuenta de que su forma de reaccionar y de expresar sus emociones varía según la situación o contexto.** Cambian sus expresiones faciales, sus movimientos, el tono de voz e incluso las sensaciones del cuerpo, como el latido del corazón que se acelera, la sudoración o una sensación de vacío en el estómago. Es decir, que las emociones les provocan cambios externos e internos que influyen en cómo se sienten.

Es fundamental que niñas y niños reconozcan los matices emocionales que experimentan y **a partir del conocimiento de sí mismas y de sí mismos, se den cuenta de la forma en que reacciona su cuerpo y las sensaciones internas que les provocan,** identificando si contribuyen a un estado de bienestar y seguridad personal, o a uno de tensión e insatisfacción.

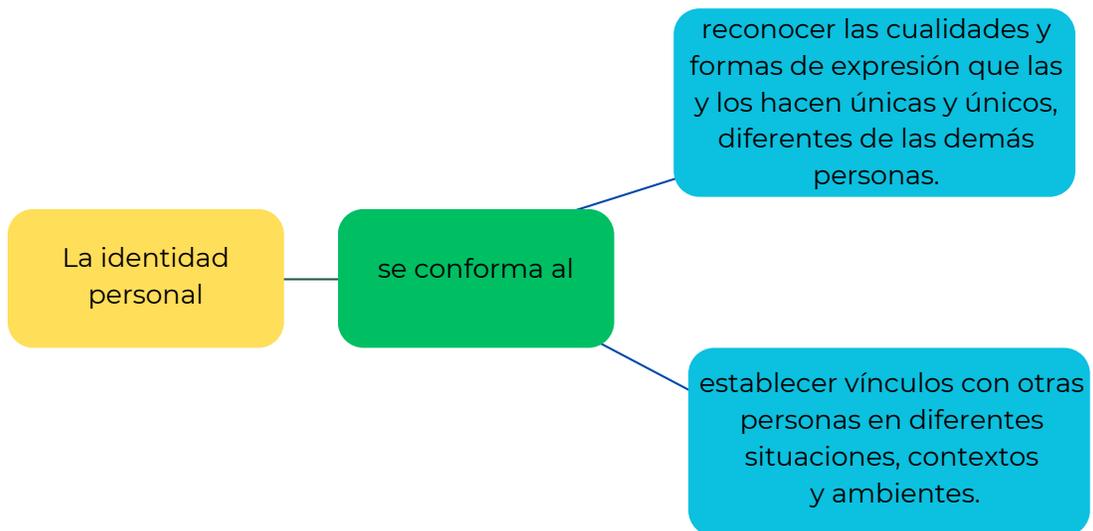
En el entendido de que todas las emociones, ya sean “positivas” o “negativas”, cumplen ciertos propósitos, es conveniente que niñas y niños las expresen, que aprendan a manejarlas y a regularlas, evitando aquellas que los paralizan o los dañan, y **que logren mantener un estado de bienestar integral que contribuirá además, a entablar relaciones asertivas y empáticas con otras personas.**



Las niñas y los niños al ingresar a la escuela y convivir con sus pares, se dan cuenta de sus emociones y comienzan a percibir las de los demás, estableciendo las bases para tomar decisiones responsables y evitar reacciones emocionales súbitas o inesperadas al enfrentar dificultades, lo cual conseguirán paulatinamente, al mismo tiempo que desarrollan un sentido de bienestar con ellas y ellos mismos, así como con las demás personas (Guevara Benítez et al., 2020).

Niñas y niños aprenden acerca de sí mismas y de sí mismos, al reconocer sus características físicas, posibilidades de movimiento, costumbres, cualidades, gustos, capacidades, habilidades, la expresión de sus emociones, así como las diferencias que perciben con las y los demás, lo que contribuirá a que, de manera gradual, conformen su **identidad personal**.

Es importante destacar que este conocimiento de sí mismas y de sí mismos, se despliega en la **interacción cotidiana con otras personas y en situaciones, contextos y ambiente diversos**, lo que contribuirá a que aprendan a convivir, a participar y a proponer acuerdos de manera colaborativa, así como a enfrentar retos cotidianos y a resolver conflictos, abonando de esta manera a conocerse y a mantener un estado de bienestar integral.



Bienestar emocional



El conocimiento que niñas y niños adquieren de sí mismas y de sí mismos, fomenta la confianza y seguridad en sus habilidades y manejo de emociones; aspectos clave para que perseveren en las actividades que llevan a cabo, y que representen un reto o dificultad a superar.

Según Campo Ternerera (2014), la interacción con otras niñas y otros niños es relevante para que aprendan a convivir de manera armónica. Los contactos en los primeros años de escuela les permiten desarrollar nuevas habilidades, al tiempo que brindan oportunidades para aprender de sus compañeras y compañeros, y construir lazos de amistad.



Lea el siguiente caso:

La familia de Christian es originaria de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas y recientemente se mudó a Morelia, Michoacán. En cuanto se instalaron, buscaron un Jardín de Niños para inscribir a su hijo Christian, de 3 años, al primer grado de preescolar, y aunque sabían que el ciclo escolar ya había comenzado desde hacía unos meses, no les preocupó porque piensan que *“todos los niños socializan y se adaptan en un dos por tres”*.

El primer día de clases, antes de entrar a su salón, Christian se detuvo en la puerta y al ver a sus compañeras y compañeros, su corazón empezó a latir con fuerza y sus manos temblaban sin parar. Entonces, la maestra Tere, le dio la mano y juntos entraron al salón, donde sus nuevas compañeras y nuevos compañeros con rostros sonrientes, lo recibieron con un fuerte aplauso de bienvenida. Entonces, Christian abrazó a la maestra Tere y se puso a llorar.



- ¿Está de acuerdo con lo que piensa la familia de Christian con respecto a que *“todos los niños socializan y se adaptan en un dos por tres”*?
- ¿La maestra hablaría con el grupo acerca de la llegada de Christian?, ¿por qué?
- ¿Por qué las niñas y los niños del grupo recibirían a Christian con un aplauso?
- ¿Por qué Christian lloró y abrazó a la maestra?
- ¿Qué haría para integrar a una niña o un niño al grupo?



Anote sus reflexiones, use textos, esquemas o dibujos.

En cada cultura y entorno familiar o social, las emociones se interpretan y expresan de diferente forma, por lo que es importante que considere esta diversidad y lo tenga presente para entender lo que le sucede a cada niña o niño.

Para ello, plantee preguntas sencillas que guíen la reflexión acerca de lo que les sucedió y la emoción que quisieron expresar, esto ayudará a evitar malentendidos o situaciones de tensión.

Conforme niñas y niños tienen más experiencias e interacciones con las y los demás, gradualmente serán más conscientes de sus emociones y aprenderán a observar, a escuchar y a interpretar lo que las demás personas expresan y sienten. Es importante favorecer los lenguajes para que las emociones se traduzcan en palabras, movimientos, dibujos, signos o señales, a través del lenguaje oral, musical, artístico o mímico.

También es importante que, las y los docentes estén atentas y atentos a las distintas interacciones entre niñas y niños, a fin de propiciar que desarrollen herramientas que les posibiliten la expresión de sus emociones de manera asertiva.



Escriba una situación que haya sido significativa para niñas y niños, en la que hayan expresado una emoción y represente las diferentes formas en que las expresaron. Reflexione si considera que les generó una sensación de bienestar o no, y por qué.



La propuesta curricular actual reconoce la importancia de favorecer el bienestar integral de niñas y niños, por lo que se deberá considerar como parte de las orientaciones metodológicas del **Programa Analítico** de cada escuela.

La actitud de las y los docentes es fundamental para que niñas y niños mantengan un estado de bienestar emocional, por lo que es necesario que observen lo que ocurre en los distintos espacios y momentos de la jornada escolar, y que identifiquen oportunidades en las que ofrezcan de manera oportuna orientación para que niñas y niños manejen sus emociones, se favorezca una convivencia respetuosa y se promueva el bienestar emocional.



Lea la siguiente conversación que ocurrió en un grupo de tercer grado de preescolar:

Día 1: -Maestra: Maricarmen, hoy te toca repartir los pinceles, pero ten cuidado, no vaya a ocurrir lo de siempre.
(Se escuchan ruidos de cosas que se caen al piso)
-Maestra: ¡No puede ser!, ¡otra vez se te cayó el material! Parece que tienes manos de mantequilla Mari. ¡Voy a recoger todo!

Día 2: -Maricarmen: Maestra, ¿puedo ayudar a repartir el material?
-Maestra: No Maricarmen, lo hará Pedro, porque a ti siempre se te resbala el material.
-(Se escuchan risas de niñas y niños)

Día 3: -Maestra: ¿Ya todos tienen su material? ¿Listos?, ¡vamos a pintar! Solo tengan mucho cuidado para que...
-Grupo: (niñas y niños al unísono) ¡No tengamos manos de mantequilla!



- ¿Qué piensa sobre la actitud de la maestra?
- ¿Cómo supone que se sintió Maricarmen?
- ¿Por qué el grupo en el día 3, respondió de esa manera?
- ¿Usted como docente haría algo diferente?



Reescriba la conversación de acuerdo con la forma en la que usted hubiera actuado.

Día 1

Día 2

Día 3



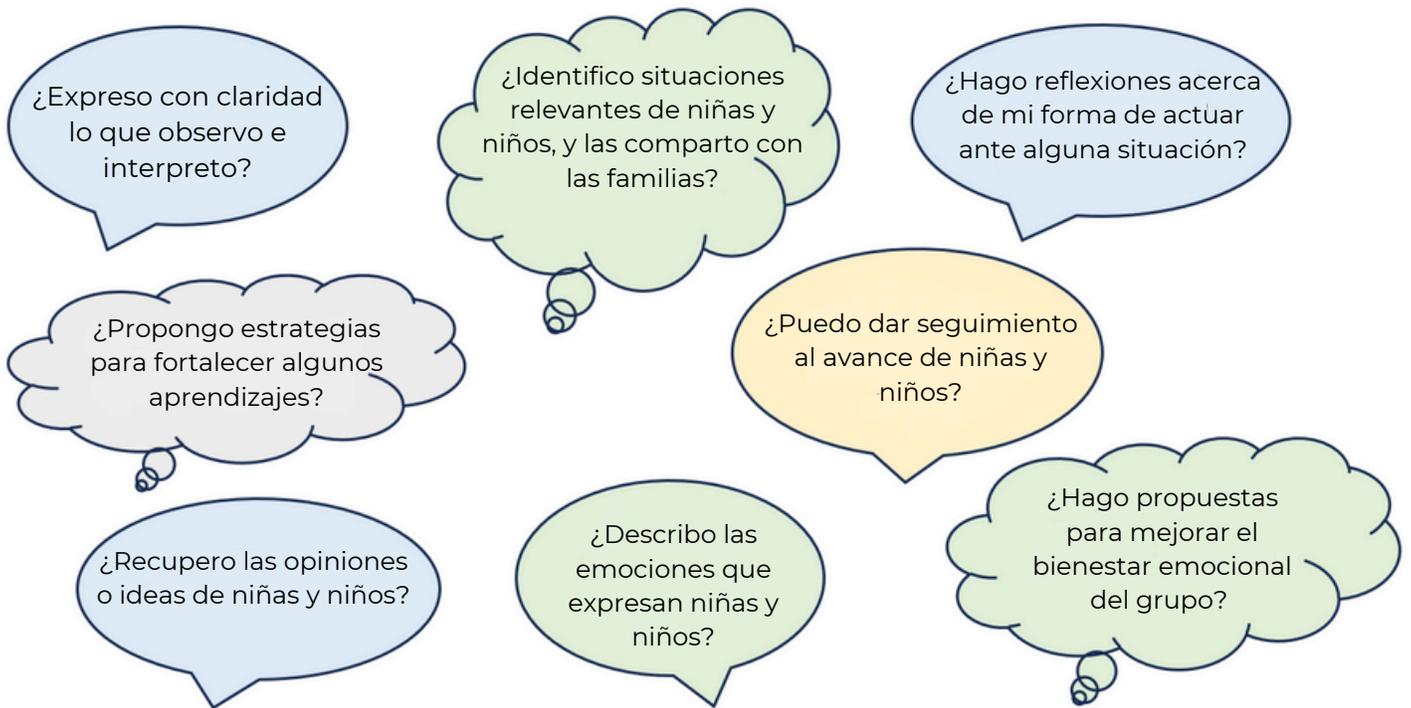
Analice su práctica educativa e identifique aspectos de mejora:

- ¿Cómo es su expresión corporal, tono de voz y actitud cuando se dirige a las niñas y los niños del grupo?
- ¿Reconoce sus avances y se los hace saber?
- ¿Qué hace cuando la expresión de una emoción no es apropiada y puede causar una situación de tensión o conflicto?
- ¿Promueve en su grupo el bienestar integral?

Comparta sus reflexiones con el colegiado, para mejorar como escuela.



Retome algunas observaciones del Diario de la educadora o de algún otro registro, y continúe con su análisis a partir de las respuestas:



Escriba sus reflexiones, hallazgos o sugerencias de mejora:

El conocimiento de sí, implica que niñas y niños identifiquen sus características tanto físicas como de personalidad, mismas que las y los hacen personas únicas. No obstante, es importante que reconozcan que las demás personas también son únicas, y que deben interactuar con respeto, empatía y aceptación de que todas y todos somos diferentes, pero tenemos el mismo valor como personas.



Invite a niñas y niños a jugar a la **Galería viviente**. Por medio de un acervo variado de fotografías con imágenes o pinturas de niñas y niños en diferentes partes del mundo y épocas, fomente la observación para que identifiquen las características físicas que tienen en común o sus diferencias.

Después, que a partir de las acciones, actitudes, movimientos, expresión corporal o gestos que expresan las personas en las imágenes, digan cómo suponen se sienten y por qué.



Mientras niñas y niños comparten sus respuestas, es importante fomentar la escucha y el respeto hacia la diversidad, así como la aceptación de sí mismas y de sí mismos. Es importante prestar atención a la selección de imágenes para que consideren la igualdad de género y la mayor diversidad étnica y cultural posible.

En caso de no contar con imágenes o apoyos visuales, esta actividad se podría realizar con niñas y niños de otros salones, de tal forma que convivan con otras personas de su escuela. Si se considera pertinente, este trabajo se puede hacer en coordinación con las y los maestros de educación física, música u otros especialistas con los que se cuente en la escuela.



Por medio de **Historias fascinantes**, organice momentos con el propósito de que niñas y niños disfruten de la lectura de historias y cuentos diversos, para que expresen sus emociones durante los distintos momentos que la integran: inicio, desarrollo y desenlace. Guíe la selección para que algunas de las tramas que elijan, se relacionen con situaciones o acciones que les preocupan en esta etapa, como el abandono, la inseguridad, la amistad, el miedo o la violencia.

Según el tipo de historias que se elijan, plantee algunas preguntas para facilitar la expresión y reconocimiento de emociones: ¿qué sintieron?, ¿cómo lo expresaron?, ¿qué harían para ayudar a ese personaje?, entre otras.



Cuando niñas y niños reconocen lo que les gusta o disgusta, lo que les preocupa o les causa alegría o tristeza, poco a poco desarrollan seguridad y confianza en sí mismas y en sí mismos para manejar sus emociones y establecer relaciones de confianza y amistad con los demás. Esto contribuye no solo a que mantengan un bienestar emocional, sino también a entablar un clima emocional estable en el entorno familiar y escolar, que sienta las bases para la construcción de una cultura de paz.

2.2. Los vínculos afectivos

Al inicio del ciclo escolar y durante el mismo, es posible conocer con mayor detalle los contextos en los que se desenvuelven las niñas y los niños, así como su realidad familiar, social y cultural. Lo anterior, contribuye a que las experiencias de aprendizaje que planteen las y los docentes surjan de situaciones de la realidad, de sus vivencias, intereses y necesidades emocionales para que no solo sean significativas, sino que favorezcan su formación, y bienestar físico y emocional.

En esta etapa, niñas y niños construyen vínculos afectivos con otras personas distintas a su familia, lo que **implica que se apropien de normas socioculturales de la comunidad en la que se desenvuelven**, por lo que experimentarán en estas interacciones, nuevas emociones, que implican una mayor complejidad en su manejo y también la necesidad de reconocer las emociones en las y los demás, para conseguir mantener relaciones interpersonales adecuadas que mejoren su integración social.

Es importante darse cuenta de que, en este proceso, **las prácticas de crianza se entremezclan con el contexto sociocultural**, lo que implica el encuentro entre distintas creencias, saberes, formas de ser, hacer y actuar, abriendo nuevas perspectivas a niñas y niños que conviven en el contexto escolar.

Es responsabilidad de la escuela mantener constante comunicación con las familias, tutoras o tutores, para que este proceso se dé de manera natural y que las niñas y niños establezcan relaciones armónicas con las demás personas, aprendiendo a manejar sus emociones en la convivencia cotidiana en su escuela y su comunidad.





Describa alguna situación en la que haya observado diferencias en la forma de hacer, actuar o expresar emociones de las niñas y los niños del grupo, originadas por las prácticas de crianza en sus familias. Escriba una reflexión acerca de la forma en que puede aprovecharlas para fomentar una sana convivencia.

Como parte de la formación integral, niñas y niños aprenden a interactuar con las y los demás para integrarse a su grupo y a la comunidad escolar. Para ello, **es importante que comuniquen de forma efectiva sus necesidades y opiniones, así como que escuchen las de las demás personas, lo que implica expresar e interpretar las emociones que acompañan esta comunicación.** En este proceso, niñas y niños se sentirán aceptadas y aceptados y conseguirán un bienestar emocional.

Tome en cuenta que en el proceso de comunicación es fundamental saber escuchar, lo cual implica no solo oír lo que se dice, sino reconocer e interpretar los mensajes no verbales como los gestos, la mirada, los movimientos, las reacciones, el tono de voz o la cercanía corporal, entre otros. Además, también se debe considerar el contexto y situación en la que se da la comunicación.

Cuando se establece un proceso de comunicación también surge la empatía, que es la posibilidad de entender los sentimientos de otras personas. Es decir, de ponerse en su lugar, lo cual fomenta la tolerancia y la convivencia armónica y pacífica.



Organice consultas infantiles en las que niñas y niños tengan la oportunidad de expresar cómo se sienten o qué piensan ante ciertas circunstancias, eventos o acciones que ocurren en su salón, escuela o comunidad, para fomentar el reconocimiento a las distintas formas de pensar y hacer, con el propósito de llegar a acuerdos.

Por ejemplo, puede organizar una consulta dentro del salón, para saber cómo se sienten en los distintos momentos de la jornada escolar o ante ciertas actividades: qué disfrutan, qué les incómoda y qué cambiarían. Después pueden proponer acciones de cambio o mejora.



En los últimos años, se han realizado acciones para conocer cuál es la opinión de niñas, niños y adolescentes acerca de ciertas temáticas como la discriminación, la migración, los espacios libres de violencias, la discapacidad, la salud y la educación.

La importancia de este tipo de acciones radica en que se promueve la participación de niñas, niños y adolescentes, y se posibilita que sus opiniones sean tomadas en cuenta para la toma de decisiones en distintos ámbitos, provocando un sentido de pertenencia y responsabilidad.

Te invitamos a conocer la Consulta Nacional a Niñas, Niños y Adolescentes que se llevó a cabo en todo el país durante 2022: https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2022/11/Me-escuchas_-Nacional-DIGITAL.pdf



A partir de la Consulta Nacional de 2022, elabore un diagrama para organizar una consulta en su escuela. Considere los siguientes elementos:

¿Sobre qué tema o situación sería la consulta? ¿Por qué es importante saber la opinión de niñas y niños sobre ese tema? ¿Cómo se podría utilizar esa información para mejorar el clima emocional del aula o escuela?

Durante la etapa preescolar, es posible que algunas niñas o algunos niños vivan situaciones de violencia que las y los pongan en riesgo. De ahí que sea importante que en el aula se mantenga un clima emocionalmente estable para que se sientan libres de expresar si les sucede algo, si se sienten incómodos ante una situación o persona, y sobre todo que sepan a quién pueden acudir o qué hacer cuando se sienten en riesgo o peligro. Niñas y niños desarrollarán con apoyo de su docente y otras personas cercanas, estrategias para mantener su bienestar, así que **es importante brindar espacios de escucha y estar atentas y atentos a cualquier situación** que atente contra su integridad.



Existen materiales diseñados por expertos para la prevención del abuso sexual infantil. Si bien este tema requiere de asesoría especializada y una formación específica, vale la pena conocer estos recursos pues lo que fomentan es crear un ambiente seguro para que niñas y niños expresen lo que sienten sobre ciertas situaciones.



Niñas y niños irán ampliando sus habilidades para expresar sus emociones a lo largo de la vida y para establecer relaciones sociales positivas, por eso es fundamental que les acompañemos en este proceso, no solo con estrategias, sino también brindándoles espacios seguros. En su centro educativo, ¿qué tanto se favorecen estos espacios?

2.3. Manejo de emociones en situaciones cotidianas

La primera experiencia escolar representa para las niñas y los niños un proceso de adaptación a nuevas situaciones, normas y relaciones con otras personas, de tal manera que en estas nuevas interacciones también aprenden a reconocer y expresar sus emociones. La participación en actividades cotidianas en la escuela les permite reconocerse como parte de un grupo, compartir espacios y materiales; por lo tanto, las relaciones que se establecen entre niñas y niños son la base del trabajo docente.

La actuación de la y del docente es un referente que **guía** las relaciones entre niñas y niños, ya que al observar e interpretar su forma de reaccionar ante diversas situaciones, es posible que se considere como un modelo socialmente aceptado a seguir. Aunado a ello, son las y los responsables de **brindar** oportunidades de aprendizaje para que niñas y niños **regulen las formas de comportarse, de fortalecer** las emociones que generan bienestar y de **orientar** las diversas maneras en que pueden enfrentar aquellas que les generan malestar.

Es relevante recordar que niñas y niños necesitan vivir tanto emociones “positivas” como “negativas”. Sentir miedo, enojo o vergüenza es tan importante como sentir alegría o felicidad, así como expresar lo que sienten sin tener que pegar, insultar o gritar. Ayudar a verbalizar las emociones (tener palabras para nombrarlas y decir lo que se siente) es el primer paso para aprender a regularlas hasta lograr un estado de bienestar personal y de buena convivencia.

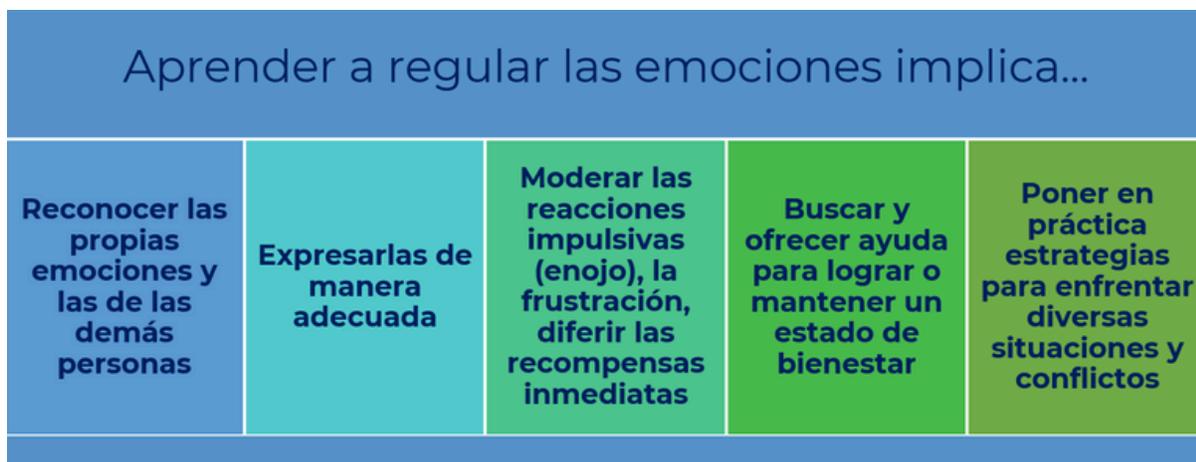


- ¿Qué es la regulación emocional? Comparta sus ideas con otras compañeras y otros compañeros, y después puede enriquecer el diálogo con la definición que se le brinda en el siguiente espacio.



”La regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.” (Bisquerra Alzina, 2009, p.148).

Aprender a regular las emociones no significa que hay que reprimirlas o “dominarlas”, sino ayudar a niñas y niños a comprenderlas, a verbalizar lo que sienten y a expresarlas de manera que no se lastimen, dañen a otras personas u objetos. En resumen...



En este sentido, las acciones docentes habrán de favorecer que niñas y niños:



Escriba qué otras acciones se podrían llevar a cabo para favorecer que niñas y niños regulen sus emociones:



Lea la siguiente situación:

Rodrigo es un niño que cursa el segundo grado de preescolar. Le gustan los juegos de construcción, armar rompecabezas y correr.

En los últimos días, cuando ingresa a la escuela comienza a llorar, la maestra al preguntarle “¿qué tienes?”, responde que su mamá y su papá se pelean todo el tiempo y que es probable que se separen.

Él se siente triste, incluso ha cambiado su actitud con sus compañeras y compañeros, permanece callado y participa poco en las actividades que antes disfrutaba realizar.



- ¿Qué opina de la situación de Rodrigo?, ¿cómo supone que afecta a Rodrigo su situación para la disposición al aprendizaje y la participación?
- Desde la acción docente ¿qué haría si fuera la maestra de Rodrigo?



Los cuentos son un recurso valioso para favorecer el manejo de las emociones ya que cuando niñas y niños escuchan o leen historias, relacionan a los personajes y las situaciones que viven, con su propia vida. Es decir, con sus saberes, creencias, contextos, vivencias, preocupaciones, alegrías, y sobre todo con sus emociones, enriqueciendo así sus puntos de vista y matizando la manera en que interpretan la realidad.

Por ello, resulta fundamental elegir cuentos e historias que tengan significado, de acuerdo con las vivencias específicas de cada niña y cada niño.

Te invitamos a conocer la *Biblioteca digital infantil: Tripulantes de la lectura*. En la sección Para los más pequeños, encontrarás lecturas que puedes compartir con tu grupo o con las familias:

<https://tripulantes.sep.gob.mx/catalogo/los-mas-peque%C3%B1os>

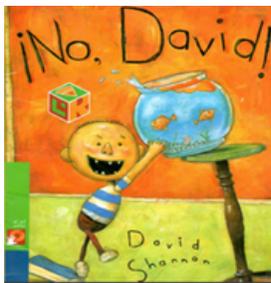


Algunas recomendaciones de cuentos para regular las emociones:



Es un cuento que explica a niñas y niños que pasan por una situación de divorcio, cómo van a vivir ahora que mamá y papá no están juntos, qué cosas van a hacer con papá y cuáles con mamá, qué cosas van a cambiar y cuáles no, cómo se van a sentir con esta situación, y lo más importante es que comprendan que sea cual sea su situación, siguen siendo queridas y queridos.

El divorcio de mamá y papá oso [Ilustración], por Kathy Parkinson, 2011
(<https://librosdelrincon.sep.gob.mx/catalogo/#/home>)



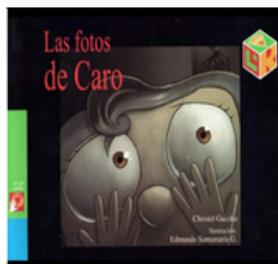
Este cuento narra las travesuras de un niño, y nos recuerda que muchas veces reparamos más en los comportamientos negativos y no en lo difícil que es hacer lo correcto. Decir “¡No!” en el momento oportuno puede contribuir a corregir estos comportamientos, porque aprenderán que hay normas que deben respetarse y aunque haya llamadas de atención, su familia siempre los querrá.

¡No, David! [Ilustración], por David Shannon, 2003
(<https://educacionbasica.sep.gob.mx/multimedia/RSC/BASICA/Documento/202012/202012-RSC-xJUUPVSGST-NoDavid.pptx.pdf>).



El cuento describe a una madre que llora fácilmente en diferentes situaciones. El niño dice que su madre es diferente a todas las demás porque llora más de la cuenta y es muy "emotiva". Pero no es la única que llora, ¿quién más lo hace? Además, existen ocasiones en que el llanto no solo es de dolor o enojo. Ayuda a niñas y niños a ¡descubrir! que llorar no está mal.

Una madre emotiva [Ilustración], por Eva Lobatón, 2008
(https://www.catamarca.edu.ar/plataforma_educativa/wpcontent/uploads/2021/04/mamaemotiva.pdf).



Este cuento narra la situación de una niña que vive una situación de abuso; por lo que, si las y los docentes deciden utilizarlo, el tema ha de tratarse con sensibilidad, respeto y comprensión para quienes se identifiquen con una situación similar. Lo más importante es que niñas y niños comprendan que existen personas a las que pueden recurrir, y siempre habrá quien los escuche y ayude.

Las fotos de Caro [Ilustración], por Edmundo Santamarina G., 2013 (<https://librosdelrincon.sep.gob.mx/catalogo/#/home>).



Diseñe una situación didáctica o proyecto en el que utilice estos u otros recursos para propiciar la regulación emocional de niñas y niños. Considere la situación que se describió anteriormente.

Tome en cuenta que existen muchos recursos útiles para organizar situaciones en las que niñas y niños identifiquen sus propias emociones, exploren lo que sienten los personajes, se den cuenta de cómo solucionan algunos conflictos y entiendan lo que otras personas sienten. Por ejemplo, pueden aprovecharse los libros que tienen en la escuela y en el aula. Lo importante es que **vivan experiencias significativas**, más allá del solo reconocimiento de la cara feliz, triste, etcétera, o relacionar la emoción con los colores, porque eso no sucede así en la vida emocional.



El manejo adecuado de las situaciones problemáticas requiere que las y los docentes tengan estabilidad emocional, de manera que les permita construir un ambiente emocionalmente sano. Para ello se recomienda:

- Mantenerse emocionalmente estable.
- Respetar a niñas y niños.
- Escuchar con atención y disposición para ayudarles, orientarles, apoyarles o brindarles alternativas.
- Comprender lo que niñas y niños sienten, y evitar emitir juicios negativos.
- Tener presente que el tono de voz, la postura corporal y el trato que se les dé, tiene consecuencias en el bienestar emocional de niñas y niños.

Por último, entender que son un referente significativo y que su actitud (alegría, felicidad, pesimismo, miedo, inseguridad, etcétera) también ejerce una influencia importante en la vida de niñas y niños.

3. La convivencia desde una cultura de paz



“No basta con hablar de paz. Uno debe creer en ella y trabajar para conseguirla”

Eleanor Roosevelt

Imagen de Paloma de la paz, Pájaro y círculos [Imagen], por GDJ, 2023
(<https://pixabay.com/es/vectores/paloma-de-la-paz-p%C3%A1jaro-c%C3%ADculos-8034457/>).



El bienestar emocional es la experiencia personal de sentirse bien consigo misma y consigo mismo, y de convivir en armonía con los demás.

Nota. Imagen de Niños, Divertida y Jugando [Fotografía], por Vijayanarasimha, 2014
(<https://pixabay.com/es/photos/ni%C3%B1os-divertida-jugando-contento-254287/>).

3.1. La convivencia en el Jardín de Niños

El Jardín de Niños es un espacio donde niñas y niños conviven en juegos y actividades tanto espontáneas como dirigidas; durante su desarrollo son frecuentes las risas entusiastas, los gritos de emoción al lograr algo, la sorpresa ante lo nuevo, la satisfacción de jugar, de bailar, de cantar o al decir una retahíla. Sin embargo, en la convivencia diaria es posible que se generen situaciones de tensión o malos entendidos en las que niñas y niños se sientan incómodas, incómodos, ofendidas, ofendidos, enojadas, enojados, amenazadas o amenazados, cuando esto sucede.



- ¿Sabe cómo actuar para contribuir a resolver estas situaciones y recuperar la armonía?, ¿cómo se pueden superar y transformar los conflictos de manera creativa en puntos de encuentro, cooperación, adaptación o intercambio?

Es importante considerar que las emociones en el nivel preescolar están estrechamente ligadas con el bienestar, pero al ser una etapa muy expresiva, aún no pasan por el filtro de la lógica o el razonamiento. Ante algunas situaciones se detonan emociones que suelen durar segundos y luego cambian con rapidez, o se puede reaccionar con enojo o agresión sin considerar las consecuencias para los demás. Por ello, **es fundamental que en el Jardín de Niños se lleven a cabo acciones y propuestas para promover una convivencia pacífica y armónica, con las demás personas y con el entorno, en el marco de una cultura de paz que contribuya al bienestar de niñas y niños.**

El espacio escolar debe ser un lugar seguro y de bienestar con un clima de aprecio y confianza, en el que niñas y niños se sientan reconocidas y reconocidos, aprendan a trabajar de manera colaborativa, donde su voz sea escuchada y tomada en cuenta, al tiempo que se fomenta la resolución de tensiones desde la cooperación y empatía, evitando la violencia de cualquier tipo.



La cultura de paz es una experiencia que se construye en la convivencia diaria, en la que se aprecie la diversidad y se respeten las distintas formas de hacer, sentir y pensar; en la que los conflictos se solucionen sin agresiones y en la que se aprenda a escuchar las opiniones de las y los demás y a decir las propias; se trata de transitar de lo individual a un encuentro colectivo para construir un espacio de cultura de paz.



Imagine un día cualquiera en el Jardín de Niños y reflexione sobre lo siguiente:

- ¿En qué tipo de actividades y espacios conviven con facilidad niñas y niños?
- ¿Qué emociones prevalecen?, ¿cómo lo sabe?
- ¿Hay niñas o niños que no conviven?, ¿sabe por qué?, ¿cómo supone que se sienten?, ¿qué se podría hacer para propiciar la participación?



Registre con dibujos, esquemas o símbolos, las actividades y espacios que más disfrutaran niñas y niños al convivir de manera pacífica.





Ahora piense en alguna situación de desacuerdo entre niñas y niños del grupo y descríbala: ¿qué sucedió?, ¿por qué sucedió?, ¿qué emociones expresaron las y los involucrados?, ¿se pudo haber evitado?



Dibuje o escriba cómo se resolvió la situación y piense si haría algo diferente y por qué.

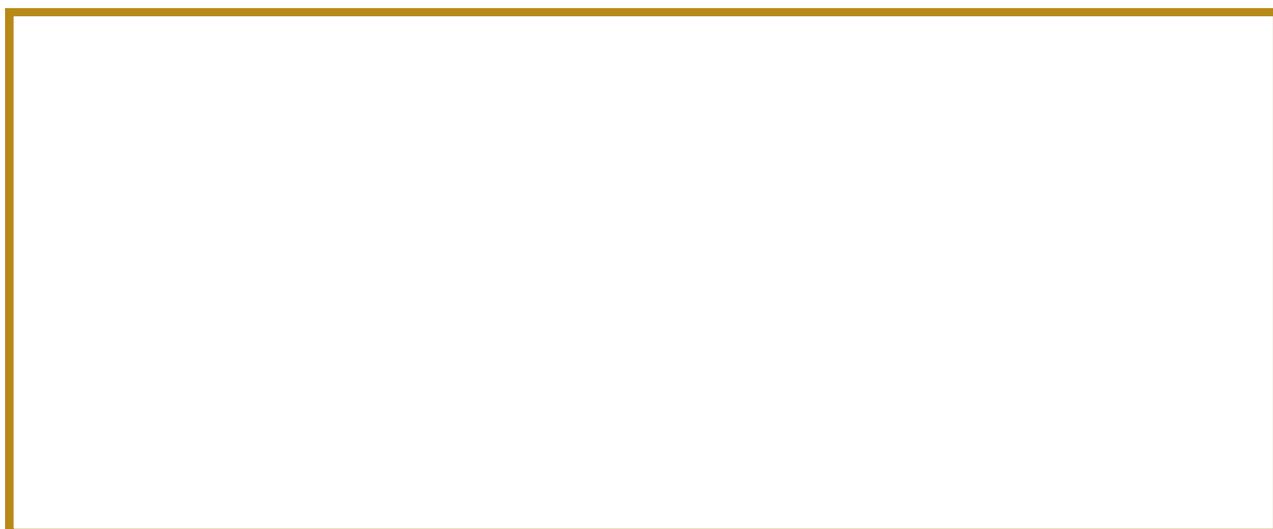


Observe las escenas y piense en los momentos de convivencia en el Jardín de Niños, ¿qué elementos y características los hacen posible?



Imagen izquierda: *Carrera de neumáticos* [Fotografía], por Hitesh Patel, 2020 (<https://www.pexels.com/es-es/foto/carrera-de-neumaticos-15811573/>).

Imagen derecha: *Sin título* [Fotografía], por Dilara Dogar, 2023 (<https://www.pexels.com/es-es/foto/jugando-hierba-cesped-divertido18250865/>).





Favorecer una cultura de paz en el Jardín de Niños, implica convivir, aprender y colaborar entre familias, vecinas y vecinos, compañeras y compañeros, y todas las personas a nuestro alrededor. Para lograrlo se requiere respeto, armonía y empatía.

3.2. El significado de la paz

La cultura de paz es un concepto que se ha acuñado desde finales del siglo pasado, a partir de que el significado de paz dejó de concebirse como la ausencia de guerra, para transitar hacia un concepto más dinámico en el que **los conflictos deben resolverse sin violencia mediante su transformación en oportunidades de encuentro y diálogo entre personas en un marco de respeto a los derechos humanos.**



Paloma de la paz con símbolo

<https://es.vecteezy.com/arte-vectorial/10478650-paloma-de-la-paz-con-simbolo>

En este apartado se hará un recorrido por la evolución del concepto de cultura de paz.

El centro UNESCO para la Formación en Derechos Humanos Ciudadanía Mundial y Cultura de Paz (s/f), escribe lo siguiente sobre la cultura de paz:

La sociedad actual enfrenta desafíos monumentales, desde conflictos políticos y tensiones internacionales hasta crisis económicas y desigualdades crecientes. En medio de este panorama, la cultura de paz emerge como una necesidad apremiante. Es un concepto que va más allá de la simple ausencia de guerra y busca crear un entorno en el que la paz, la justicia y la cooperación sean los pilares fundamentales de la convivencia humana. La cultura de paz no solo es relevante, sino que es esencial para abordar los problemas contemporáneos y construir un futuro más próspero y armonioso.

La cultura de paz se basa en la idea de que la paz no es simplemente la ausencia de conflicto armado, sino un estado positivo en el cual se promueve la justicia, la igualdad, el respeto mutuo y la cooperación. La cultura de paz se manifiesta en diferentes niveles: desde las relaciones personales y familiares hasta las interacciones a nivel internacional. Implica la resolución pacífica de conflictos, el respeto a los derechos humanos, la inclusión social y la promoción de la educación y la comprensión intercultural (Centro UNESCO para la Formación en Derechos Humanos Ciudadanía Mundial y Cultura de Paz, s/f).



- ¿Ha escuchado hablar de la cultura de paz?, ¿cómo se refleja en la vida diaria?, ¿y en las situaciones escolares?
- ¿Considera que en la comunidad en la que se ubica su Jardín de Niños se practica una cultura de paz?

La Declaración y Programa de Acción sobre una Cultura de Paz, aprobada en 1999 por la Asamblea General de las Naciones Unidas establece lo siguiente:



La cultura de paz consiste en una serie de valores, actitudes y comportamientos que rechazan la violencia y previenen los conflictos. Busca solucionar problemáticas diversas mediante el diálogo y la negociación entre las personas y las naciones, teniendo como fundamento los derechos universales (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1999).

La Asamblea General de las Naciones Unidas también aprobó, en 2015, la resolución *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*, en donde se establecieron objetivos globales para erradicar la pobreza, proteger el planeta, asegurar la prosperidad, propiciar el desarrollo de sociedades pacíficas, justas e inclusivas y cuyas metas deberán alcanzarse en un lapso de 15 años:



Objetivos de desarrollo sostenible [Imagen], por Organización de las Naciones Unidas, s/f (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>)

El propósito de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) es acercarse a sociedades más pacíficas, justas e inclusivas, libres de miedo y violencia.

El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (s/f) menciona que algunas de las metas del Objetivo 16 de los ODS (que corresponde a la paz, justicia e instituciones sólidas) son:

- Reducir significativamente todas las formas de violencia y las correspondientes tasas de mortalidad en todo el mundo.
- Poner fin al maltrato, la explotación, la trata y todas las formas de violencia y tortura contra las niñas y los niños.
- Promover el estado de derecho en los planos nacional e internacional y garantizar la igualdad de acceso a la justicia para todas y todos.

Como seguimiento a la cultura de paz, la Asamblea General de las Naciones Unidas declaró el 16 de mayo Día Internacional de la Convivencia en Paz, para movilizar los esfuerzos de la comunidad internacional y promover la paz, la tolerancia, la inclusión, la comprensión y la solidaridad. El Día tiene como objetivo defender el deseo de vivir y actuar juntas y juntos, unidas y unidos en las diferencias y la diversidad, para construir un mundo sostenible de paz, solidaridad y armonía (Asamblea General de las Naciones Unidas, 2018, p. 2).

Además, cada año, el **21 de septiembre** se celebra en todo el mundo, el **Día Internacional de la Paz**. La Asamblea General de las Naciones Unidas ha declarado este día dedicado a fortalecer los ideales de la paz, mediante el respeto de 24 horas de no violencia y alto el fuego (Organización de las Naciones Unidas, s/f).



A partir de lo leído y desde su visión como docente, represente lo que significa la cultura de paz. Use recortes, dibujos, símbolos o textos.



El símbolo de la paloma de la paz se usó por primera vez en 1949, en un cartel diseñado por Pablo Picasso, durante el Congreso Mundial por la Paz después de la Segunda Guerra Mundial. Desde entonces, es un símbolo universal para la paz y la no violencia. Es un recordatorio de que, a pesar de la adversidad, siempre hay esperanza de un futuro mejor para todas y todos.

Imagen de Paloma, Las manos y Paz [Imagen], por Alexandra_Koch, 2022
(<https://pixabay.com/es/illustrations/paloma-las-manos-paz-la-paz-mundial-7071097/>).



En una cultura de paz, niñas y niños, sus familias y las personas con las que conviven, reconocen que la paz es un derecho, por lo que se refleja en sus actitudes, comportamientos y actividades diarias en las que predomina la convivencia pacífica y el rechazo a la violencia. Esto implica comprometerse a:

-  Rechazar toda actitud de violencia
-  Prevenir conflictos al identificar sus causas
-  Solucionar problemas mediante el diálogo y la toma de acuerdos
-  Garantizar los derechos de niñas, niños y todas las personas
-  Favorecer la participación de todas y todos
-  Respetar las formas de pensar, sentir y actuar

3.3. Acciones para fomentar la cultura de paz

Para lograr la cultura de paz es importante que las y los docentes reflexionen acerca de la manera en que la conciben y la viven, para estar en posibilidad de crear situaciones o experiencias apropiadas para que niñas y niños también la vivan en los distintos ámbitos donde se desenvuelven: hogar, escuela y comunidad.



Organice un recorrido con el grupo por los diferentes espacios escolares. En cada uno, hagan una pausa para disfrutarlo. Invite a niñas y niños a que los exploren con sus sentidos, y apóyelos con las siguientes preguntas:



- ¿A qué huele?, ¿qué colores ven?, ¿qué objetos o elementos les llaman la atención?, ¿cuál es su textura?, ¿cómo se sienten?

Después, en un espacio donde estén relajadas y relajados, pregunte ¿dónde se sintieron más libres y por qué? Permita que cada niña y cada niño describa su experiencia.



La cultura de paz es una forma de vida, en la que niñas y niños aprenden a convivir sin violencia.

Nota. *Diversos niños de la escuela divirtiéndose* [Fotografía], por rawpixel, s/f (https://es.123rf.com/free-photo_110093081_diversos-ni%C3%B1os-de-la-escuela-divirti%C3%A9ndose.html?is_plus=1).



A partir de las siguientes preguntas, piense en cómo interactúa con niñas y niños de manera cotidiana. Escriba algunas ideas y las emociones que expresa.



- ¿Cómo se relaciona con cada uno y en qué momentos?, ¿cómo los mira?, ¿cuál es su expresión corporal?
- ¿Cómo les habla y qué les dice?, ¿tiene preferencia por alguna niña o algún niño y por qué considera que ocurre?, ¿los demás se dan cuenta?
- ¿Sabe lo que sienten por usted?, ¿cómo lo manifiestan?



- ¿Cómo es su tono de voz cuando hay desorden?, ¿cómo reacciona ante algún tipo de conflicto entre niñas y niños?, ¿sabe cómo se sienten?, ¿cómo maneja lo que usted siente?



Lea la siguiente situación:

Margarita es una niña de cuatro años que suele participar en las actividades y juegos con entusiasmo, pero un día mientras jugaba “Quemados”, con sus compañeras y compañeros en el recreo, de manera sorpresiva, Nicolás la aventó para ganarle la pelota. Entonces Margarita se cayó y se rasguñó la nariz. Mientras lloraba, Nicolás le dijo “¿estás bien?”. Pero sin esperar respuesta, tomó la pelota y siguió jugando.



- ¿Cómo cree que se sintió Margarita?, ¿y Nicolás?
- ¿Cómo se sintieron las y los demás compañeras y compañeros?
- ¿Piensa que Nicolás tendría que haber actuado diferente?, ¿cómo?
- ¿Considera que Margarita tendría que haber hecho o dicho algo?
- ¿Qué haría en esta situación para fomentar la cultura de paz?



Continúe leyendo el caso:

Al día siguiente, mientras almorzaban, Margarita tomó el refrigerio de Nicolás y lo aventó al piso. Cuando la maestra le preguntó “¿por qué lo hiciste?”, ella respondió “mis padres me dijeron que no me dejara, que, si me molestan, yo también moleste; que si me pegan, yo pegue primero”.



- ¿Cómo se sintió Nicolás?, ¿y Margarita?
- ¿Piensa que Margarita tuvo que haber actuado diferente?, ¿cómo?
- ¿Consideras que la familia de Margarita fomentó la cultura de paz?, ¿por qué?
- ¿Qué haría en esta situación para favorecer la cultura de paz?
- ¿Cómo involucraría a las familias?

Promueva en su grupo, formas no violentas para solucionar las diferencias o los conflictos que pudieran suscitarse en el Jardín de Niños. Para ello, consideren diferentes posibilidades a su alcance para construir una cultura de paz.



Niñas y niños conviven con sus pares y otras personas en diferentes contextos, es importante que lo hagan en el marco de una cultura de paz.

Niños jugando con globos en el campo de hierba verde

<https://www.pexels.com/es-es/foto/ninos-jugando-con-globos-en-el-campo-de-hierba-verde-6299265/>



Anote ideas para construir una cultura de paz en su Jardín de Niños:



Muestre las imágenes al grupo e inventen juntos una historia a partir de las preguntas sugeridas:



¿Cuál es el conflicto o desacuerdo?
¿Cómo creen que se sienten la niña y el niño?
¿Pudo haberse evitado?



¿Cómo solucionaron el conflicto?
¿Cómo creen que se sienten ahora la niña y el niño?
Si surgiera un desacuerdo ¿lo podrían resolver?

Adaptado de *Imagen de Niño, Lucha y Étnico* [Ilustración], por Merio, 2015
(<https://pixabay.com/es/illustrations/ni%C3%B1o-lucha-%C3%A9tnico-aislado-discutir-987113/>).



En el colectivo docente reflexionen sobre cómo promueven la cultura de paz en la comunidad escolar. ¿Qué más pueden hacer?



La cultura de paz es un proceso en el que es necesario se involucren todas y todos. Implica aprender a resolver conflictos de forma creativa, a partir de aceptar las diferencias y de tener la capacidad de escuchar, reconocer, respetar y apreciar a las y los demás, así como a convivir de forma pacífica y colaborativa promoviendo el diálogo, el entendimiento y la cooperación.

A manera de cierre

“Las emociones son reacciones del organismo que producen **experiencias personales percibidas de forma inmaterial**, lo cual dificulta su conocimiento en una cultura caracterizada por la materialización de las experiencias”.

Rafael Bisquerra



Chica vectorial y sus diferentes emociones [Ilustración], por GeraKTV, s/f (<https://depositphotos.com/es/vector/vector-girl-and-her-different-emotions-1177850.html>).

Para favorecer el bienestar emocional es importante considerar que **todas** las actividades e **interacciones** de la jornada escolar, son oportunidades de aprendizaje para apoyar a las niñas y los niños a reconocer, regular y expresar sus emociones; así como propiciar espacios de convivencia en los que **los conflictos se resuelvan a través del diálogo y el respeto en un marco de cultura de paz.**

De tal manera que, es esencial que las y los docentes elaboren una **planeación didáctica** flexible, oportuna y adecuada a las condiciones, necesidades, capacidades, intereses y características de niñas y niños, considerando además situaciones específicas emocionalmente significativas. Además, es conveniente que **todos los días** se integren juegos y experiencias que les ayuden a identificar y a valorar sus cualidades, a impulsarlos a persistir en sus intentos cuando algo se les dificulta, a evitar comparaciones o decirles que “todo está bien” cuando hay cosas que pueden mejorar.

Tenga presente que **las emociones son fundamentales para el bienestar infantil** en todas sus dimensiones.

Referencias bibliográficas

Asamblea General de las Naciones Unidas. (1999). *Resolución 53/243. Declaración y Programa de Acción sobre una Cultura de Paz.*

<https://undocs.org/es/A/RES/53/243>

Asamblea General de las Naciones Unidas. (2018). *Resolución 72/130. Día Internacional de la Convivencia en Paz.*

<https://undocs.org/es/A/RES/72/130>

Bisquerra Alzina, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis.

Campo Ternera, L. A. (2014). El desarrollo del autoconcepto en niños y niñas y su relación con la interacción social en la infancia. *Psicogente*, 17(31), 67-79.

<http://scielo.org.co/pdf/psico/v17n31/v17n31a05.pdf>

Centro UNESCO para la Formación en Derechos Humanos Ciudadanía Mundial y Cultura de Paz. (s/f). *Cultura de paz*. Recuperado el 8 de abril de 2024, de

<https://www.centro-unesco.org/cultura-de-paz.php>

Guevara Benítez, C. Y., Rugerio Tapia, J. P., Hermosillo García, Á. M., y Corona Guevara, L. A. (2020). Aprendizaje socioemocional en preescolar: fundamentos, revisión de investigaciones y propuestas. *Revista electrónica de investigación educativa*, 22,

1-14. <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e26.2897>

López Cassà, È. (2011). *Educación de las emociones en la infancia (de 0 a 6 años). Reflexiones y propuestas prácticas*. Wolters Kluwer España.

<https://www.ie42003cgalbarracin.edu.pe/biblioteca/LIBR-NIV315122022142947.pdf>

López-Pereyra, M., Armenta-Hurtarte, C., Gómez Vega, M. del P., y Puerto Díaz, O. (2021). El bienestar emocional en las niñas y los niños. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(2), 53-70.

<https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.2.14>

Muchiut, Á. F. (2018). Educación emocional, una deuda pendiente en nuestros salones de jardín de infantes. *Revista de Educación*, 0(14), 137-152.

Organización de las Naciones Unidas. (s/f). *Día Internacional de la Paz*.

Recuperado el 8 de abril de 2024, de

<https://www.un.org/es/observances/international-day-peace>

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (s/f). *Objetivo 16: Paz, justicia e instituciones sólidas*. Recuperado el 8 de abril de 2024, de

<https://www.undp.org/es/sustainable-development-goals/paz-justicia-instituciones-solidas>