**GOBIERNO DEL ESTADO COAHUILA DE ZARAGOZA**

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**

ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR



**LA TESIS DE INVESTIGACIÓN**

**EL TRABAJO COLABORATIVO CON PADRES PARA DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL DE LOS ALUMNOS DEL JARDÍN NIÑOS DEL EJIDO SANTO DOMINGO EN TIEMPOS DE COVID 19.**

**PRESENTADO POR:**

NATALIA ELIZABETH RODRÍGUEZ RAMOS

**COMO OPCION PARA OPTENER ELTITULO DE:**

LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR

**SALTILLO, COAHUILA DE ZARAGOZA JULIO 2021**

**GOBIERNO DEL ESTADO COAHUILA DE ZARAGOZA**

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**

ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR



**LA TESIS DE INVESTIGACIÓN**

**PRESENTADO POR:**

NATALIA ELIZABETH RODRÍGUEZ RAMOS

**COMO OPCION PARA OPTENER ELTITULO DE:**

LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR

ASESORA: MARTHA GABRIELA ÁVILA CAMACHO

**SALTILLO, COAHUILA DE ZARAGOZA JULIO 2021**

Dictamen

**Agradecimientos**

**Índice**

Introducción ........................................................................................................................

Capítulo I. Planteamiento del problema ......................................................................................

Capítulo II. Marco teórico ............................................................................................................

Capítulo III. Metodología ...............................................................................................................

Capítulo IV. Resultados ..................................................................................................................

Capítulo V. Discusión .....................................................................................................................

Conclusiones ....................................................................................................................

Referencias ......................................................................................................................

Anexos

**Introducción**

**Capítulo I**

**Planteamiento del problema**

**Antecedentes**

Con la llegada del COVID 19 en marzo del 2020 en Satillo Coahuila, las dinámicas familiares han tenido que cambiar y adaptarse a esta nueva forma de vivir. Los jardines de niños, escuelas, colegios y universidades cerraron, optando algunos por la modalidad de clases en línea, creando una nueva convivencia en las casas entre padres e hijos, donde la mayoría se encuentra realizando trabajos y tareas a distancia afectando el aspecto socioemocional en el niño.

La salud mental de la población ya no es la misma y ha afectado de sobremanera a los niños, con cambios de humor, desobediencia y mucho más demandantes con los padres. En poco tiempo las niños y niñas han tenido que adaptarse a esta nueva forma de trabajo y de adaptación social en casa, explicarles el por qué ya no podrán salir de casa y no regresar a su escuela y convivir con sus compañeros de clase.

La pandemia ha puesto al sistema educativo en grandes retos ante el aspecto socioemocional de cómo trabajarlo en colaboración con los padres de familia y los educadores para llevar acabo los aprendizajes esperados que se requieren en el preescolar. Para muchas familias, los impactos de la pandemia del coronavirus pueden empeorar su situación económica y laboral ya sea porque algún familiar enferme o fallece, por el aumento de los costos de la atención médica, por tener que ocuparse de cuidar a algún familiar enfermo, o por la pérdida de uno o varios empleos dentro del núcleo familiar.

Cuando esto ocurre, los niños y las niñas han llegado a experimentar miedo y ansiedad por la situación, por el estrés de los padres o tutores, o por temor a que no puedan ser capaces de satisfacer sus necesidades básicas. Estos cambios suponen riesgos para su bienestar y desarrollo, especialmente en los niños y niñas más pequeños.

Padrón (1999, p. 148) define la educación socioafectiva como aquella que se ocupa de “los objetivos socioafectivos que hacen referencia a la construcción del ser humano, desde la perspectiva del desarrollo de su personalidad y de su integración, relación y adaptación en el contexto social y cultural en el que vive”. La Educación Socioemocional es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños, trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética.

Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida.

Bisquerra (2011, p.3) utiliza el término educación emocional como “un conocimiento de las propias emociones, conocimiento de las emociones de los demás y regulación de las propias emociones (ira, miedo, ansiedad, tristeza, depresión, etc.) como forma de relacionarse mejor consigo mismo y con otras personas’’. Por otro lado, la acción del docente adquiere gran importancia para ayudar alumnado a la identificación de sus emociones, Cabello (2011, p.180) hace énfasis en el papel del maestro: Los maestros somos modelo de inteligencia emocional para el alumnado, de ahí la necesidad de vigilar y regular el tono afectivo que rodea su comunicación con los alumnos/as.

La Educación Socioemocional favorece al desarrollo del potencial humano, ya que provee los recursos internos para enfrentar las dificultades que pueden presentarse a lo largo de la vida, “contribuirá a la mejor convivencia humana, a fin de fortalecer el aprecio y respeto por la diversidad cultural, la dignidad de la persona, la integridad de la familia, la convicción del interés general de la sociedad, los ideales de fraternidad e igualdad de derechos” (Castro, 2019, 298).

**Delimitación**

La presente investigación se desarrolla en el ejido Santo Domingo municipio de Ramos Arizpe en el jardín de niños Mestizo con clave 05KJNO179X, con un grupo mixto de segundo año y tercer año de preescolar en edades de 4 años y 5 años y medio siendo 6 niñas y 7 niños en total 13 alumnos, La población de padres atendidos es de 11 en total quienes trabajan colaborativamente en el desarrollo de aprendizajes y manejo de socioemocional en casa en tiempos COVID.

El 24 de agosto se inician las prácticas profesionales con el proyecto “Héroes de Acero programa federal de CONAFE en convenio de movilidad de prácticas profesionales con la escuela Normal de Educación Preescolar un proyecto retador para culminar los estudios de 4° año y realizar el trabajo de titulación para obtener el título de licenciatura en educación preescolar culminado el programa en junio del 2021. Se asiste dos veces por semana en la comunidad en el jardín de niños mestizo lunes y martes de 8:00am a 3:00pm con horarios específicos para niños de segundo de 8:30am a 11:00am y con los de tercero de 11:00 am a 2:00pm. Acordes a los estándares salud y sana distancia. De 2:00pm trabajo comunitario o visitas domiciliarias a niños que no asisten a el jardín de niños, se trabaja con padres de familia con los talleres que marca el programa y las temáticas marcadas, así como los distintos proyectos para mejora de la institución ya que no existen recursos federales en este ciclo escolar.

**Justificación.**

En la actualidad hay presencia de emociones negativas dentro del núcleo familiar y la niñez han llevado a diferentes problemáticas sociales en nuestra identidad coahuilense siendo el primer lugar en índice de suicidios, maltrato infantil , violencia intrafamiliar debido a la falta de la socialización de las distintas emociones que no logramos expresar o identificar para el manejo de una buena salud mental , afectiva y de sana convivencia en los hogares y detectadas en las escuelas donde hoy en día la educación socioemocional es el eje rector del programa de aprendizajes clave de educación preescolar que se lleva acabo e nuestro país así como de los programas de Aprende en Casa II, el libro integrador propuesto por CONAFE.

La situación actual demanda hacer uso de estrategias de manejo de emociones desde la niñez desde edades tempranas hoy en día es de vital importancia que los niños sé expresen todas y cada una de sus emociones y sentimientos de manera clara ante sus padres de familia tutores, docentes, amigos y hermanos para detectar que es lo que sienten y como poderlos ayudar o reforzar en todos los ámbitos de su formación integral.

La poca socialización debido a que los niños están en casa y no asisten al jardín es alarmante y preocupante las diversas ocupaciones de los demás miembros de la familia y docentes en ocasiones no permiten escuchar y dejar expresar a los niños sus sentimiento y emociones que los llevan actuar de mala manera en casa o en la compresión de contenidos de aprendizaje que se están dando en clases.

Porque actualmente se está trabajando de manera impersonal aprender a través del uso de la tecnología,

**Objetivo general**

Conocer cómo se da la colaboración de los padres de familia en el trabajo en casa para la movilización de aprendizajes esperados del área socioemocional con los niños del ejido Santo Domingo y el impacto que tienen en los niños

**Objetivo específico**

1. Determinar el nivel de colaboración de los padres en el desarrollo de aprendizajes del área socioemocional
2. Identificar el resultado de las estrategias implementadas para el desarrollo de los aprendizajes esperados del área socioemocional
3. Elaborar una propuesta practica para continuar con el trabajo en casa para el desarrollo de competencias sociomocionales que quede como recurso permanente

**Formulación de hipótesis**

**H1** A mayor colaboración de los padres mayores competencias socioemocionales adquiridas por los niños

**H2** A menor colaboración de los padres menores competencias socioemocionales adquiridas por los niños.

**Preguntas de investigación**

1. ¿Cuál es el nivel de colaboración de los padres en las actividades para el desarrollo de aprendizajes del área socioemocional?
2. ¿Cuáles son los resultados en los niños de las estrategias implementadas para el desarrollo de los aprendizajes esperados del área socioemocional?
3. ¿Cómo se puede dar continuidad al trabajo realizado con la practicante?

**Capítulo II**

**Marco teórico**

El desarrollo social y emocional es un proceso de toda la vida con el cual los niños y adultos adquieren y aplican efectivamente el conocimiento, las actitudes y habilidades necesarias para entender y manejar las emociones, y establecen y logran objetivos positivos, sienten y muestran empatía por los otros, establecen y mantienen relaciones positivas, y toman decisiones responsables. Hoy en día los programas de preescolar y en los programas de educación básica estos enfoques se están manejado de manera conjunta. Por opta el nombre *desarrollo socioemocional*, porque el desarrollo emocional está muy determinado por la parte de la interacción social. Si la interacción social es sana basándose en el respeto, equidad

Según Haeussler (2000) el desarrollo socioemocional se refiere al proceso por el cual los niños establecen su propia identidad (yo), autoestima, sentido de seguridad y confianza en sí mismos y en el mundo que los rodea a través de las relaciones interactivas establecidas. Su importancia es la misma que esta pareja, por lo tanto, el proceso se posiciona como una persona única, y el niño puede distinguir emociones, reconocer, procesar, expresar y controlar las emociones. Un proceso complejo que involucra tanto aspectos conscientes como inconscientes.

Goleman (1996). Este autor habla de inteligencia emocional y la contrasta con inteligencia general, hasta tal punto que equipara su importancia como echo novedoso explica las competencias emocionales que se pueden aprender todos podemos ser inteligentes emocionalmente.

Según Goleman (1995) las emociones que pueden considerarse básicas son: ira, tristeza, miedo, alegría, amor, sorpresa, aversión y vergüenza.

El desarrollo socioemocional se caracteriza por que seinicia en la infancia, tiene que ver con las interacciones que el niño hace con otras personas; desde que nace en adelante. El niño empieza a tener acciones con la mamá, papá o tutores, *establece sus primeras relaciones sociales; de esas relaciones se desprende el desarrollo afectivo.* Según Martínez (2016) el desarrollo social está relacionado con la interacción de los niños con los demás; desde el nacimiento. Los niños comienzan a establecer relaciones sociales iniciales con su madre, padre o tutor, y estas relaciones sociales se derivan del desarrollo emocional.

Goleman (1995) señala que la emoción o el desarrollo emocional ocurre durante la interacción, e implica que los niños sepan aceptar y sepan expresar emociones y expresar emociones de manera adecuada. Que sepa recibir y dar amor. Desafortunadamente, algunos niños no sienten amor, afecto ni bondad. A veces, los niños e incluso los adultos y sienten que no deben aceptar ese tipo de amor. A veces expresan preocupaciones sobre las relaciones sociales o las evitan. Por otro lado, Álvarez (2000) indica que hoy, estos métodos se cogestionan en cursos de educación preescolar y programas de educación básica. Eligio el *desarrollo socioemocional* porque el desarrollo emocional depende en gran medida de una parte de la interacción social. Si se basa en el respeto, la interacción social de justicia e igualdad es saludable. Estas interacciones tendrán un impacto en los niños y su entorno, y desarrollarán suficiente desarrollo emocional.

Bisquerra, A. y Pérez, N. (2007) definen la *competencia emocional* como la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de los sentimientos de los otros, incluyendo la destreza para captar el clima emocional en un espacio determinado. Ello implica: la toma de conciencia de las propias emociones: capacidad para notar con exactitud los propios sentimientos y emociones; identificarlos y etiquetarlos. Contempla la probabilidad de experimentar emociones diversas y de reconocer la imposibilidad de tomar consciencia de los propios sentimientos gracias a inatención selectiva o dinámicas inconsciente. Además, implica también la comprensión de los sentimientos de los otros, es decir, la capacidad para notar con exactitud los sentimientos y perspectivas de los otros y de implicarse empáticamente en sus experiencias emocionales. Las competencias emocionales que proponen son:

*La regulación emocional* es la capacidad para el manejo de los sentimientos de manera adecuada e implica tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y actitud; además, obtener buenas técnicas para autogenerar emociones. En la tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento, es una destreza para entender que el estado emocional interno no requiere corresponder con la expresión externa del el que se muestra, tanto en uno mismo como en los otros. En la expresión emocional se refiere a la capacidad para manifestar los sentimientos de manera oportuna. La regulación emocional muestra los propios sentimientos y emociones que comúnmente tienen que ser regulados como dejar de ser menos impulsivos (ira, comportamientos de riesgo) y mantener el autocontrol para prevención emocionales negativas (estrés, ansiedad y depresión). Las capacidades de afrontamiento es una destreza para hacer enfrente emociones negativas por medio de la implementación de tácticas de autorregulación que mejoren la magnitud y la duración de tales estados emocionales. La competencia para autogenerar emociones positivas se refiere a la capacidad para experimentar de manera voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluir) y gozar de la vida.

*La autonomía emocional* engloba las características y elementos relacionados con el proceso y transformación de la persona para poder trabajar la autoestima y mejorar la actitud ante las situaciones de la vida para mantener una responsabilidad para cumplir nuestras actividades y tener la capacidad de enfrentar las situaciones presentes. La autoestima es la imagen positiva que se proyecta de si mismo: tener buenas relaciones sociales y disfrutar en estar en compañía propia. La actitud positiva: capacidad para afrontar los retos de la vida siendo optimista y potente. Responsabilidad: intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos, inclusive frente a la elección de las reacciones a adoptar frente a la vida: positivas o negativas. La autoeficacia emocional: hace mención de la aptitud emocional, la persona se ve a él mismo con capacidad para sentirse como quiere su propia vivencia emocional, tanto si es exclusiva y excéntrica como si es culturalmente común, y esta aprobación está según las creencias del sujeto sobre lo cual constituye un balance. Esencialmente, uno vive según con su “teoría personal sobre las emociones” una vez que muestra autoeficacia emocional que está en consonancia con los propios valores morales. El análisis crítico de las normas sociales: aptitud para valorar estrictamente mensajes sociales, culturales, relativos a reglas sociales y comportamientos propios y la resiliencia: es la aptitud para resistir las situaciones adversas que la vida puede presentar.

La *competencia social* es la capacidad para conservar buenas relaciones con otras personas. esto involucra dominar las capacidades sociales, aptitud para la comunicación positiva, respeto, reacciones, pro-sociales, asertividad, etc. Dominar las capacidades sociales simples: oír, saludar, despedirse, ofrecer las gracias, solicitar un favor, expresar reconocimiento solicitar disculpas, conservar una reacción dialogante, etcétera, respeto por los otros que implica intención de admitir y ver las diferencias particulares y grupales y ver los derechos de cada una de las personas.

Ejercer la comunicación receptiva: capacidad para atender a los otros tanto en la comunicación verbal como no verbal para recibir los mensajes con exactitud y ejercer la comunicación expresiva: capacidad para empezar y conservar conversaciones, manifestar los propios pensamientos y sentimientos con claridad, tanto en comunicación verbal como no verbal, y mostrar a los otros que fueron bien entendidos; compartir emociones: conciencia de que la composición y naturaleza de las colaboraciones vienen en cierta medida definidas tanto por el nivel de inmediatez emocional o sinceridad expresiva como por el nivel de reciprocidad o simetría en la interacción; el comportamiento pro-social y cooperación es decir la capacidad para esperar momento; compartir en situaciones diádicas y de conjunto; conservar reacciones de afabilidad y respeto a los otros. La asertividad, entendida como la capacidad de conservar un comportamiento equilibrado, entre la agresividad y la pasividad. Esto involucra la capacidad para proteger y manifestar los propios derechos, opiniones y sentimientos; mencionar “no” precisamente y mantenerlo; encarar a la presión de conjunto y eludir situaciones en las cuales uno puede verse coaccionado; demorar actuar tomar elecciones en estas situaciones de presión hasta sentirse correctamente preparado, etcétera.

Prevención y solución de conflictos: capacidad para detectar, anticiparse o encarar resolutivamente conflictos sociales e inconvenientes interpersonales. Involucra la capacidad para detectar situaciones que necesitan una solución o elección preventiva y evaluar peligros, barreras y recursos. Una vez que inevitablemente se generan los conflictos, afrontarlos de manera positiva, aportando resoluciones informadas y constructivas. La función de negociación es un aspecto fundamental, que contempla una resolución pacífica, tomando en cuenta el punto de vista y las emociones de los otros. La capacidad de gestionar situaciones emocionales, que implica reconducir situaciones emocionales bastante presentes en los otros que necesitan una regulación. Tenemos la posibilidad de asimilarlo a la capacidad para inducir o regular los sentimientos en los otros

*Las competencias para la vida y el bienestar* hacen referencia a la amplitud para obtener comportamientos propios y causantes para hacer frente satisfactoriamente los retos cotidianos de la vida ya sean privados, expertos o sociales, tales como las situaciones excepcionales con las cuales vamos afrontado. Nos permiten ordenar nuestra vida y forma de pensar de manera sana y balanceada, facilitando situaciones de crecimiento o de confort; fijar fines adaptativos es la capacidad para fijar objetivos positivos y realistas. Tomar de elecciones en situaciones individuales, parientes, académicas, expertos, sociales y de descanso, que acontecen en la vida cotidiana. Implica aceptar la responsabilidad por las propias elecciones, tomando en importancia puntos éticos, sociales y de estabilidad.

Buscar ayuda y recursos es la capacidad para detectar la necesidad de apoyo y ayuda y saber entrar a los recursos accesibles apropiados y finalmente la ciudadanía activa, cívica, responsable, crítica y comprometida. Lo que involucra reconocimiento de los propios derechos y deberes; desarrollo de un sentimiento de pertenencia; colaboración positiva en un sistema democrático; solidaridad y compromiso; ejercicio de valores cívicos; respeto por los valores multiculturales y la pluralidad, etcétera. Esta ciudadanía se lleva a cabo desde el entorno local, sin embargo, se abre a entornos más amplios (autonómico, estatal, europeo, universal, global).

Otro aspecto importante que se pretende abordar trabajar con esta investigación es relacionado con el trabajo colaborativo, porque es la estrategia que se va a emplear para movilizar en los niños esa parte de su desarrollo integral. De acuerdo con Revelo-Sánchez (2018) el trabajo colaborativo es un proceso, en este proceso debido a la interacción entre los miembros del equipo, los conocimientos adquiridos por los individuos superan lo aprendido, saben distinguir y comparas sus puntos de vista, para que tengan un proceso de construcción de conocimiento. El resultado de este proceso es llamado *proceso de construcción del conocimiento.*

Admin (2020) propone las siguientes características del trabajo colaborativos: interdependencia activa, implica que las personas piensen en el colectivo más de lo que piensan en el individuo. Los logros obtenidos corresponden a todos los miembros. Debe haber dependencia positiva y retroalimentación entre los miembros. Esto no significa que cada miembro no tenga una responsabilidad individual; Responsabilidad personal se refiere a que cada miembro tiene su propia tarea para completar la acción y lograr el objetivo final. Cada uno construye, de esta forma, la victoria individual es la victoria del equipo; otra característica es el logro de objetivos comunes, en esto se busca alcanzar los objetivos a través de acciones conjuntas y acciones individuales; heterogeneidad hace referencia a las habilidades, la experiencia y las características de los miembros pueden ser muy diferentes; las habilidades de comunicación y colaboración son necesarias entre los miembros del equipo. La evaluación regular del desempeño del equipo ayudará a las personas y a los colectivos a mejorar la eficiencia. Finalmente, el liderazgo horizontal implica que no haya un líder definido. El liderazgo es horizontal, no vertical ni jerárquico. Todos los miembros participan en colaboración. Cada uno es parte de la toma de decisiones y la resolución de conflictos. Sin embargo, debe evitarse el consentimiento excesivo. Esto reducirá la productividad y la eficiencia del trabajo.

El contexto histórico en que se presenta este trabajo fue en el marco de la pandemia que abarcó los años 2020-2021 hasta el momento. De acuerdo con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (2020) los coronavirus son una amplia familia de virus que pueden causar enfermedades en animales y humanos. En los seres humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias, que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como el síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS). El coronavirus recientemente descubierto puede causar la enfermedad por coronavirus COVID-19. Es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus y se ha descubierto recientemente. Antes del brote de gripe aviar en Wuhan, China, en diciembre de 2019, no se conocía ni el nuevo virus ni la nueva enfermedad.

Este coronavirus se caracteriza por: la forma en que se ve afectado el COVID-19 varía de persona a persona. La mayoría de las personas infectadas tienen síntomas leves o moderados y se recuperan sin hospitalización. Los síntomas más habituales son los siguientes: fiebre, tos seca y cansancio. Algunos pacientes pueden tener dolor, congestión nasal, secreción nasal, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen gradualmente. Algunas personas están infectadas con el virus, pero no presentan síntomas ni molestias. La mayoría de las personas (alrededor del 80%) pueden recuperarse de la enfermedad sin ningún tratamiento especial. Aproximadamente una de cada seis personas infectadas con COVID-19 tiene una enfermedad grave y dificultad para respirar. Los adultos mayores y las personas con enfermedades subyacentes (como presión arterial alta, enfermedades.

De acuerdo con Carrascosa (2020) el impacto que está teniendo el COVID en el aspecto socioemocional para iniciar es que es una nueva situación que sorprendió a todos. Ante panoramas improvisados ​​y ciertas averías en la gestión de situaciones, no podemos esperar que nos traigan seguridad y tranquilidad. Información. Día tras día, la inconsistencia, los cambios en diferentes direcciones producirán duda, desconfianza y miedo. Somos nosotros los que tenemos que encontrar las llaves, estas llaves pueden ayudarnos a mantener la calma, la firmeza y la seguridad, para lo cual recomiendo un plan de acción emocional.

El bienestar emocional está íntimamente relacionado con el goce interior relacionado con el momento, tarea o actividad. Esta situación te invita a pensar demasiado. Darnos cuenta de la atención plena puede aclarar la mente, atraparnos en lo que estamos haciendo,

La implementación de estrategias socioemocionales a distancia o hibrida permitían realmente aprendizajes significativos en los niños. La participación de los padres de familia centrándose en la movilización de aprendizajes socioemocionales.

Delgado (2020) menciona que en las situaciones atípicas o extremas en las que todos estamos ante la pandemia de coronavirus, es necesario aprender a actuar ante la incertidumbre para dejarse engullir por falsas noticias o pánico de supervivencia, lo cual es peligroso porque no ayuda. Resuelve problemas complejos porque hace que las personas sean pasivas, no deliberadas.

Una opción para evitar caer en modo supervivencia es poner nombre a nuestras emociones, porque embotellarlas puede hacernos explotar de forma negativa. Una vez que exprese sus emociones, podrá controlarlas y normalizarlas más fácilmente. Es decir, observar las emociones y nombrarlas provocará la parte adulta, en lugar de ser procesadas por ellas.

Durante este tiempo que se ha llevado en pandemia es importante que los padres de familia o tutores asignen rutinas; ya que mencionan las rutinas ayudan a tener una buena organización en la vida diaria y evitar complicaciones. Cuando la rutina es regular, predecible y consistente, hay un mejor desarrollo en el niño. Uno de los mayores desafíos que enfrentan las familias es establecer rutinas cómodas y efectivas para mantener un buen equilibrio entre la rigidez y el aburrimiento.

Del Rio (2020) menciona que es normal que los niños experimenten cambios de humor y es vital apoyarlos y contenerlos durante una pandemia. Es importante tener rutinas. Para los niños, levantarse, lavar la ropa, ponerse la ropa, hacer los deberes, etc. Ahora bien, no debemos ser rígidos en estos momentos en los que no sabemos qué va a pasar, por eso debemos ser flexibles y pacientes. Porque quizás no todos los días podamos seguir la ruta establecida. La incertidumbre y las limitaciones provocadas por la pandemia han afectado la salud mental de la población, incluidos los niños. Hoy en día, los síntomas de ansiedad, los cambios de humor, las mayores exigencias a los padres y otros efectos son cada vez más comunes. Con la llegada del coronavirus, la dinámica familiar tiene que cambiar y adaptarse a este nuevo estilo de vida.

Las estrategias de aprendizaje son concebidas desde diferentes visiones y a partir de diversos aspectos. En el campo educativo han sido muchas las definiciones. Según Schmeck (1988); Schunk (1991) “las estrategias de aprendizaje son secuencias de procedimientos o planes orientados hacia la consecución de metas de aprendizaje, mientras que los procedimientos específicos dentro de esa secuencia se denominan tácticas de aprendizaje. Las estrategias de aprendizaje son procedimientos (conjunto de pasos, operaciones o habilidades) que un aprendiz emplea en forma consciente, controlada e intencional como instrumentos flexibles para aprender significativamente y solucionar problemas (Díaz Barriga, Castañeda y 1986; Gaskins y Elliot, 1998). Son guías flexibles y conscientes para lograr las metas planteadas en el proceso de aprendizaje. Como guía, debe determinar los pasos en función de la naturaleza de la estrategia. En particular, la estrategia de aprendizaje de la educación a distancia debe considerar las características de los adultos. A continuación, se dan a conocer las siguientes estrategias propuestas en poner en práctica el trabajo en el desarrollo de habilidades socioemocionales

* Seguridad emocional familiar

Con el objetivo de ayudar a las familias a identificar y practicar estrategias para manejar los desacuerdos y la ira de manera que se promueva el aprendizaje social y emocional y la seguridad emocional. Ayuda a obtener una comprensión general de cómo funciona el cerebro bajo mucha presión, para comprender por qué se hace un plan. Siempre que el miedo, la ansiedad, la ira o el dolor lo conmuevan emocionalmente, se comienza a trabajar desde la amígdala principal de su cerebro. Hay sustancias químicas que se infiltran en el resto de su cerebro y cortan los canales, por lo que su única capacidad funcional está en el centro de su supervivencia. Los métodos eficaces de resolución de problemas requieren acceso a la lógica, el lenguaje y la creatividad de los centros de control, aunque estos centros de control no se pueden utilizar cuando están gravemente interrumpidos. Por lo tanto, si su plan enoja a su hijo cuando la decisión incorrecta es considerar las consecuencias lógicas en el acto, entonces no podrá llevar a cabo este nivel superior de pensamiento.

* El manejo de estrés con atención plena

El propósito es animar a los participantes a practicar la autoconciencia.

Como una forma de manejar el estrés y el ánimo. Mantenga interacciones positivas con los miembros de la familia, incluso cuando esté estresado. Al modelar la habilidad en presencia de otros miembros de la familia, esta estrategia puede convertirse en un hábito familiar.

* Ayudar a los niños a lidiar con el miedo

Con el propósito de brindar a los padres de familia estrategias para ayudar a los niños a manejar el miedo practicando la autoconciencia y la autogestión.

La respuesta emocional es una función biológica clave que ayuda a los bebés y los niños a sobrevivir. Puede haber peligro en determinadas incógnitas o incógnitas, razón por la cual los bebés buscan tu ayuda en estos momentos. Los niños pequeños pueden tener miedo de los ruidos fuertes, la separación de sus padres y los objetos grandes. Los niños en edad preescolar pueden tener miedo a las tormentas, la oscuridad, los monstruos, los poderes mágicos o sobrenaturales o el ruido. Los niños en edad escolar comienzan a preocuparse por los problemas que nos preocupan cuando somos adultos, como el fracaso, la muerte, el rechazo de los compañeros y los desastres naturales. Cada persona experimenta el miedo de manera diferente. No se puede predecir qué miedos particulares tendrá o desarrollará su hijo. La clave es prestar atención a los miedos y trabajar para comprenderlos.

**Marco de referencia**

Se encontraron investigaciones acerca de las competencias emocionales (Bisquerra-Alzina y Pérez- Escoda, 2020) se consideran parte de la capacidad personal y otra en la que desataca, la inminente propagación del COVID19 a México, implementando estrategias de prevención y contención, sustentadas en la educación y la formación de los valores que la identifican. Los trabajos que rodean estas habilidades se exponen y brindan una estructura conceptual y sistemática en cinco áreas principales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, habilidades sociales, habilidades para la vida y felicidad.

Menciona la aplicación de la competencia emocional en los negocios, la salud y la educación. Para aclarar el concepto, se estableció una distinción entre inteligencia emocional, habilidad y educación emocionales. La competencia emocional es un constructo amplio que incluye diversos procesos y provoca una variedad de consecuencias. Diversas propuestas se han elaborado con la intención de describir este constructo. Sin ánimo de ser exhaustivos revisaremos seguidamente algunas de ellas.

Paulette Delgado Tony Schwartz, (2020) realizaron una investigación basada en la inteligencia emocional en tiempos de pandemia. Aseguran que las emociones negativas como el estrés, la fatiga, y el pánico pueden ser tan contagiosas como el nuevo coronavirus. Ellos explican que el ser humano cuenta con dos maneras de reaccionar: la infantil y la adulta. La parte infantil es aquella que es más indefensa y vulnerable, (una persona abrumada, por ejemplo), mientras que la adulta es aquella persona que mantiene la calma ante este tipo de situaciones, para poder tranquilizar a la parte infantil. De acuerdo con Schartz y Pines, la clave para que la parte adulta pueda calmar a la infantil se encuentra en la inteligencia emocional.

La UNAM, siempre ha estado a la vanguardia, se espera que el COVID19 se extienda pronto a México, con el apoyo de la educación y la implementación de estrategias de prevención y contención en el proceso de determinación de su valor.

En esta investigación utiliza la investigación acción y la investigación cuasiexperimental. Para Saarni (2000), cuando se expresan emociones en el comercio social, la competencia emocional se relaciona con la prueba de autoeficacia ("comercio social inducido por la emoción"). El autor define la autoeficacia como la capacidad que debe poseer un individuo para alcanzar las metas esperadas. Para tener un sentido de autoeficacia, debe comprender sus propias emociones y tener la capacidad de regularlas para lograr el efecto deseado.

Tony y Emily (2020) describen esta etapa como de supervivencia y puede ser peligrosa porque no ayuda a resolver problemas complejos porque hace que la gente reaccione, no que se libere. Una opción para evitar caer en modo supervivencia es ponerles nombre a nuestras emociones, porque embotellarlas hará que explotemos de forma negativa. Una vez que se expresa la emoción, es más fácil controlarla y normalizarla. Es decir, observar las emociones y nombrarlas provocará la parte adulta, en lugar de ser procesadas por ellas. La UNAM estudia cómo optimizar las redes sociales y promover la participación de los estudiantes para difundir, informar, promover y gestionar los cambios de comportamiento en niños pequeños y adultos durante una pandemia. De manera similar, los gerentes pueden explorar estrategias de intervención en las escuelas para diseñar ejercicios integrales para prevenir riesgos y mejorar la resiliencia.

**Capítulo III**

**Metodología**

La metodología que se empleará es cualitativa pueden aplicar debido a la forma de trabajo que estamos de manera hibrida llevando bajo un enfoque etnográfico ya que se describirá cómo se da la colaboración de los padres de la comunidad en las acciones que se implementen para habilitarlos en el trabajo en casa para desarrollar en sus hijos habilidades socioemocionales. El paradigma más pertinente para el análisis de mi intervención es el cualitativo. Se enfoca en recolectar y analizar la información. Best y Kahn (1989) señalan que la investigación cualitativa tiende a centrarse en la exploración de un limitado pero detallado estudio de casos y su objetivo es lograr profundidad y no amplitud. Con un diseño etnográfico que es definido por Álvarez-Gayou (citado en Hernandez-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista-Lucio, 2010, p.501) como la descripción y análisis de lo que las personas de un sitio, estrato o contexto determinado hacen usualmente”. Para Hernandez-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista-Lucio (2010, p.504) un estudio etnográfico investiga grupos o comunidades que comparten una cultura: el investigador selecciona el lugar, detecta a los participantes, de ese modo recolecta y analiza los datos, así mismo provee un retrato de los eventos cotidianos.”

Las técnicas empleadas para la recolección de información fueron la observación participante y la entrevista semiestructurada. La primera se define como un método interactivo de recogida de información que requiere de la implicación del observador en los acontecimientos observados, ya que permite obtener percepciones de la realidad estudiada, que difícilmente podríamos lograr sin implicarnos de una manera afectiva (Rodríguez, Gil y García, 1996). Mientras que la segunda se define como el instrumento técnico que adopta la forma de un diálogo coloquial. Canales la define como "la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto" (Canales, 2006, p. 163).

**Capítulo IV**

**Resultados**

Se implementó un proyecto social con padres de manera conjunta a lo que se hacía con los niños. El proyecto social para trabajar con los padres del ejido Santo Domingo del municipio de Saltillo, Coah. Denominado Dale Like a Mis Emociones. El cual se decidido aplicar por la situación histórica que se vive en la sociedad derivada de la pandemia generada por el SARS COV2 que ha provocado la presencia de problemas de tipo social como el desempleo, el incremento de violencia intrafamiliar, de género, crisis económica, etc. Lo que hace necesario y urgente la intervención desde las aulas de preescolar para proporcionar a los padres y niños recursos emocionales que les permitan hacer frente de manera constructiva a dichas condiciones. Es compromiso ético del educador buscar solución a problemáticas socioeducativas que afecten el desarrollo integral del niño, por lo cual este proyecto es de gran viabilidad.

Por otro lado, se consideró que los docentes debemos estar presentes con los alumnos en la comunicación asertiva entre sus conocimientos y expresiones. Así, los padres de familia colaboraran con el aprendizaje en casa y en ayudar a promover en fortalecer el área emocional de sus hijos. Si se busca tener alumnos debemos poner el ejemplo y consejos; buscar ayuda cuando se necesite y que el dialogo que se entable con los padres de familia sea prudente y de carácter profesional

Por ello, me planteo el interés que tiene una buena educación emocional desde la familia, porque es el primer contexto con el que se relaciona el niño.

El propósito del proyecto fue implementar actividades prácticas con los padres para dar herramientas que se puedan aplicar en casa y reforzar el trabajo con los niños en el área socioemocional. Inicialmente se trabajó con 11 padres y para finalizar con 9, ya que 2 niños se mudaron de comunidad. Se inició en el mes de septiembre y finalizó el mes de mayo.

A manera general las acciones que se realizaron fueron: indagar información respecto a la problemática (educación socioemocional), gestión de recursos, invitación a padres y 7 sesiones. La primera fue informativa, las siguientes 5 se trabajaron los temas: Bienestar emocional en la familia, expresión emocional en la familia, taller de las emociones comunicación afectiva y ¿Qué son las emociones?: Dale like a tus emociones. Finalmente, una sesión de evaluación. De manera permanente se enviaron audios y videos consejos prácticos para reforzar los temas de las sesiones.

Con los niños se aplicaron también ejercicios de enraizamiento y mindfulness que antecedían las situaciones didácticas con base en los aprendizajes esperados del área socioemocional.

En seguida se describen cinco sesiones del trabajo con padres para analizar el nivel de su participación.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Sesión 1: Bienestar emocional en la familia | Tema: Los padres pueden controlar sus emociones | Número de asistentes  9 |
| Breve descripción del tema:  En el Jardín de niños Preescolar-Mestizo pertenecientes a la comunidad Santo Domingo; se llevó a cabo la primera sección “*Bienestar emocional en la familia con el tema “Los padres pueden controlar sus emociones”* impartido por la coach Patricia Moreno Garibay. La coach Paty dice que “*para que la labor de crianza sea lo más fructífera y beneficiosa viable, hace falta que nosotros como mamás seamos conscientes antes que nada, de que ejercemos una gigantesca predominación sobre nuestros hijos e hijas, puesto que ellos perciben y aprenden todo lo que ustedes y los papás y el demás entorno en el que conviven realizan; en segundo sitio, tienen que saber que las maneras de actuar y contestar frente a las conductas de sus hijos, producen en ellos conductas, emociones y pensamientos.* Una de las maneras en cómo podemos trabajar las emociones en casa es: Aprender a identificar y aceptar sus emociones mientras ocurren, tanto positivas como la alegría o negativas como el enfado o la tristeza, todas forman parte de nuestro sentir en diferentes circunstancias, lo importante es poder expresarlas de una manera equilibrada, esto se llama comunicación asertiva y promueve sentimientos de seguridad, independencia y autoestima. | | |
| Describir la participación:  Se contó con la participación de 9 madres de familia, en las que estaban atentas y participativas a la micro conferencia, ya que era la primera vez que escuchaban o tocaban el tema sobre el enfoque socioemocional y como trabajarlo en casa ya no solo cuentan con niños de preescolar la mayoría tienen 2 o 3 hijos que cursan primaria superior.  Se vio reflejada como trabajar para sí mismas lo socioemocional, porque ellas pasan las 24 horas atendiendo y realizando los quehaceres del hogar y las tareas y actividades de los niños y las niñas. Por ello, surgieron las dudas y técnicas para saber identificar o saber expresarse adecuadamente ante las situaciones. | | |
| Sesión 2: Expresión emocional en la familia | Tema: Técnicas para expresar sentimientos en familia | Número de asistentes  13 |
| Breve descripción del tema:  Durante esta sección la coach Paty y yo como educadora titular del jardín de niños preescolar-mestizo perteneciente al ejido Santo Domingo. Expusimos el tema “Expresión emocional en la familia el tema a conocer fue “Técnicas para expresar sentimientos en familia” se narró que estas técnicas no solo sirven para que los niños o adolescentes las pongan en práctica, incluso los padres de familia pueden trabajarlas en conjunto con sus hijos e hijas. Estas técnicas tienen como propósito el manejo de habilidades para una convivencia sana en el entorno familiar para trabajar la comunicación y la resolución de problemas, en conjunto aplicamos estas técnicas en las que se trabajó con los alumnos que asistieron junto con sus mamás. | | |
| Describir la participación:  Se contó la participación de 6 alumnos y 7 mamás en donde a través de la temática y a la información proporcionada; trabajaron en colaboración estas técnicas para trabajar las emociones que fueron: “Globos de las emociones”, “Botiquín de las emociones y “Pintura tranquilizante. Puedo decir que hubo respuestas positivas ya que fueron actividades innovadoras y nuevas para los niños como para las mamás se vio más fuerte el vinculo entre ellos trabajando y expresando lo que sentían. | | |
| Sesión 3: ¿Cómo solucionar conflictos en familia? | Tema: Resolución de conflictos | Número de asistentes  6 |
| Breve descripción del tema:  Para trabajar esta sección se dio a conocer el tema “Resolver conflictos” cuando se presentan en el ambiente familiar. En primer lugar, decir que el conflicto es inherente a los humanos vivimos en una sociedad y por tanto los surgen. Lo que es curioso es que en relación con los niños cuando presencias estas situaciones aprendemos de ellos, aprendemos a desarrollar estrategias de resolución de problemas, aprendemos de nosotros mismos y, por lo tanto, usamos el conflicto como algo positivo para aprender como una nueva oportunidad de aprendizaje. La cuestión es: ¿Cuál es nuestro papel como adultos en esta gestión del conflicto:  La primera y esencial es que nosotros los adultos ya sea en el aula o en casa lo importante es que controlemos nuestro propio comportamiento nosotros somos el ejemplo y por tanto como esperemos que reaccionen ellos delante un conflicto si nosotros no somos capaces de controlar nuestro propio comportamiento por tanto somos el modelo y por tanto es esencial controlar el comportamiento si en un momento determinado no podemos debemos generar estrategias para conseguirlo ya sea salir un momento aprender a respirar contar hasta diez etcéteras, pero importantísimo controlar nuestro propio comportamiento.  En segundo lugar, a conectar antes de corregir es mucho más efectivo si antes de dar una corrección hemos desarrollado un sentido de cercanía así hemos si hemos de alguna manera nos hemos acercado si hemos validado las emociones y les hemos dicho por ejemplo si estamos en el aula me importa muchísimo y por esto estoy absolutamente convencida que podemos encontrar una solución a este problema si hemos reducido la distancia es mucho más efectiva esta corrección cuando antes hay conexión cuando hemos validado emociones cuando nos hemos acercado porque de alguna manera ya no tenemos ese clima de hostilidad y por tanto que nos separa de esta solución del conflicto  y por último a esto en relación a este controlar el comportamiento | | |
| Describir la participación:  En esta ocasión asistieron 6 madres de familia en las que aprendieron y esta vez pocas expresaron su participación porque normalmente la manera en que resuelven conflictos con sus hijos es que a veces no los dejan pasar; ya sé que el niño o la niña no quiere trabajar o realizar la tarea o ayudar en casa. | | |
| Sesión 4: Comunicación afectiva | Tema: La inteligencia emocional y habilidades asertivas | Número de asistentes  8 |
| Breve descripción del tema:  La inteligencia emocional está íntimamente vinculada con el autoconocimiento y el desarrollo de la autoestima. En la fase interpersonal, en el aspecto de la relación con los demás, la inteligencia emocional se vincula, en cambio, con las habilidades sociales, sobre todo con el asertividad.  El asertividad consiste en la habilidad para comunicarnos y relacionarnos desde el respeto propio y ajeno. Es decir, se trata de saber relacionarnos respetando a los demás y respetándonos a nosotros mismos.  L asertividad es la habilidad de comunicarnos (comunicación asertiva) y relacionarnos desde el respeto a uno mismo y a los demás. Es una habilidad social básica ya que nos permite defendernos y expresarnos sin atacar, ni dañar a los demás.  Los niños tienen que aprender esta habilidad básica para no dejarse llevar por los demás, para ser capaces de defender sus opiniones, gustos, e intereses, pero sin dañar o atacar a los demás. | | |
| Describir la participación:  En este punto, se explicó a las mamás porque los niños en etapa de preescolar deben practicar esta habilidad.  Para expresarse sin dejarse influenciar y sin dejarse llevar por los demás, desde el respeto a uno mismo.  Les permite decir que no a los demás.  Esencial para escuchar al otro y respetarle  Ayuda a ser responsables de sus actos  Mantener el equilibrio emocional | | |
| Sesión 5: ¿Qué son las emociones? | Tema: Dale like a tus emociones | Número de asistentes  15 |
| Breve descripción del tema:  Una emoción y distinguirla de un sentimiento porque no es la misma cosa ahora sí vamos a ver las emociones el estado físico que surge de un estímulo externo otra característica de una emociones precede al sentimiento siento y luego externo lo que es emoción otra característica es que la emoción puede ser observada fácilmente por otros lo perciben los demás por más que lo queramos nosotros ocultar otra característica es que aparece en forma brusca y es muy intensa los Estados afectivos de las emociones son pasajeros y finalmente una característica es que los Estados afectivos también son pasajeros sí aquí podemos ver que las emociones básicas son la alegría el miedo el desagrado la ira la tristeza el desagrado también la mencionan ahora como lo que es el asco pero ahora vamos a ver qué son los sentimientos los sentimientos permiten a las personas en un estado consciente y anímico que pueda aflorar estos son posteriores a las emociones es decir si a mí me llega una emoción de tristeza es porque yo ya tuve un sentimiento en donde se involucró el pensamiento y pues ahora puedo manifestar que estoy triste puedo llorar me puedo angustiar etcétera no son fáciles de observar por otras personas porque los sentimientos eso sí los llevamos ocultos | | |
| Describir la participación:  Las mamas fueron atenta y ellas estuvieron de forma oyentes porque este tema fue una conferencia en línea dirigida por la coach Paty en forma de video porque debido a que estaba muy largo el documento se tuvo que ver visto por parte en videos.  Porque como seres humanos para empezar tenemos todas las cualidades habilidades y herramientas para ser esos seres equilibrados emocionalmente y alcanzar la felicidad | | |
| Sesión de evaluación | Número de asistentes | |
| Describir la participación: | | |

**Capítulo V**

**Conclusiones**

**Referencias**

Bisquerra, A. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. En Educación, vol. XX1, núm. 10, pp. 61-82. Disponible en <https://www.redalyc.org/pdf/706/70601005.pdf>

Canales Cerón M. (2006*). Metodologías de la investigación social*. Santiago: LOM Ediciones.

Rodríguez, G., Gil, J. y García, E. (1996). Metodología de la Investigación Cualitativa. Málaga: Ediciones Aljibe.

Muñoz-Gómez, W., Ortega-Álvarez, B., Magnolia, F., Ramírez, Q., Gisella, A., y Mosquera, R. (n.d.). <https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/bitstream/handle/20.500.12746/814/Ortega_Alvarez_Beatriz_Emilce_Articulo_2013.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pilar, del, Andrea, P., & Cristina, S. (2019). Influencia de las relaciones familiares en la primera infancia. Poiésis, 0(36), 164–183. (Pilar et al., 2019) <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/3196/2457>

“Inteligencia Emocional”, de Daniel Goleman | Leader Summaries. (2020). Leader Summaries <https://www.leadersummaries.com/es/libros/detalle/inteligencia-emocional>

Revelo-Sánchez, O., Collazos-Ordóñez, C. A., & Jiménez-Toledo, J. A. (2018). El trabajo colaborativo como estrategia didáctica para la enseñanza/aprendizaje de la programación: una revisión sistemática de literatura. TecnoLógicas, 21(41), 115–134. (Revelo-Sánchez et al., 2018) <https://doi.org/10.22430/22565337.731>

Admin. (2020, July 14). Qué es el trabajo colaborativo: sus características y cómo... Avantel; Avantel.

[https://www.avantel.co/blog/emprendimiento/que-es-el-trabajo-colaborativo-sus-caracteristicas-y-como implementarlo/#:~:text=El%20trabajo%20colaborativo%20se%20da,tambi%C3%A9n%20sus%20habilidades%20y%20actitudes](https://www.avantel.co/blog/emprendimiento/que-es-el-trabajo-colaborativo-sus-caracteristicas-y-como%20implementarlo/#:~:text=El%20trabajo%20colaborativo%20se%20da,tambi%C3%A9n%20sus%20habilidades%20y%20actitudes).

CDC. (2020, February 11). Nuevo coronavirus 2019. Centers for Disease Control and Prevention. (CDC, 2020) <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Findex-sp.html>

Rafael Bisquerra Alzina, & Núria Pérez Escoda. (2020). LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES. Educación XX1, 10(1). (Rafael Bisquerra Alzina & Núria Pérez Escoda, 2020) <http://revistas.uned.es/index.php/educacionXX1/article/view/297/253>

Desarrollo de competencias socioemocionales. (n.d.). Retrieved November 30, 2020, from <https://www.septlaxcala.gob.mx/convivencia_escolar/materiales_educativos_pnce_2019/fichero_pnce_socioemocionales/02_competencias_socioemocionales.pdf>

2019 Novel Coronavirus. (2019). Who.Int. <https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQiAqo3-BRDoARIsAE5vnaLVheVqyRYbn3z3E-upH63tcUad5NweryuiR2JtQ4vP32lFs0skKPAaAsPhEALw_wcB>

(2018). *EDUCACIÓN EMOCIONAL. Propuestas para educadores y familias. Rafael Bisquerra (Coord.) | The Big Bag Teacher*. Thebigbagteacher.com. <https://thebigbagteacher.com/2018/04/30/educacion-emocional-propuestas-para-educadores-y-familias-rafael-bisquerra-coord/>

Isabel Jover Jiménez. (2015, May 4). *Metodología para la solución de problemas*

*proyectos de mejora empresarial* Gestiopolis.<https://www.gestiopolis.com/metodologia-para-la-solucion-de-problemas-y-proyectos-de-mejora-empresarial/>

(*La importancia de las rutinas de la familia*, 2021) <https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/family-dynamics/Paginas/the-importance-of-family-routines.aspx>

Castro, P. (2019, February 21). ¿Qué es la Educación Socioemocional? Timoneducacion.com. <https://timoneducacion.com/blog/articulos/28-que-es-la-educacion-socioemocional>

¿Qué son las estrategias de aprendizaje (<https://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/Estaticos/contenidos.pdf>

Díaz, F. and Arceo, B. (*ESTRATEGIAS PARA EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO: FUNDAMENTOS, ADQUISICIÓN Y MODELOS DE INTERVENCIÓN*. [online].Availabl eat: <http://prepatlajomulco.sems.udg.mx/sites/default/files/1._diaz-barriga_fundamentos_buenoestrategias_2.pdf>.

Evers, T. and Estado, D. (n.d.). *Competencias del aprendizaje social y emocional Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin*. [online] . Available at: https://dpi.wi.gov/sites/default/files/imce/sspw/social\_emotional\_learning\_competencies\_print\_ES.pdf [Accessed 22 Feb. 2021].

Libros, L. Libro proporcionado por el equipo. [online]. Available at: <https://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2017/08/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>.

Kring, L. (2013). The 5 Main Tenets of Mindful Parenting. [online] HuffPost. Available at: https://www.huffpost.com/entry/the-5-main-tenets-of-mindful-parenting\_b\_4086080 [Accessed 22 Feb. 2021].

Dingfelder, S.F. (2021). Fighting children’s fears, fast. [online] https://www.apa.org. Available at: https://www.apa.org/monitor/julaug05/fighting [Accessed 22 Feb. 2021].

‌

‌

**Anexos**