

**ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**ESTRATEGIAS PARA EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL**

**ALUMNAS:**

**Estefanía Hernández Aguilón**

**Karen Marisol Martínez Reyes**

**Mariel Reséndiz Villarreal**

**GRADO Y SECCIÓN: 2 A**

**DOCENTE: Ma. Efigenia Maury Arredondo**

**Saltillo, Coahuila, 8 de Junio de 2022**

La Educación Socioemocional es un proceso de aprendizaje en el que los estudiantes integran a su vida valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones. Esto les ayuda a construir identidad personal, cuidado, a establecer relaciones y a tomar decisiones.

Tiene como objetivo que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas para generar sentido de bienestar con ellos mismos y con los demás, esto puede ser mediante rutinas asociadas a las actividades escolares. También que aprendan a lidiar con sus emociones e impulsos para poder relacionarse.

¿Qué son las estrategias socioemocionales?

Es el proceso mediante el cual las personas adquieren las competencias que les permiten reconocer y gestionar sus emociones, establecer y mantener relaciones constructivas basadas en la empatía, el entendimiento y la colaboración, así como tomar decisiones responsables y perseverar para alcanzar metas.

1. AUTOCONSCIENCIA

La capacidad de reconocer las emociones, valores y pensamientos propios, entendiendo cómo estos aspectos influencian el comportamiento en distintos contextos.

2. AUTOGESTIÓN

Esta es la habilidad de manejar las propias emociones, pensamientos y comportamientos de manera efectiva, en distintas situaciones, con el propósito de lograr las metas personales.

3. CONCIENCIA SOCIAL

Esta competencia significa poder entender distintas perspectivas y tener la capacidad de empatizar con otros, incluyendo a aquellos que provienen de orígenes y culturas distintas.

4. HABILIDADES RELACIONALES

Las habilidades para poder mantener relaciones sanas que sean una fuente de apoyo y la capacidad de navegar contextos variados compartiendo con diversas personas.

5. TOMA DE DECISIONES RESPONSABLES

Las capacidades para tomar decisiones constructivas y cuidadosas con respecto al comportamiento personal y las interacciones sociales a través de situaciones diversas.

**Las estrategias para implementar estas habilidades en el marco educacional dependen de la construcción de ambientes de aprendizaje equitativos, donde se establezcan programas y proyectos educacionales basados en evidencia.**

**También, es recomendable que la educación socioemocional no se limite al aula o a unos pocos estudiantes, sino que más, bien sea una perspectiva que se adopte en las escuelas, los hogares, e incluso, en la agenda educacional del gobierno.**

“Jugar con "EL TEATRILLO DE LAS EMOCIONES"

Esta actividad consiste en crear un pequeño guiñol o teatro donde representaremos historias inventadas por los propios niños y donde aparecerán diferentes emociones.   
  
Para ello necesitamos:

* **Algunos personajes**: que pueden ser juguetes o figuritas (que tengamos en casa o en el aula) o marionetas o peluches o títeres de palo que podemos hacer de forma casera, por ejemplo, con personajes de nuestros cuentos preferidos. En el pdf final te incluyo algunos para imprimir y colorear.
* **Dos dados**: uno con las emociones básicas y otro con objetos o lugares. En el pdf final tienes el imprimible para armarlos.

**Como se juega:**  
  
El niño escoge sus personajes y tira los dados dos veces. Ahora debe inventar (y representar) una historia donde aparezcan las dos emociones que le han salido y los dos elementos del otro dado.

**“CUENTOS de EMOCIONES”**

Como ya he comentado antes, los libros pueden ser nuestros grandes aliados en la educación emocional de los niños.   
  
Por ejemplo: nos ayudan a tener mayor vocabulario emocional, a reconocer e identificar emociones, a comprender nuestras experiencias vitales (pasadas o futuras), a empatizar con los demás, a poner consciencia y palabras a lo que nos sucede (eso nos ayuda a sobrellevarlo mejor), nos muestran modelos y estrategias para resolver conflictos, nos reconfortan, fomentan el diálogo,...  
  
¡Y un sinfín de cosas más!

Lo más importante es:

* Escoger bien el cuento para que nos ayude a trabajar las emociones de forma correcta, pero sin perder de vista a la función básica de la literatura en la infancia: que es entretener, divertir y enganchar al lector. Tienes las claves y algunos ejemplos en [Cuentos para la Educación Emocional](http://www.clubpequeslectores.com/2017/01/cuentos-para-educacion-emocional.html)
* Aprovechar la lectura para reflexionar con los niños en qué momentos han experimentado ellos esas emociones a lo largo de su día y, si procede, qué hicieron o podrían haber hecho para sentirse de otra manera.

### Juego "MEMORAMA DE EMOCIONES"

Con las fotografías de la actividad anterior podemos montar un memorama casero de emociones.   
  
Necesitamos imprimir un par de fotografías del niño expresando cada emoción. Luego las pegamos en tarjetas idénticas que podemos hacer con cartones cuadrados. ¡A jugar!

Recuerda que se ponen las piezas boca abajo y cada participante las va levantando de dos en dos. Si son iguales, se las queda y vuelve a tirar. Gana quien tiene más parejas.  
  
Podemos aumentar la dificultad añadiendo más emociones o colocando fotos de dos niños distintos para una misma emoción.

### "MÍMICA DE EMOCIONES"

Se preparan varias tarjetas y se escribe en ellas diferentes emociones (te dejo un imprimible en el pdf final).  
  
Luego el niño coge una tarjeta y debe representar la emoción mímicamente. El resto debe adivinarla. Quien la acierta es el siguiente en salir. Si somos muchos, podemos hacer grupos.

Podemos incrementar la dificultad poniendo emociones o sentimientos menos conocidos por los niños. Con esta actividad tan fácil los niños aprenden vocabulario emocional, a poner palabras a cosas que han sentido, a fijarse en cómo se manifiestan sus sentimientos en todo el cuerpo, a observar a los demás, a prestar atención a la comunicación emocional no verbal y a los gestos y expresiones corporales de las emociones.