**Escuela Normal de Educación Preescolar**

**Licenciatura en Preescolar**

**Ciclo escolar 2020-2021**



**Curso:**

Optativa: Producción de textos narrativos.

Competencias:

* Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.
* Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en distintos contextos.

**Profesora:**

 Marlene Muzquiz Flores

**Actividad:**

Desarrollo de monografía.

**Alumna:**

Vanessa Rico Velázquez No.16

Saltillo, Coahuila 18 de abril de 2021

**¿Qué es la educación socioemocional?**

La educación socioemocional es un proceso educativo en donde los niños aprenden a manejar sus emociones, construir su identidad personal, muestra atención y respeto hacia los demás, establecen relaciones firmes y positivas, al tomar una decisión aprenden a primero analizar la situación y luego toman una decisión con responsabilidad, gracias a ello desarrollan la habilidad de ser capaces de enfrentar cualquier situación conflictiva ante todo siendo respetuosos.

Todo aspecto socioemocional es importante en la vida de los niños, Bisquerra (2005) menciona que “la educación debe tener el propósito de preparar para la vida, una educación para la vida con un enfoque del desarrollo humano que responda a las necesidades sociales en donde se atiendan los aspectos emocionales de forma prioritaria”

Esta modalidad maneja el desarrollo de competencias emocionales, hoy en día no se le da a la educación socioemocional una gran importancia, se ha olvidado que cuando los niños son felices, llegan al aula con mucho animo de aprender cosas nuevas, además de que al ser felices ven la escuela como un buen lugar, un lugar feliz, cada aprendizaje lo recuerdan con felicidad aprenden por gusto y amor a la escuela.

La educación emocional es una educación desde dentro que se propone llegar a lo más profundo de sí mismo. Para entender la educación socioemocional también se debe tener en claro lo que es la inteligencia emocional, en la Revista digital para profesionales de la enseñanza (2011), define la inteligencia emocional como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los ajenos, de motivarnos y de manejar bien las emociones en nosotros mismos y en nuestras relaciones”.

**¿Por qué es importante la educación socioemocional?**

La importancia del control y la regulación de las emociones surge, también, de la necesidad que tiene el ser humano de no dejarse llevar por los impulsos emocionales, ya que lo contrario tendría consecuencias muy negativas tanto a nivel personal como social. Además, todas las personas necesitan sentirse seguras emocionalmente, es decir, tener sentimientos de bienestar y estabilidad emocional.

La inteligencia académica no es suficiente para alcanzar el éxito profesional, (Fernández y Extremera, 2008) argumentan que “las personas exitosas en nuestro mundo, no son precisamente los mas inteligentes sino aquellos que saben conocer las emociones y como controlarlas de manera apropiada para colaborar con su inteligencia, son esas personas que se interesan mas por las personas que por cualquier otra cosa”.

 El factor emocional se considera como un elemento muy importante en la prevención y/o desarrollo de algunas enfermedades: se está demostrando que emociones negativas como la ira, el miedo, el estrés, la depresión, etc. tienen un efecto directo sobre la salud.

El desarrollo y comprensión de las emociones en los niños es un proceso continuo y gradual de aprendizaje que va de las emociones simples a las más complejas. Los niños van cambiando sus estrategias para poder hacer frente a las distintas experiencias a través del control de las emociones, pues el niño se enfrenta mejor a sus emociones a medida que va comprendiendo sus causas.

La conciencia emocional, constituye una competencia personal que determina el modo en que el sujeto se relaciona consigo mismo, y a la vez está influida por el factor social. Todas las experiencias personales vividas, observadas o imaginadas pasarán a formar parte del conocimiento previo del sujeto y, acumuladas, le ayudarán a interpretar el entorno con su memoria personal e influirán en sus emociones

**¿Cuál es el objetivo de la educación socioemocional?**

La educación emocional se propone optimizar el desarrollo humano. Es decir, el desarrollo personal y social; o, dicho de otra manera: el desarrollo de la personalidad integral del individuo. Es por tanto una educación para la vida.

Los objetivos generales de la educación emocional pueden resumirse en los siguientes términos: adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida; aprender a fluir, etc.

La (SEP,2017) en el libro de *Aprendizajes Clave* menciona que los propósitos de la educación socioemocional son los siguientes:

* 1. Desarrollar un sentido positivo de sí mismos y aprender a regular sus emociones.

 2. Trabajar en colaboración.

3. Valorar sus logros individuales y colectivos.

4. Resolver conflictos mediante el diálogo.

5. Respetar reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando con iniciativa, autonomía y disposición para aprender. “

Para ello se propone el desarrollo de competencias básicas para la vida. Cuando todavía no hay disfunción, la prevención primaria tiende a confluir con la educación para maximizar las tendencias constructivas y minimizar las destructivas.

Uno de los principales objetivos de la educación debe ser crear ambientes educativos emocionalmente positivos y de colaboración, algo que ayudará a los niños a recordar más y también fomentará un proceso de enseñanza asociado a la alegría y felicidad. Podemos promover esto haciendo sentir a los alumnos participes activos de las clases. Somos una especie social con una inmensa capacidad para enseñar y disfrutamos mucho del proceso.

**¿Qué son las competencias emocionales?**

Como se ha mencionado anteriormente la finalidad de la educación socioemocional es el desarrollo de competencias socioemocionales, (Bisquerra, 2014) define las competencias emocionales como “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales”.

La adquisición de competencias que se pueden aplicar a una multiplicidad de situaciones, tales como la prevención del consumo de drogas, prevención del estrés, ansiedad, depresión, violencia, etc. La prevención primaria inespecífica pretende minimizar la vulnerabilidad de la persona a determinadas disfunciones (estrés, depresión, impulsividad, agresividad, etc.) o prevenir su ocurrencia. Para ello se propone el desarrollo de competencias básicas para la vida.

Cuando todavía no hay disfunción, la prevención primaria tiende a confluir con la educación para maximizar las tendencias constructivas y minimizar las destructivas.

Conocer las características (causas, predisposición a la acción, estrategias de regulación, competencias de afrontamiento, etc.) de las emociones principales: miedo, ira, ansiedad, tristeza, vergüenza, aversión, alegría, amor, humor, felicidad, etc. La naturaleza de la inteligencia emocional es un aspecto importante, con múltiples aplicaciones para la práctica

La educación emocional sigue una metodología eminentemente práctica (dinámica de grupos, autorreflexión, razón dialógica, juegos, etc.) con objeto de favorecer el desarrollo de competencias emocionales.

**Referencias.**

Bisquerra, R. (2014). *Educación emocional e interioridad*. En L. López, Maestros del corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad (pp. 223-250). Madrid: Wolters Kluwer. Recuperado de: <https://bit.ly/3x4tAJx>

Bisquerra, R. (2005*). La educación emocional en la formación del profesorado. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927006.pdf>

Fernández-Berrocal, P. y Extremera, N. (2002). *La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela.* Revista Iberoamericana en Educación. Recuperado de [www.rieoei.org/deloslectores/326Berrocal.pdf](http://www.rieoei.org/deloslectores/326Berrocal.pdf)

© Secretaría de Educación Pública. (2017) *Aprendizajes Clave Para la Educación Integral.* Primera edición, 2017, Ciudad de México. Recuperado de: <https://bit.ly/3eaprLy>