

# ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR

## Licenciatura en Educación preescolar

Ciclo escolar 2022 – 2023



Escuela Normal de  
**Educación  
Preescolar**

Tutoría

**Nombre de la alumna:** Vanessa Garza De Alba

**Grupo:** 3° A

**Numero de lista:** 11

*Reflexión sobre el curso*

**Nombre del docente:** Karla García Pimentel

Tema: Tutoría como curso durante sexto semestre

**Saltillo, Coahuila**

**28 de junio de 2023**

# Reflexión sobre el curso de tutoría en sexto semestre

En el transcurso de este semestre pude abordar diversos temas en las líneas de acción, de los cuales pude obtener aprendizajes significativos no solo en mi formación docente, sino también en mi vida personal. Uno de ellos fue sobre las habilidades socioemocionales, que también pueden ser llamadas alfabetización emocional, esto puede ayudar a saber qué sentimos y cómo lo sentimos, aunque no es una tarea fácil. En este contexto, la alfabetización emocional surge como alternativa para rellenar todos esos vacíos emocionales que aún nos persiguen. Anteriormente, nadie nos enseñó qué son las emociones, qué funciones tienen o cómo podemos identificarlas. Ningún curso se preocupó de ello, o bueno, nos enseñaban a preocuparnos por las emociones de los alumnos, mas no las de nosotros y ni siquiera era considerado como algo importante para nuestra educación.

La alfabetización emocional consiste en enseñar qué son las emociones, para qué nos sirven y cómo se expresan. Es enseñar a comprenderse y a comprender a los demás a nivel emocional

Hoy en día, además de seres sociales, sabemos que somos seres emocionales y que dependiendo de cómo formamos nuestro diálogo interno, así nos encontraremos.

El inculcar el conocimiento de las emociones desde las aulas pretende que aprendamos a ser inteligentes para ser felices tanto nosotros como nuestros futuros alumnos. Con esto me refiero a que, no solo es importante atender a qué y cómo tenemos que vivenciar todo aquello que sentimos; sino que su expresión, junto a cómo debemos procesar la información que las emociones nos transmiten y finalmente, cómo las gestionamos influye en nuestro bienestar psicológico.

Además, de este proceso de enseñanza y aprendizaje no solo los niños se benefician, los docentes, futuros docentes y toda la comunidad educativa también recibe parte del interés precisamente al mostrarlo. Y de alguna manera, también los padres si quieren e intentan afianzar con sus hijos lo aprendido en clase.