

## La autonomía emocional en la primera infancia como una habilidad para la vida

### Emotional autonomy in early childhood as a life skill

Emily Valeria Herrera Berrones<sup>1</sup> ([emilyherreraberrones@tsachila.edu.ec](mailto:emilyherreraberrones@tsachila.edu.ec)), (<https://orcid.org/0009-0001-3761-7755>)

Lizbeth Tatiana Pastrana Bozada<sup>2</sup> ([lizbethpastranabozada@tsachila.edu.ec](mailto:lizbethpastranabozada@tsachila.edu.ec)), (<https://orcid.org/0009-0001-0562-3042>)

Inés Beatriz Rendón Bautista<sup>3</sup> ([inesrendon@tsachila.edu.ec](mailto:inesrendon@tsachila.edu.ec)), (<https://orcid.org/0000-0002-7999-7901>)

### Resumen

El presente estudio de campo con base en el enfoque mixto de la investigación científica describe desde una perspectiva neuroeducativa la importancia que tiene “La autonomía emocional en la primera infancia como una habilidad para la vida” en niñas y niños de inicial II. Al considerar que es un aspecto fundamental en el desarrollo psicológico y personal. Este estudio tuvo como finalidad, fundamentar desde posiciones teóricas, la autonomía emocional en la edad temprana como una habilidad para la vida, entender el impacto en la gestión eficaz de las emociones, así como su relevancia para promover un crecimiento saludable y equilibrado. Se exploró las diversas dimensiones, y cómo contribuyen la autoaceptación, la autorregulación, la resiliencia, la independencia emocional y la resolución de problemas al logro de este objetivo. Este análisis tomó como población 23 niñas y niños de la Unidad Educativa “Dr. Benjamín Carrión”. Se llevó a cabo una entrevista a la educadora, encuesta dirigida a padres, lista de cotejo a los niños y ficha de observación a la clase; las cuales fueron analizadas para demostrar la problemática; finalmente se establecen las debidas conclusiones y recomendación para diseñar un programa de tres módulos, de intervención efectiva para padres y educadores, con el propósito de enriquecer las prácticas educativas y promover un desarrollo autónomo emocional saludable.

**Palabras clave:** Autonomía emocional, habilidad, desarrollo educativo, gestión de emociones.

### Abstract

The present field study based on the mixed approach of scientific research describes from a neuroeducational perspective the importance of “Emotional autonomy in early childhood as a life skill” in girls and boys of initial II. Considering that it is a fundamental aspect in psychological and personal development. This study aimed to substantiate emotional autonomy at an early age as a life skill from theoretical positions, understand the impact on the effective management of

<sup>1</sup> Instituto Superior Tecnológico Tsa'chila, Ecuador.

<sup>2</sup> Instituto Superior Tecnológico Tsa'chila, Ecuador.

<sup>3</sup> Lic. Instituto Superior Tecnológico Tsa'chila, Ecuador.

emotions, considering its relevance to promote healthy and balanced growth. The various dimensions were explored, evaluating how self-acceptance, self-regulation, resilience, emotional independence and problem solving contribute. This analysis took as a population 23 girls and boys from the “Dr. Benjamín Carrión” Educational Unit. An interview was carried out with the educator, a survey directed at parents, a checklist for the children and an observation sheet for the class which They were analyzed to demonstrate the problem; Finally, the appropriate conclusions and recommendations are established to design a three-module program of effective intervention for parents and educators, with the purpose of enriching educational practices and promoting healthy emotional autonomous development.

**Key words:** Emotional autonomy, ability, educational development, emotion management.

## Introducción

En el ámbito de la investigación sobre la autonomía emocional en la infancia, se ha identificado un claro vínculo entre esta capacidad y el desarrollo cognitivo y social del individuo. Estudios contemporáneos han profundizado en los aspectos neurobiológicos que respaldan la autonomía emocional, en los que se destaca la plasticidad cerebral durante los primeros años de vida como un período crucial para la formación de las bases emocionales. Investigaciones recientes también han subrayado la relación entre la autonomía emocional en la infancia y la resiliencia emocional en etapas posteriores de la vida. Entender y cultivar esta habilidad desde los primeros años puede contribuir significativamente a la capacidad de adaptación y afrontamiento frente a desafíos emocionales a través de toda la vida.

La autonomía emocional es una habilidad fundamental para la vida, que nos permite navegar con destreza las aguas a menudo turbulentas de nuestras emociones. Esta habilidad no solo nos brinda herramientas para sobrellevar las situaciones más exigentes, sino que también influye de manera significativa en nuestra calidad de vida y bienestar, por lo que no es simplemente una habilidad; es el camino hacia una vida más equilibrada, satisfactoria y plena. La independencia emocional durante la primera etapa de la vida, es esencial para el desarrollo de niños saludables y emocionalmente competentes. Esta capacidad relaciona la competencia para reconocer, interpretar y regular las emociones internas, así como relacionarse de manera adecuada con las emociones de los demás.

El tema en el contexto de la autonomía emocional en la primera infancia como una habilidad para la vida, estuvo orientado en comprender cómo los niños en sus primeros años de vida adquieren y desarrollan esta destreza, así como la influencia en su bienestar emocional durante el ciclo vital. La investigación analizó cómo las experiencias emocionales en la infancia temprana, las interacciones con los cuidadores y el entorno familiar y educativo, así como las estrategias de crianza, contribuyeron al desarrollo de la autonomía emocional, y al mismo tienen un impacto

positivo en la creación de políticas y estrategias que promueven la salud emocional y el bienestar en la sociedad en su conjunto.

En la unidad educativa, se ha observado una falta de compromiso por parte de las educadoras, en el estímulo del desarrollo de la autonomía en los niños. Antes de promover la responsabilidad, a menudo se estimulan actos de dependencia, y se priorizan las órdenes en lugar de inculcar la responsabilidad, cuando se promueven actos de dependencia y no de autonomía, los niños pueden enfrentar dificultades para desarrollar habilidades fundamentales para su crecimiento. La dependencia excesiva puede limitar su capacidad para pensar de forma independiente y tomar decisiones informadas, lo que a su vez puede afectar negativamente la autoestima y confianza en sí mismos.

Los niños que desarrollan autonomía emocional en la primera infancia están mejor preparados para enfrentar situaciones estresantes, resolver conflictos de manera constructiva y mantener relaciones interpersonales satisfactorias en su vida adulta. Por otro lado, aquellos que carecen de estas habilidades pueden enfrentar dificultades en sus relaciones sociales y emocionales, que pueden tener impacto en su autoestima, en sostener relaciones interpersonales; efecto desfavorable en el transcurso de su evolución. Fomentar la autonomía emocional en la niñez es un cimiento esencial para nutrir un crecimiento personal fuerte y para forjar habilidades sociales que perduran hasta la vida adulta.

La investigación realizada por los cubanos “Hermanos Saíz Monte de Oca” demuestra que la implementación del sistema de actividades de orientación familiar para estimular la autonomía en niños ha generado un impacto significativo. Este enfoque, que parte de la realidad para construir el trabajo de orientación familiar, busca que educadores y agentes educativos comprendan, analicen e interpreten la necesidad de estimular la autonomía desde edades tempranas. Los resultados evidencian la modificación positiva de las prácticas educativas, que promueven un trabajo autónomo, competente y desarrollador, que tiene en cuenta la diversidad de la población infantil. La investigación patentiza su relevancia a nivel institucional y regional, subrayando la importancia de introducir cambios en el programa educativo vigente para favorecer el desarrollo integral de los niños.

La indagación realizada por la Fundación Universitaria Los Libertadores, Facultad de Ciencias Humanas y Sociales, Maestría en Educación en Bogotá, D.C. en 2020, (Chautá, 2020), proporciona una visión integral de la implementación de una propuesta pedagógica centrada en la autonomía emocional para mejorar la convivencia. El diagnóstico inicial reveló un desarrollo satisfactorio de la autonomía emocional en la muestra, lo que se tradujo en mejoras palpables en las relaciones interpersonales, el respeto y la tolerancia, así como en el fortalecimiento de la autoestima individual. El estudio destacó la importancia de caracterizar el nivel de autonomía emocional como punto de partida para intervenciones efectivas. Se identificaron áreas de dificultad, como la autoestima, la actitud positiva, la resolución de conflictos y la

responsabilidad, que fueron abordadas mediante estrategias específicas, como diarios de campo y talleres de escritura creativa.

El estudio realizado por el Departamento de Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad de las Fuerzas Armadas - ESPE en Quito, Ecuador (Pinta, et al., 2019), ofrece una visión integral sobre la relación entre estilos de crianza, competencias parentales, conciencia emocional, autonomía y habilidades sociales en niños. Se destaca la prevalencia del estilo de crianza democrático, asociado con una mayor manifestación de afecto, responsabilidad, disciplina inductiva y comunicación abierta por parte de los padres. El análisis revela que estilos parentales autoritarios y permisivos se asocian con implicaciones negativas, como la escasa complicidad afectiva, baja responsabilidad paterna, deficiente diálogo bidireccional y conductas agresivas en niños. La competencia reflexiva lidera entre los padres, indicando una preocupación sobre la práctica parental, mientras que la competencia vincular se encuentra en zona de riesgo, sugiriendo la necesidad de mejorar el apego y la sensibilidad parental. Se señala una correlación entre competencias sociales de los niños y sus estilos de crianza, siendo el estilo democrático el más beneficioso. La autonomía en las actividades diarias es alta, pero se plantea la necesidad de examinar más a fondo si esta autonomía es consciente o resultado de la negligencia parental.

A pesar de la importancia crítica del desarrollo emocional en la vida de un niño, los estudios y la literatura académica dedicados a este tema son escasos. Esta falta de antecedentes resalta la necesidad urgente de investigar y comprender más profundamente la autonomía emocional en los primeros años de vida y su influencia en el desarrollo durante el ciclo vital.

Por la Universidad de las Islas Baleares, España, se subraya la relevancia de la familia como la base fundamental para el aprendizaje emocional en la infancia. Enfatiza que, desde el periodo prenatal, el bebé ya se ve influenciado por las emociones de la madre, y a medida que crece, aprende a expresar o reprimir sus propias emociones basándose en las conductas observadas en sus padres. Un antecedente es la importancia de normalizar la comunicación abierta sobre emociones en el entorno familiar. La investigación señala que hablar de lo que se siente es esencial, y cita a Shapiro para resaltar que "hablar de sus sentimientos es la forma más directa de comprenderlos y controlarlos" (Shapiro, 1997). Se resalta el papel de los adultos como modelos a seguir, al verbalizar sus propias emociones y practicar la empatía para comprender las emociones del niño. Hace especial énfasis en considerar el desarrollo psicoevolutivo del niño al enseñarle mecanismos para expresar sus emociones mediante el lenguaje. La investigación aboga por animar a los niños a verbalizar sus emociones, lo que les ayuda a enfrentar dificultades y satisfacer sus necesidades actuales y futuras.

Otros estudios efectuados por las Universidades de Lleida y Barcelona en España proporcionan importantes antecedentes sobre la relación entre las competencias emocionales y diversas dimensiones, específicamente centrándose en la prevención de conductas conflictivas a través de la educación emocional. Respalda la idea de que las conductas conflictivas están estrechamente

relacionadas con el manejo de las competencias emocionales. Un inadecuado manejo emocional se asocia con una resolución de conflictos menos efectiva y menos asertiva, según estudios previos como los de (Bisquerra, 2014) y (Filella, 2014) Además, se ha demostrado que estas conductas conflictivas se corresponden con un rendimiento escolar deficiente y un estado emocional más vulnerable, como indican los estudios de Extremera y (Extremera, 2004 c.). Se ha comprobado que un atinado manejo de las emociones, así como una autoestima más sana, predice el sólido estado emocional en los niños, lo cual se ve reflejado en el clima social del aula y en su rendimiento.

Según las conclusiones de la investigación realizada por la Universidad Nacional de Educación (UNAE), se destaca la importancia de fomentar la autonomía emocional en la primera infancia. La investigación sugiere que, en la sociedad actual, los niños y niñas muestran tendencias hacia conductas impulsivas, y los padres suelen ceder fácilmente a ciertos caprichos. En este contexto, se resalta la necesidad de que los niños y niñas aprendan a manejar eficazmente sus emociones desde temprana edad, para lograr una regulación efectiva de pensamientos y comportamientos en diversas situaciones. Se menciona que esta habilidad incluye la gestión del estrés, el control de impulsos, la motivación y el establecimiento de metas personales y académicas. Aborda la importancia de crear un ambiente de confianza durante la primera infancia, donde los niños se sientan libres de explorar su entorno sin temor a cometer errores, destaca la necesidad de evitar una sobreprotección por parte de la familia, permitiendo que el niño sea el protagonista de su propio aprendizaje.

La autonomía emocional es un concepto fascinante que se enfoca en la capacidad que posee una persona para gestionar sus emociones de manera independiente. Al cultivar esta habilidad, uno puede tomar decisiones basadas en sus propias necesidades y valores, sin dejarse influir excesivamente por las opiniones o expectativas de los demás. La autonomía emocional no solo implica reconocer y comprender nuestras propias emociones, sino también saber expresarlas de manera saludable y constructiva. Al tener un mayor control sobre nuestras emociones, podemos evitar reacciones impulsivas o destructivas, y en su lugar, tomar decisiones conscientes y equilibradas.

La autonomía emocional es la capacidad de no verse seriamente afectado por los estímulos del entorno. Se trata de tener sensibilidad con la invulnerabilidad. Esto requiere de una sana autoestima, autoconfianza, percepción de autoeficacia, automotivación y responsabilidad. La autonomía emocional es un equilibrio entre la dependencia emocional y la desvinculación. (Bisquerra, 2014, p 11).

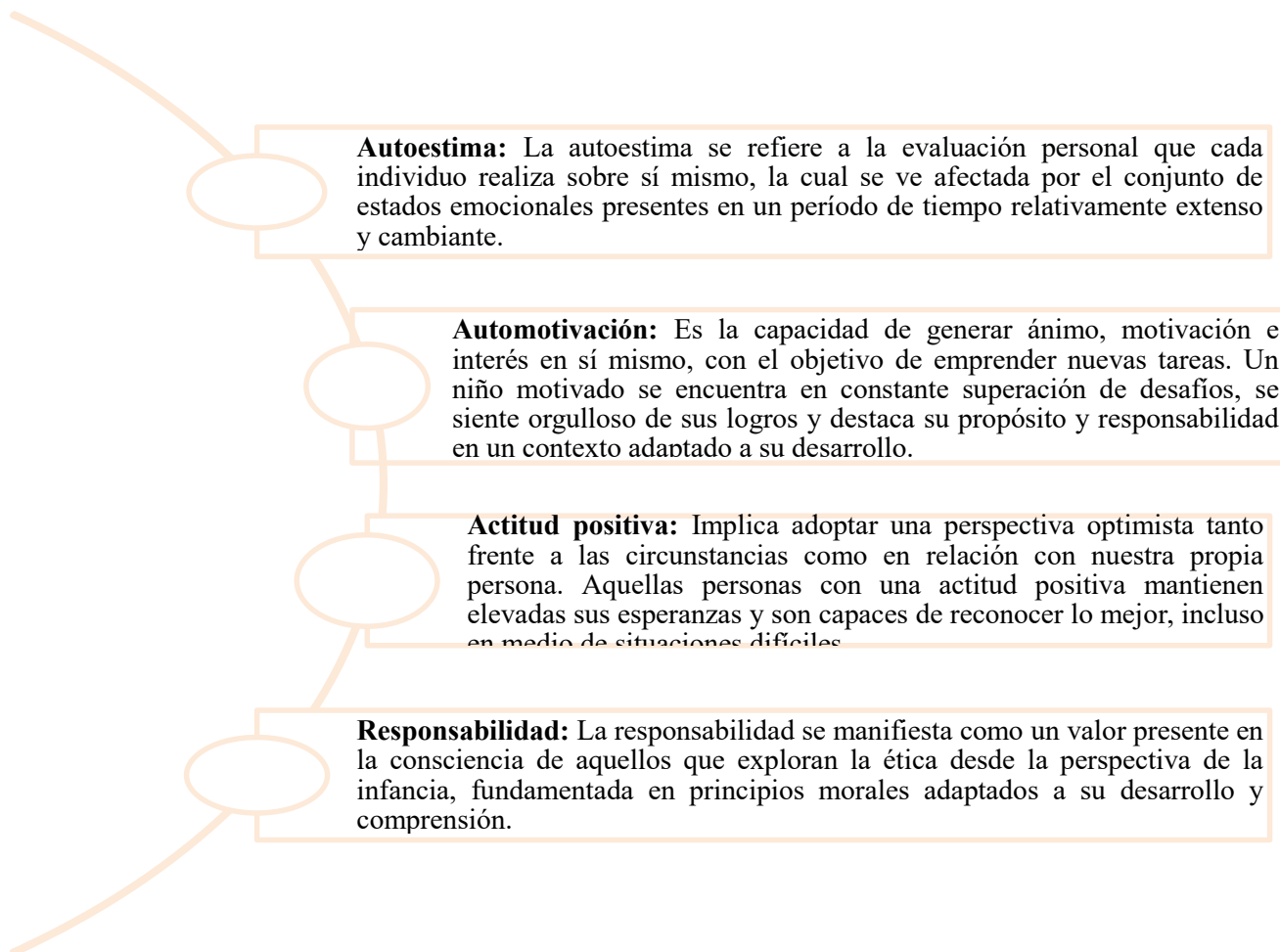
Bisquerra destaca la importancia de una sana autoestima. Esto implica que el individuo debe poseer una percepción positiva y equilibrada de sí mismo, lo que contribuye a fortalecer su resiliencia ante las situaciones emocionales desafiantes. La autoconfianza también se menciona como un componente esencial de la autonomía emocional, lo que implica que la creencia en sus

propias habilidades y capacidades desempeña un papel crucial en la capacidad de mantenerse emocionalmente independiente.

Cuando se examina este concepto desde la perspectiva de la infancia, se da a entender que existe una consideración generalizada de que los niños y niñas carecen de la capacidad para alcanzar autonomía. Al asumir la idea de Miguel Cillero (2011, 5), se considera que su enfoque aporta una perspectiva clave para entender y abordar este supuesto, en el que se desafía la noción convencional y se sugieren estrategias para cultivar la autonomía desde las primeras etapas del desarrollo.

A continuación, se detallan los aspectos significativos que componen la autonomía emocional:

Figura 1. Componentes principales de la autonomía emocional

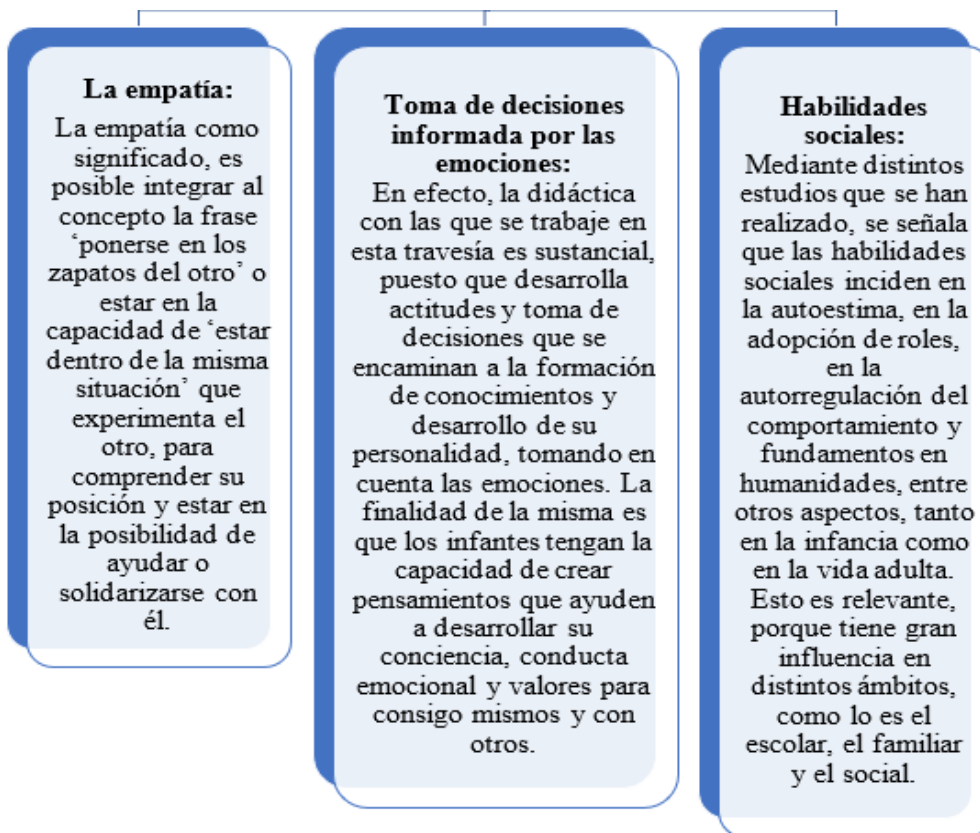


Nota. Silva- Escorcia, (2015); Gina &Trujillo (2021).

Adaptado por: Herrera et al. (2023)

La autonomía emocional implica la capacidad de reconocer y comprender las emociones personales, así como la autoconciencia emocional es esencial para el proceso de autorregulación, lo que permite a la persona identificar y dar sentido a sus estados emocionales. A continuación, las características de autonomía emocional según autores.

Figura 2. Características de la autonomía emocional



Nota. Adaptado de Rivero et al. (2021); Gómez (2019); Betina y Contini (2011).

Los niños cuentan con una resiliencia innata y energética y son capaces de recuperarse de situaciones abrumadoras y de lesiones (Levine, 2016).

Esta resiliencia se fundamenta en la plasticidad cerebral única durante la infancia, que permite adaptaciones significativas ante las adversidades. A medida que los niños desarrollan habilidades de afrontamiento, aprovechan su red de apoyo social y recurren a la naturaleza lúdica y creativa para procesar experiencias difíciles. La curiosidad y adaptabilidad características de la infancia, junto con la capacidad de aprendizaje y reorganización cognitiva, contribuyen a su habilidad para superar desafíos. En resumen, la resiliencia infantil no solo es intrínseca, sino que también se

nutre de la interacción con el entorno y las experiencias, y permite a los niños enfrentar y superar situaciones adversas con una notable capacidad de recuperación.

La autonomía emocional, autonomía individual, resiliencia y conciencia de desencadenantes emocionales en los niños y niñas están interconectadas. La autonomía emocional los capacita para comprender y gestionar sus emociones, mientras que la autonomía individual les permite tomar decisiones autónomas. Ambas contribuyen a la resiliencia, y les posibilita enfrentar desencadenantes emocionales, aprender de las adversidades y fortalecer su bienestar emocional. Esta investigación ha enfatizado en el subtema de "conciencia de los desencadenantes emocionales", y reconoce su relevancia en el desarrollo emocional y adaptativo de los niños y niñas. La comprensión de estos factores se destaca como un elemento crucial debido a su significativa correlación con la resiliencia y la autonomía emocional en el contexto de este estudio.

Teoría del Procesamiento Emocional de Gross (1998). La conciencia de los desencadenantes emocionales se concilia con la Teoría del Procesamiento Emocional, propuesta por James Gross, destaca la importancia de la consciencia y comprensión de las emociones, así como la regulación emocional, en la adaptación a situaciones emocionales. La relevancia de esta teoría reside en su enfoque detallado sobre la consciencia y la regulación emocional, la atención selectiva destaca cómo las personas dirigen su atención hacia ciertos aspectos de una situación emocional, lo que influye en la percepción y la interpretación emocional, de esa misma forma la evaluación cognitiva involucra la interpretación de la situación y la generación de respuestas emocionales.

La consciencia de los desencadenantes emocionales es fundamental en estas dos etapas, ya que determina cómo se procesan y evalúan las situaciones, además, la regulación emocional sugiere estrategias conscientes e inconscientes para modificar la intensidad y la duración de las respuestas emocionales.

La primera virtud psicosocial es la esperanza, correspondiente al período de confianza, que se contrapone a la desconfianza básica. La segunda es la voluntad, correspondiente al segundo año, que corresponde a la duda y vergüenza. La tercera virtud es la determinación, que corresponde a la crisis de la iniciativa frente a culpa que abarca los terceros y cuartos años. Cada crisis psicosocial tiene dos polos y un proceso que es central en cada crisis, una tendencia al éxito y una tendencia al fracaso, ambos acumulativos a lo largo de la vida, con momentos críticos para cada uno." (Erikson, 1959).

La capacidad del niño para explorar y aprender por sí mismo, al tiempo que desarrolla un sentido de control y autonomía, influye en la formación de la autoaceptación. Resolviendo esta crisis con éxito, desarrolla un sentido positivo de sí mismo y confianza en sus habilidades, Erikson enfatiza que el apoyo y la aceptación de los cuidadores son cruciales para fomentar la autonomía y construir una base firme que altera dicha proposición para la autoaceptación.



Independencia emocional: “Implica un grado de independencia emocional, donde la persona puede mantener su equilibrio emocional sin depender excesivamente de la validación externa, esto favorece una autoestima saludable y una mayor capacidad para enfrentar la vida de manera autónoma” (Fernández, 2013).

La independencia emocional equivale a que la persona no está constantemente buscando la aprobación o validación de los demás para mantener su equilibrio emocional. Este aspecto es esencial para desarrollar una sólida conexión interna con sus propias emociones y no depender exclusivamente de factores externos para sentirse bien consigo mismo.

Es importante subrayar que no hay emociones buenas ni malas, todas las emociones son necesarias. Este cuadro acentúa la importancia y la necesidad de seis emociones fundamentales: felicidad, tristeza, asco, miedo, sorpresa e ira. Además, explora la función específica que cada emoción desempeña en el desarrollo de los niños y niñas, así como las expresiones comunes que utilizan para comunicar sus sentimientos. Esta información contribuye a comprender cómo las emociones básicas son piezas fundamentales en el complejo rompecabezas del crecimiento emocional infantil.

Tabla 1. Importancia, Necesidad, Función y Expresión de las Emociones Básicas en el Desarrollo Infantil

Emoción	Importancia	Necesidad	Función	Expresión en Niños
Felicidad	Contribuye al bienestar emocional, fortalece relaciones y motiva aprendizaje positivo.	Necesaria para cultivar satisfacción personal, y socialización y motivación.	Motivadora, refuerza vínculos afectivos.	Sonrisas, risas, gestos de alegría, expresiones de entusiasmo.

Tristeza	Facilita la adaptación y el procesamiento de pérdidas, promoviendo empatía y la conexión.	la Necesaria para comprender y gestionar situaciones de pérdida, fomenta la empatía y el apoyo mutuo.	Adaptativa, promueve la conexión emocional.	Llanto, expresión facial apagada, búsqueda de consuelo, comunicación de necesidad emocional.
Asco	Protege de amenazas ambientales, guía las preferencias y aversiones.	Necesaria para evitar posibles peligros y establecer límites en las preferencias personales.	Protectora, establece límites personales.	Gestos faciales de rechazo, arrugas nasales, evitación de estímulos desagradables.
Miedo	Impulsa respuestas de alerta ante peligros reales o percibidos, facilita la supervivencia.	Necesario para el aprendizaje de situaciones peligrosas y adaptación a entornos desconocidos.	Adaptativo, moviliza respuestas de alerta.	Mirada de alerta, temblores, búsqueda de protección, evitación de estímulos temidos.
Sorpresa	Prepara para la atención y adaptación a situaciones novedosas, estimula el aprendizaje.	Necesaria para estar alerta a cambios y fomentar la exploración y el entendimiento del entorno.	Facilitadora del aprendizaje, promueve la adaptación.	Ojos y boca abiertos, cejas levantadas, expresiones de asombro, postura alerta.
Ira	Moviliza a la acción, establece límites personales y promueve la resolución de conflictos.	Necesaria para expresar desacuerdo, establecer límites y promover cambios en el entorno.	Energizante, fomenta la expresión asertiva.	Rostro enrojecido, ceño fruncido, gestos de frustración, expresiones vocales de enfado.

Nota. Ekman (1984)

Adaptado por: Herrera et al. (2023)

Estas seis emociones básicas son vitales para el desarrollo emocional de los niños y niñas, cumplen funciones específicas que van desde la motivación hasta la adaptación y la protección. La expresión adecuada de estas emociones no solo es natural en el desarrollo infantil, sino que también es esencial para su bienestar emocional y su capacidad de comprender y relacionarse con el mundo que les rodea. Es esencial destacar que las 6 emociones fundamentales de Paul Ekman (1984), se consideran imprescindibles tanto desde una perspectiva psicológica como biológica.

"No debemos tomar el modelo de una sola inteligencia como el único índice de las capacidades humanas. Más bien, necesitamos una teoría que pueda dar cuenta de la diversidad de las capacidades humanas en sus múltiples formas de expresión." (Gardner, 1983). Howard Gardner, en su teoría de las Inteligencias Múltiples, desafió la concepción tradicional de la inteligencia, única medida por pruebas estandarizadas, la cita destaca la necesidad de una teoría que capture la diversidad de las capacidades humanas en lugar de reducirlas a un único índice. Gardner identificó inicialmente siete inteligencias: lingüística, lógico-matemática, espacial, musical, corporal-cinestésica, intrapersonal e interpersonal; posteriormente, agregó una octava inteligencia, la naturalista, y ha planteado la posibilidad de otras formas de inteligencia.

Cada inteligencia representa una forma única de procesar la información y abordar los desafíos. La Teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner se relaciona estrechamente con el desarrollo de competencias emocionales en la infancia, al reconocer que las inteligencias no se limitan a las dimensiones cognitivas tradicionales. La inteligencia intrapersonal, una de las inteligencias propuestas por Gardner, se centra en la autoconciencia y el entendimiento de las propias emociones, al considerar y cultivar esta inteligencia en la infancia, se fomenta la capacidad de los niños y niñas para comprender y gestionar sus emociones de manera efectiva. Además, la inteligencia interpersonal, que se refiere a la comprensión de las emociones de los demás, esencial para el desarrollo de habilidades sociales y empáticas, la teoría de Gardner amplía la perspectiva educativa, destaca la importancia de abordar diversas inteligencias, incluidas las relacionadas con la conciencia emocional, para un desarrollo holístico y equilibrado en la infancia.

La gestión emocional por su parte es un tema abordado por prominentes expertos en psicología y desarrollo personal. Daniel Goleman, conocido por su trabajo en inteligencia emocional, destaca la importancia de entender y regular las emociones para el éxito personal y profesional. Richard Lazarus, a través de su teoría de estrés y afrontamiento, explora cómo las estrategias de afrontamiento impactan en la experiencia emocional y en el manejo del estrés. Paul Ekman, pionero en el estudio de expresiones faciales y emociones universales, contribuye a la comprensión de cómo las personas reconocen y gestionan sus propias emociones y las de los demás. Susan David, en su obra "Emotional Agility", resalta la necesidad de enfrentar emociones difíciles y adaptarse a cambios para promover la salud emocional y el bienestar.



La gestión emocional emerge como un componente esencial para el bienestar y el desarrollo personal. A través de la comprensión y regulación de las emociones, las personas pueden cultivar relaciones más saludables, tomar decisiones informadas y afrontar los desafíos de la vida con mayor resiliencia donde la capacidad de adaptarse a situaciones cambiantes y enfrentar emociones difíciles, juega un papel crucial. Las estrategias y los enfoques prácticos para mejorar la gestión emocional no solo ofrecen beneficios individuales, sino que también contribuyen a la creación de entornos más comprensivos y solidarios en nuestras comunidades y sociedades.

El modelo de inteligencia emocional, propuesto por Daniel Goleman, destaca la importancia de estos aspectos en la vida cotidiana y su impacto en el éxito personal y profesional (Goleman, 1995). Son estrategias comunes utilizadas para mejorar el reconocimiento y la gestión de las emociones.

El reconocimiento emocional implica la capacidad de identificar y comprender las emociones, tanto en uno mismo como en los demás. Esto implica ser consciente de las señales emocionales, como expresiones faciales, tono de voz y lenguaje corporal, y comprender la gama de emociones que pueden experimentarse. La gestión emocional también implica la capacidad de utilizar estrategias saludables para afrontar las emociones, como la resolución de problemas, la comunicación efectiva y el autocontrol; las personas que son conscientes de sus propias emociones y las de los demás, tienen una base sólida para establecer relaciones más saludables, tomar decisiones informadas y enfrentar los desafíos de la vida de manera más efectiva.

Jean Piaget, influyente psicólogo suizo del desarrollo cognitivo, realizó contribuciones significativas a la comprensión de la resolución de problemas en el contexto del desarrollo infantil. Los niños atraviesan diversas etapas cognitivas, y su capacidad para abordar problemas evoluciona a lo largo del tiempo. En su obra "The Construction of Reality in the Child" (La construcción de la realidad en el niño), Piaget argumenta que los niños avanzan desde un pensamiento concreto hasta un pensamiento formal a medida que desarrollan la capacidad de abstraerse y razonar de manera más abstracta. En estas etapas, ellos experimentan con conceptos y construyen sus propias soluciones a través de la interacción activa con el entorno. La resolución de problemas es un proceso dinámico en el cual elaboran activamente su comprensión del mundo, y adquieren habilidades cognitivas que son fundamentales para enfrentar desafíos y situaciones novedosas a lo largo de su desarrollo.

Según Lazarus y Folkman (1984), ha desempeñado un papel destacado en el desarrollo del modelo transaccional de estrés y afrontamiento. Este modelo postula que el estrés es un proceso interactivo entre el individuo y su entorno, donde la evaluación y afrontamiento de una situación determinan la respuesta. Sostienen que la manera en que una persona evalúa y aborda los estresores influye directamente en su capacidad para afrontar y adaptarse a las demandas del entorno. De igual forma, destaca la importancia de entender la dinámica entre el individuo y su entorno en el contexto del estrés.

Tabla 2. Técnicas clave de afrontamiento según este enfoque incluyen

<p><b>Afrontamiento Problemático:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Enseña a los niños a identificar problemas y a abordarlos de manera proactiva. Fomenta la resolución de problemas.</li> <li>● Proporciona herramientas prácticas y habilidades para enfrentar situaciones difíciles. Puedes usar juegos, historias o ejemplos prácticos para enseñarles.</li> </ul>
<p><b>Afrontamiento Emocional:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Anima a los niños a expresar sus emociones de manera abierta y sin juicios. Pueden dibujar, escribir o hablar sobre lo que sienten.</li> <li>● Enséñales técnicas de relajación, como la respiración profunda o el mindfulness adaptado a su edad.</li> <li>● Fomenta el pensamiento positivo. Ayuda a los niños a identificar aspectos positivos en situaciones desafiantes.</li> <li>● Anima la gratitud, ayudándoles a reconocer y apreciar las cosas buenas en sus vidas.</li> </ul>
<p><b>Reevaluación Positiva:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Promueve las habilidades sociales, como la comunicación efectiva y la empatía.</li> <li>● Crea oportunidades para que los niños participen en actividades grupales y desarrollen amistades.</li> <li>● Enséñales a pedir ayuda cuando la necesiten y a compartir sus sentimientos con personas de confianza.</li> <li>● Identifica las situaciones que los niños evitan y trabaja en comprender por qué lo hacen.</li> <li>● Fomenta gradualmente la exposición controlada a situaciones estresantes para ayudarles a enfrentar y superar miedos.</li> </ul>

**Afrontamiento Social:**

- Anima la comunicación abierta para que expresen sus preocupaciones y busquen apoyo cuando sea necesario.

- Identifica las situaciones que los niños evitan y trabaja en comprender por qué lo hacen.

- Fomenta gradualmente la exposición controlada a situaciones estresantes para ayudarles a enfrentar y superar miedos.

- Anima la comunicación abierta para que expresen sus preocupaciones y busquen apoyo cuando sea necesario.

**Afrontamiento Evitativo:**

Nota. Lazarus & Folkman (1984).

Adaptado por: Herrera et al. (2023)

La empatía y las habilidades interpersonales por consiguiente desempeñan roles cruciales en la formación de relaciones saludables y efectivas. La empatía, que implica la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, actúa como el cimiento emocional sobre el cual se construyen conexiones más profundas y significativas. Al adoptar la perspectiva de los demás, facilita la comunicación efectiva y fortalece la conexión emocional. Paralelamente, las habilidades interpersonales, como la escucha, activan la expresión clara y la resolución de conflictos, proporcionan las herramientas prácticas para desarrollar y mantener relaciones armoniosas en diversos ámbitos. La combinación de empatía y habilidades interpersonales contribuye a crear un entorno social en el que la comprensión mutua y la colaboración prosperan. Desde edades tempranas, cultivar estas habilidades es esencial para formar individuos emocionalmente inteligentes y socialmente competentes.

Existen diversas estrategias y programas destinados a mejorar las habilidades para la vida, los cuales abordan aspectos que van desde la inteligencia emocional hasta la resolución de problemas y la toma de decisiones. Algunas de estas estrategias y programas incluyen:

Tabla 3. Mejoras de habilidades para la vida

<p><b>Educación en Inteligencia Emocional:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Utiliza actividades lúdicas, cuentos y juegos para enseñar a los niños a reconocer y expresar sus emociones. Puedes utilizar tarjetas de emociones, donde los niños identifiquen y compartan cómo se sienten.</li> </ul>
--	---

---

<b>Programas de Resiliencia:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Promueve la empatía a través de juegos de roles que les ayuden a comprender los sentimientos de los demás.</li> <li>● Integra actividades que fomenten la resiliencia, como narrar historias de personajes que superan desafíos o participar en proyectos grupales que requieran trabajo en equipo y superación de obstáculos.</li> </ul>
<b>Entrenamiento en Habilidades Sociales:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Enseña a los niños a establecer metas realistas y a celebrar los logros, fomentando una mentalidad de crecimiento.</li> <li>● Organiza juegos y actividades de grupo que promuevan la cooperación y la comunicación efectiva.</li> <li>● Realiza ejercicios donde los niños practiquen situaciones sociales, como pedir ayuda, compartir o resolver conflictos de manera positiva.</li> </ul>
<b>Educación en Toma de Decisiones:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Proporciona escenarios prácticos que presentan dilemas comunes para que los niños practiquen la toma de decisiones. Discute las opciones y las posibles consecuencias.</li> <li>● Fomenta la autonomía dando a los niños oportunidades para tomar decisiones simples, como elegir actividades o planificar su tiempo.</li> </ul>
<b>Programas de Prevención del Estrés:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Introduce técnicas de relajación adaptadas a la edad, como la respiración profunda o el yoga para niños.</li> <li>● Enseña a reconocer signos de estrés y proporciona estrategias simples para gestionarlo, como contar hasta diez o buscar un lugar tranquilo.</li> </ul>
<b>Talleres de Autocuidado:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Incorpora actividades que promuevan hábitos saludables, como la importancia del sueño, la alimentación equilibrada y el ejercicio físico.</li> <li>● Facilita discusiones sobre el equilibrio entre el tiempo de pantalla y las actividades al aire libre.</li> </ul>
<b>Entrenamiento en Resolución de Problemas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Proporciona oportunidades para que los niños identifiquen problemas en su entorno y propongan soluciones creativas.</li> <li>● Fomenta la toma de decisiones colaborativa en el grupo, ayudando a los niños a trabajar juntos para abordar desafíos comunes.</li> </ul>

---

Nota. American Academy of Pediatrics. (s/f).

La implementación de estrategias y programas de mejora de habilidades para la vida es esencial para promover un bienestar integral en individuos y comunidades. Estas iniciativas, que abarcan desde la educación en inteligencia emocional hasta programas de resiliencia y entrenamiento en habilidades sociales, ofrecen herramientas prácticas y conocimientos fundamentales. Al fortalecer la capacidad de las personas para gestionar emociones, resolver problemas y tomar decisiones informadas, se crea un entorno propicio para la salud mental y emocional.

El modelo de educación emocional de Goleman argumenta que el futuro exitoso en la vida y la carrera está fuertemente ligado a la inteligencia emocional, superando incluso la importancia del coeficiente intelectual; sugiere que las habilidades relacionadas con la gestión de emociones, la empatía y las habilidades sociales son fundamentales para el bienestar y la prosperidad en el futuro.

Desde la perspectiva educativa, este modelo aboga por la integración de la educación emocional en el sistema escolar, enseñar a los estudiantes a comprender y gestionar sus emociones, así como a relacionarse de forma efectiva con los demás, lo que no solo contribuye al éxito académico, sino que también sienta las bases para un futuro exitoso tanto en lo profesional como en lo personal.

La dinámica relación entre educación y experiencia en la adquisición de habilidades, ha sido objeto de reflexión por parte de diversos pensadores, entre ellos Jean Piaget, destacado psicólogo suizo del desarrollo cognitivo. Piaget, a través de su influyente teoría, sostiene que la adquisición de habilidades implica un proceso activo de asimilación y acomodación de la información, donde la educación formal desempeña un papel crucial al proporcionar el marco estructurado necesario para el desarrollo cognitivo. En este sentido, la exposición a conceptos teóricos y principios en un entorno educativo establece los cimientos para la comprensión y el análisis. Sin embargo, Piaget también subraya la necesidad crítica de la experiencia práctica para consolidar y aplicar estos conocimientos en situaciones del mundo real. Para él, la interacción activa con el entorno, la resolución de problemas y la adaptación a diversas circunstancias son elementos esenciales para el desarrollo integral de habilidades cognitivas. Este enfoque integrador de educación y experiencia entre ambos aspectos, reconoce que en la adquisición de habilidades se logra mayor efectividad cuando estos dos elementos se entrelazan y se potencian mutuamente a lo largo del proceso de desarrollo humano.

### **Materiales y métodos**

Se utilizó un enfoque mixto, combinando métodos cualitativos y cuantitativos. Esto permitió desarrollar una comprensión holística y detallada del tema, al tiempo que proporcionó datos cuantificables para el análisis estadístico. La investigación cualitativa ayudó a explorar las experiencias, percepciones y opiniones de los participantes, mientras que la investigación cuantitativa permitió identificar tendencias y patrones a través de datos numéricos.



El estudio se centró en un nivel descriptivo. El objetivo principal fue describir y comprender la implementación actual de la educación emocional y el desarrollo de habilidades en entornos educativos y comunitarios. Se analizó cómo se implementan estas iniciativas, qué métodos se utilizan, cuáles son los desafíos y éxitos percibidos, y cómo estas prácticas influyen en el bienestar emocional y el desarrollo de habilidades de los participantes.

Se realizaron entrevistas semiestructuradas con educadores y padres, para explorar sus experiencias, percepciones y opiniones sobre la educación emocional y el desarrollo de habilidades.

Se aplicaron cuestionarios estandarizados a una muestra representativa de estudiantes, para evaluar su nivel de bienestar emocional, habilidades sociales y percepción de la educación emocional en sus entornos educativos y comunitarios.

Se llevaron a cabo observaciones participantes en entornos educativos y comunitarios, para comprender de manera más precisa cómo se implementaban las prácticas de educación emocional y desarrollo de habilidades en la vida cotidiana.

Se desarrollaron guiones de entrevistas semiestructuradas, para garantizar la consistencia en las preguntas y facilitar la exploración en profundidad de los temas relevantes.

Se utilizaron cuestionarios estandarizados previamente validados, para medir el bienestar emocional y las habilidades sociales de los estudiantes.

Se mantuvieron cuadernos de campo, para registrar observaciones durante las sesiones de observación participante, incluyendo detalles sobre el entorno, las interacciones y las prácticas observadas.

Al emplear esta metodología mixta, se propone obtener una comprensión completa de la implementación de la educación emocional y el desarrollo de habilidades, así como identificar áreas de mejora y buenas prácticas que puedan beneficiar a los participantes y a las comunidades en general.

La población pertenece a la unidad educativa “Dr. Benjamín Carrión” de Santo Domingo, consiste en 23 niñas y niños de 4 a 5 años, seleccionada de manera simple directa. Además, incluyó la educadora del aula.

## **Resultados y discusión**

La combinación de instrumentos como entrevistas, listas de cotejo, fichas de observación y encuestas a los padres nos permitió explorar tanto aspectos cualitativos como cuantificables, de esta habilidad esencial para la vida. En esta sección, se presentan los resultados emergentes de estos instrumentos, se destaca la riqueza y complejidad de las experiencias emocionales en la primera infancia y su impacto en el desarrollo de la autonomía emocional.

Los resultados ponderados que se muestran a continuación se plantearon a escala de medición siguiente: I: Iniciado; EP: En proceso y A: Adquirido, tomando en cuenta que estos indicadores corresponden a los lineamientos metodológicos del Ministerio de Educación respecto a la evaluación de destrezas de los niños.

Tabla 4. Autonomía y habilidades personales

Indicadores a evaluar	I	EP	A
Inicia actividades por sí mismo.		35%	65%
Puede realizar tareas simples sin ayuda.	13%	26%	61%
Hace elecciones simples de manera independiente.		21%	79%

Elaborado por: Herrera et al. (2023)

El indicador "Inicia actividades por sí mismo" muestra un desarrollo en proceso, evidenciado por el 35%; sugiere que el niño se encuentra en una fase de desarrollo donde está en proceso de adquirir la habilidad de iniciar actividades de manera autónoma. Este nivel podría indicar que el niño está mostrando signos de independencia al comenzar juegos simples como: actividades artísticas, juegos al aire libre, organización de juguetes, selección de ropa, exploración de juguetes nuevos y participación en actividades dirigidas por adultos, en contraste, el 65% refleja que el niño ha adquirido un nivel significativo de autonomía al iniciar actividades. Este grupo indica que el niño puede, en gran medida, iniciar actividades de manera independiente, mostrando habilidades para participar activamente en juegos, explorar su entorno y participar en experiencias dirigidas de manera autónoma "Puede realizar tareas simples sin ayuda" presenta un análisis progresivo del desarrollo de la autonomía. Con el 13% en la fase inicial, se observa cierta dependencia en tareas como vestirse completamente o manipular objetos pequeños, que indica una necesidad de apoyo y orientación. El 26%, representa que el niño muestra progresos al realizar tareas simples con cierta autonomía, pero puede requerir apoyo en áreas específicas, como completar rompecabezas. Finalmente, el 61% refleja un sólido nivel de independencia, evidenciado en que el niño puede llevar a cabo tareas cotidianas, como lavarse las manos o recoger juguetes de manera independiente, con un desarrollo exitoso en la autonomía para ejecutar estas actividades básicas. En "Hacer elecciones simples de manera independiente", el 21% indica una fase inicial donde el niño está aprendiendo a hacer elecciones simples, como decidir qué ropa ponerse o qué juego seleccionar, con cierta necesidad de apoyo; en cambio, el 79% muestra que el niño toma decisiones, según su capacidad para elegir sin ayuda, sus juguetes

favoritos para jugar o decidir autónomamente qué actividad emprender, así su habilidad establecida para tomar decisiones simples en diversas situaciones diarias.

Tabla 5. Desarrollo Emocional y Social

Indicadores a evaluar	I	EP	A
Supera pequeñas adversidades sin colapsar emocionalmente.		18%	82%
Muestra cuidado hacia sus pertenencias.			100%
Espera su turno pacientemente.		30%	70%
Puede reconocer emociones básicas (alegría, tristeza, enojo).			100%
Tiene una imagen positiva de sí mismo.			100%
Muestra empatía hacia los sentimientos de los demás.			100%
Acepta cumplidos de manera positiva.			100%

Elaborado por: Herrera et al (2023)

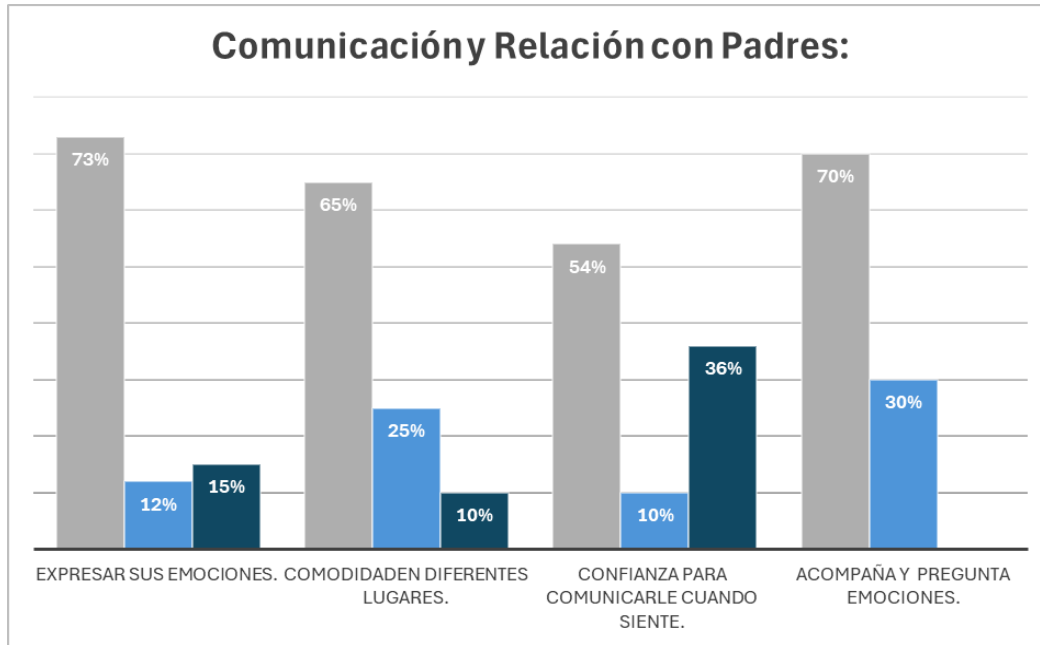
Los indicadores de evaluación muestran un desarrollo emocional sólido en el niño, evidenciado por altos porcentajes de adquisición en varias áreas. En cuanto a superar pequeñas adversidades sin colapsar emocionalmente, el 18% en proceso sugiere que el niño está en una fase de desarrollo donde aún se encuentra aprendiendo a manejar de manera efectiva situaciones desafiantes, mientras que el 82% indica un progreso significativo en la capacidad del niño para superar adversidades emocionales sin colapsar, lo que demuestra una resiliencia en desarrollo. Por ejemplo, podría enfrentar la frustración de no poder realizar una tarea y encontrar formas alternativas de abordarla.

En cuanto al cuidado de sus pertenencias, el 100% adquirido destaca la capacidad consolidada del niño para mostrar consideración y aprecio por sus posesiones, como cuidar y organizar sus juguetes o pertenencias, reflejando una actitud responsable y respetuosa. En espera de su turno pacientemente, el 30% en proceso sugiere que el niño desarrolla la paciencia y la capacidad de esperar, mientras que el 70% adquirido indica un nivel considerable de paciencia desarrollada. Un ejemplo podría ser esperar en una fila o su turno para jugar, que demuestra una progresiva tolerancia a la demora.

En el reconocimiento de emociones básicas, el 100% adquirido destaca la habilidad plena del niño para identificar y comprender emociones como la alegría, el miedo o la tristeza, lo que indica un sólido entendimiento emocional. En relación con la imagen positiva de sí mismo, la empatía hacia los demás, y la aceptación de cumplidos de manera positiva, todos con el 100% adquirido, señalan una saludable autoestima y habilidades sociales. Un ejemplo podría ser

expresar empatía hacia un amigo que se siente triste, donde muestra una comprensión y apoyo genuinos.

Figura 3. Comunicación y relación con padres



Elaborado por: Herrera et al (2023)

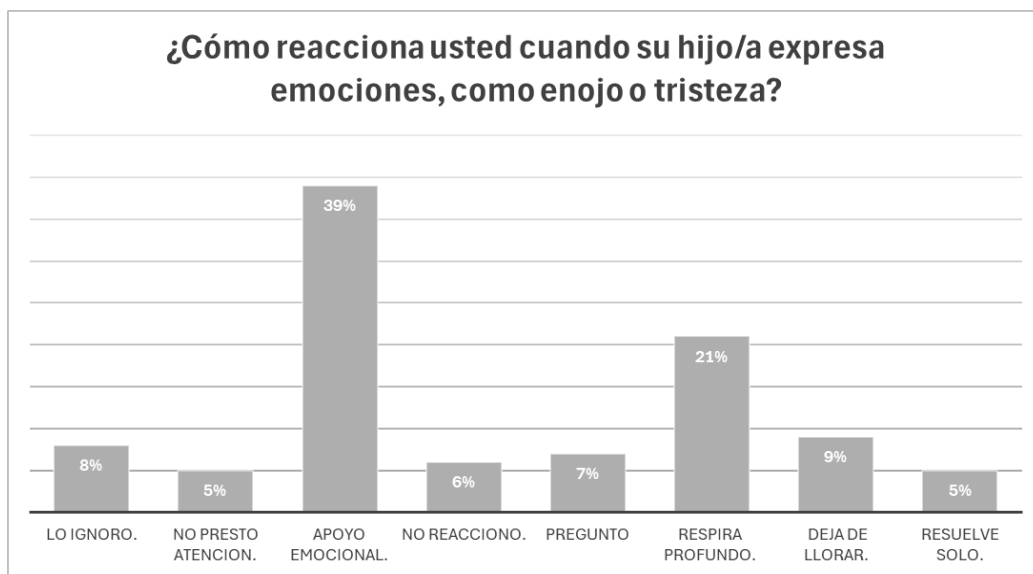
Los indicadores revelan que el 73% de los padres perciben que sus hijos encuentran fácil expresar emociones como: enojo, alegría, tristeza, miedo y asombro, que demuestra un ambiente de comunicación abierta de emociones en el hogar, el niño podría manifestar alegría al compartir experiencias positivas, como jugar con amigos, o expresar tristeza frente a situaciones difíciles, como la separación de un juguete querido. Aunque el 12% está en proceso, sugiere que algunos niños desarrollan estas habilidades y pueden beneficiarse de estímulo adicional, y el 15% aún está explorando completamente la expresión emocional. Este último grupo podría estar en las primeras etapas de aprender a identificar y comunicar emociones, como mostrar signos de asombro al descubrir algo nuevo, pero todavía trabajan en expresar otras emociones de manera clara, dado que el 65% de los padres perciben que sus hijos se sienten cómodos expresando sus emociones en diversos entornos, como en la casa, la escuela, la iglesia, el parque y reuniones familiares. Esto sugiere una notable habilidad del niño para adaptarse emocionalmente a diferentes situaciones. Sin embargo, el 25% indica que algunos niños podrían no sentirse completamente cómodos al expresar sus emociones en todas las situaciones; por ejemplo, el niño podría no sentirse cómodo expresando alegría al jugar en el parque, tristeza al enfrentar desafíos escolares o compartir emociones en reuniones familiares. Lo que podría reflejar una variabilidad en la adaptación emocional. El 10% en proceso, sugiere que algunos niños están actualmente en

proceso de desarrollo de estas habilidades y podrían beneficiarse de un apoyo adicional para sentirse cómodos al expresar sus emociones en diversos contextos.

El 54% de los padres perciben que sus hijos tienen la suficiente confianza para comunicarles cuando experimentan emociones como: tristeza, alegría, miedo, enojo, sorpresa o asco. Esto sugiere que una mayoría significativa de niños y niñas se siente segura y abierta al compartir sus sentimientos con sus padres, por el incremento de una comunicación emocional saludable. En contraste, el 10% indica que algunos niños pueden no sentirse completamente seguros para comunicar sus emociones. El 36% en proceso, sugiere que algunos niños están actualmente en el desarrollo de la confianza necesaria para comunicar sus emociones, lo que destaca una oportunidad para fortalecer la conexión emocional entre padres e hijos.

Mientras el 70% de los padres afirmaron quedarse junto a su hijo/a y preguntar la razón de su emoción cuando se siente triste o feliz. Esto refleja un alto porcentaje de apoyo emocional activo, donde los padres demuestran estar presentes y comprometidos con las emociones del niño. Por ejemplo, un padre podría permanecer al lado de su hijo cuando está triste, ofrecer consuelo y preguntar la razón detrás de su tristeza, para comprender y abordar la situación. En contraste, el 30% indica que algunos padres no adoptan esta práctica, lo que sugiere diferentes enfoques en el manejo de las emociones.

Figura 4. Comunicación Abierta y Confianza en la Expresión Emocional



Elaborado por: Herrera et al (2023)

Los indicadores que evalúan las respuestas parentales a las emociones del hijo revelan una diversidad de enfoques. El 39%, representado por frases como "Es normal sentirse enojado a veces. Cuéntame más sobre lo que te molestó", demuestra una actitud comprensiva y abierta, para

el incremento de la comunicación, al crear un espacio para entender las emociones del niño. En contraste, el 8%, que a veces ignora o minimiza las emociones, podría manifestarse cuando el niño expresa frustración por una situación y el padre resta importancia al sentir del niño, afectando la conexión emocional. El 5%, que no presta atención a las emociones, podría manifestarse cuando el niño comparte entusiasmo por un logro, pero el padre no muestra interés, lo que afecta la comunicación emocional. Además, el 6%, que se siente incómodo, refleja cuando el niño está triste, y el padre, al no saber cómo reaccionar, evita el tema, esto evidencia la necesidad de orientación en el manejo emocional. Los indicadores específicos resaltan enfoques como el práctico 21%, donde el padre anima a encontrar juntos las soluciones; la actitud minimizadora 9%, cuando el padre resta importancia a las lágrimas del niño, y la falta de apoyo 5%, cuando el padre indica que el niño debe resolver solo un problema emocional.

Tabla 6. Observación y Participación en el Entorno Educativo

Indicadores a evaluar	ESCALA DE CALIFICACIONES				
	1	2	3	4	5
Los niños muestran independencia al tomar decisiones relacionadas con actividades o elecciones proporcionadas por la docente.					X
Los niños expresan sus preferencias y opiniones durante la clase.					X
La docente utiliza un lenguaje claro y adaptado a la comprensión de los niños.					X
La comunicación de la docente fomenta un ambiente abierto y respetuoso.					X
La docente demuestra entusiasmo y utiliza recursos creativos para mantener la atención de los niños.					X
Se observa la iniciativa por parte de los niños para contribuir a la discusión o realizar preguntas.				X	
Los niños muestran autonomía al realizar tareas sencillas sin ayuda constante.				X	
Niveles de independencia y autonomía demostrados por los niños.				X	
La calidad de las interacciones es asertiva entre la docente y los niños.				X	
Uso efectivo de recursos y estrategias motivacionales.				X	

Elaborado por: Herrera et al (2023)

Un desempeño excelente en varios indicadores, resalta la calidad y eficacia de la interacción en el entorno educativo. Los niños que muestran independencia al tomar decisiones relacionadas con actividades o elecciones proporcionadas por la docente sugiere un ambiente que promueve la toma de decisiones y la autonomía de los estudiantes cuando los niños eligen entre diferentes opciones de actividades y participan activamente en la planificación de su aprendizaje. La expresión de preferencias y opiniones por parte de los niños durante la clase señala un entorno donde se valora la participación activa y se fomenta el desarrollo de la voz individual de cada estudiante, esto puede ser cuando los niños comparten sus opiniones sobre un tema específico de discusión en el aula.

El lenguaje claro y adaptado a la comprensión de los niños por parte de la docente, destaca la comunicación efectiva y la adaptación a las necesidades lingüísticas de los estudiantes, al explicar conceptos de manera comprensible y utilizar un vocabulario asequible. La comunicación de la docente fomenta un ambiente abierto y respetuoso, indica una interacción positiva y un clima emocional seguro, pues la docente alienta el intercambio de ideas y respeta las diversas opiniones de los niños. El entusiasmo y la utilización de recursos creativos por parte de la docente para mantener la atención de los niños, al incorporar actividades interactivas y visualmente atractivas en la lección.

Se observa la iniciativa de los niños para contribuir a la discusión o realizar preguntas, lo cual sugiere un nivel saludable de participación y curiosidad, los niños plantean preguntas relacionadas con el tema de estudio o comparten sus puntos de vista en las discusiones en clase. Además, los niños exhiben autonomía al realizar tareas sencillas sin ayuda constante, como se evidencia cuando completan actividades asignadas de manera independiente, se desarrollan así habilidades para la autogestión. Los niveles de independencia y autonomía demostrados por los niños refuerzan la capacidad de asumir responsabilidades en el proceso educativo, como organizar su espacio de trabajo o gestionar su tiempo de manera efectiva. La docente y los niños manifestaron una comunicación efectiva y respetuosa, lo cual contribuye a un ambiente de aprendizaje positivo. Un ejemplo es que la docente, ofrece retroalimentación constructiva y alienta la participación activa de los estudiantes. Por último, el uso efectivo de recursos y estrategias motivacionales enriquece la experiencia de aprendizaje, como se refleja en la incorporación de actividades estimulantes y recursos pedagógicos que mantienen el interés de los niños.

Tabla 7. Estrategias para Abordar y Apoyar las Emociones de los Niños

Entrevista	Respuestas de la docente de Inicial II
Describe cuáles son las emociones más comunes que observa en los niños de esta edad en su entorno educativo.	Alegría, tristeza, asombro

¿Cómo aborda las situaciones en las que un niño experimenta una emoción fuerte (berrinche), como el enojo o la tristeza, en el aula? Ponerme a la altura del niño, conversar y saber el motivo de su enojo o tristeza, luego abrazarlo y hacerle notar que puede contar conmigo.

¿Cómo apoya el desarrollo de habilidades sociales y emocionales en los niños en el entorno educativo? Siendo empáticos y teniendo una buena comunicación.

¿Cuáles son los mayores desafíos que enfrenta al trabajar con el comportamiento emocional de los niños de esta edad en el entorno educativo? No contar con la colaboración del padre de familia, ya que tienen que estar involucrados para lograr un avance y mejorar el cuadro emocional que presenta el niño dentro del aula, por lo general esto se da en casa y se detecta en la institución.

Elaborado por: Herrera et al (2023)

La docente de Inicial II destaca la presencia de emociones comunes como: alegría, tristeza y asombro en los niños de su entorno educativo. Frente a situaciones donde un niño experimenta emociones fuertes como el enojo o la tristeza, la docente aborda el desafío, se pone a la altura del niño, establece una comunicación cercana, ofrece su apoyo emocional a través del diálogo y brinda consuelo físico, como es el abrazo. En cuanto al apoyo al desarrollo de habilidades sociales y emocionales, destaca la importancia de la empatía y una comunicación asertiva. Además, identifica la falta de colaboración de los padres como un desafío significativo para trabajar en el comportamiento emocional de los niños, subrayando la necesidad de la participación activa de los padres para abordar y mejorar situaciones emocionales que pueden manifestarse tanto en el hogar como en el entorno educativo. Estos enfoques evidencian la importancia de la relación cercana entre docentes y niños, así como la colaboración con los padres para un desarrollo emocional saludable en la etapa inicial de la educación.



Tabla 8. Experiencia y Consejo Educativo

Entrevista	Respuestas de la docente de Inicial II
¿Cómo se comunica con los padres de los niños acerca de su comportamiento emocional y su progreso en el entorno escolar?	De acuerdo con la necesidad, se les llama y se conversa directamente con el padre para darle a conocer el comportamiento y si es necesario se firma un acta de compromiso en donde el padre de familia manifiesta su compromiso para ayudar a mejorar el comportamiento de su hijo.
¿Cuáles son los mayores desafíos que enfrenta al trabajar con el comportamiento emocional de los niños de esta edad en el entorno educativo?	No contar con la colaboración del padre de familia ya que tienen que estar involucrados para lograr el avance y mejorar el cuadro emocional que presente el niño dentro del aula, por lo general esto se da en casa y se detecta en la institución.
¿Cómo fomenta un ambiente seguro y de apoyo donde los niños se sientan cómodos al expresar sus emociones?	Al brindar confianza para que puedan desenvolverse y se sientan seguros de expresar sus diferentes emociones en cualquier ámbito.
¿Puede proporcionar ejemplos de estrategias o actividades que haya encontrado efectivas para ayudar a los niños a manejar emociones intensas?	Al realizar actividades de integración en donde son partícipes activos.

Elaborado por: Herrera et al. (2023)

La docente utiliza un enfoque proactivo en la comunicación con los padres, al llamarlos y discutir directamente sobre el comportamiento emocional y el progreso de los niños en el entorno escolar. Destaca la posibilidad de utilizar un acta de compromiso cuando es necesario, donde el padre se compromete a colaborar para mejorar el comportamiento de su hijo. Este enfoque refleja una comunicación transparente y una participación activa de los padres en el proceso educativo.

Al identificar la falta de colaboración de los padres como uno de los mayores desafíos, la docente subraya la importancia de la participación parental para abordar y mejorar los cuadros

emocionales de los niños. Este desafío destaca la necesidad de establecer una conexión efectiva entre la educación en el aula y las dinámicas emocionales que pueden originarse en el hogar.

Para fomentar un ambiente seguro y de apoyo donde los niños se sientan cómodos en la expresión de sus emociones, la docente destaca la importancia de brindar confianza para que puedan desenvolverse y expresar sus emociones en cualquier ámbito. Esta estrategia apunta a crear un entorno acogedor que promueva la expresión emocional.

Finalmente, la docente menciona la efectividad de realizar actividades de integración en las cuales los niños son participantes activos. Estas actividades pueden ofrecer oportunidades para que ellos exploren y expresen sus emociones de manera constructiva, y contribuyan así a su desarrollo emocional.

### **Conclusiones**

Los resultados destacan la relevancia de la educación emocional desde una edad temprana para el desarrollo integral de los niños. La capacidad de los niños para reconocer y expresar emociones, así como para desarrollar habilidades sociales, lo que se considera fundamental para su bienestar emocional y su éxito en entornos educativos y sociales.

La colaboración entre padres y educadores emerge como un factor clave en el apoyo al desarrollo emocional de los niños. La comunicación abierta y efectiva entre ambos actores permite identificar y abordar desafíos emocionales, así como fomentar un ambiente seguro donde los niños se sientan cómodos al expresar sus emociones.

Las estrategias que promueven la autonomía, la comunicación asertiva y el apoyo emocional son fundamentales en los entornos educativos. La combinación de actividades prácticas, la comunicación abierta y las técnicas de apoyo emocional contribuyen al desarrollo emocional y social de los niños, así como a la creación de un ambiente propicio para el aprendizaje y la interacción positiva.

### **Referencia**

Ainsworth, M. D. S. (1973). The Development of Infant-Mother Attachment. En B. Cardwell & H. Ricciuti (Eds.), *Review of Child Development Research* (Vol. 3, pp. 1-94). University of Chicago Press.

Asher, S. R., & Wheeler, V. A. (1985). Children's loneliness: A comparison of rejected and neglected peer status. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(4), 500–505. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.53.4.500>

Betina, A. y. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia. *Fundamentos en humanidades*, XI (XXIII).

Bisquerra, R (2003) "Educación emocional y competencias básicas para la vida."

Book El trauma visto por los niños: despertar el milagro cotidiano de la curación desde la infancia hasta la adolescencia Levine, Peter AKline, Maggie 84945477552016 Eleftheria.

Bowlby, J. (1969). Attachment and Loss: Attachment (Vol. 1). Hogarth Press.

Chautá, C. A. (2020). "Fortalecimiento de la autonomía emocional, en estudiantes del grado tercero 5 de la Institución educativa distrital San José.

Constitución Política de Colombia [Const]. Art. 44. 7 de julio de 1991 (Colombia).

Cook, K. (2019). Mental health, relationships & cognition. En Springer eBooks (pp. 197-233). [https://doi.org/10.1007/978-3-030-27364-4\\_8](https://doi.org/10.1007/978-3-030-27364-4_8)

Cyrułnik B., Manciaux M., Sánche E., Colmenares M., Olaya M. y Balegno L. (2002). La Resiliencia. Desvictimizar a la víctima. . 49.

Cyrułnik B., Manciaux M., Sánche E., Colmenares M., Olaya M. y Balegno L. (2002). La Resiliencia. Desvictimizar a la víctima. . 49.

Diefendorff, J. M., Richard, E. M., & Yang, J. (2008). Journal of Vocational Behavior, 73(3), 498-508.

Ekman, P. (1984) 'Expression and the Nature of Emotion' in K. R. Scherer and P. Ekman (eds) Approaches to Emotion, 319-344. New York: Psychology Press. ANEXOS

Erikson, E. H. (1950). Childhood and Society. W. W. Norton & Company.

Fausto Núñez, Leidy Porras, Ruth Cárdenas. (2021). Empatía y educación en la infancia: un estado actual de la cuestión.

Fausto Núñez, Leidy Porras, Ruth Cárdenas. (2021). Empatía y educación en la infancia: un estado actual de la cuestión.

Fausto-Andrés Núñez, Leidy-Tatiana Porras-Cruz, Ruth-Nayibe Cárdenas-Soler. (2021). Empatía y educación en la infancia: un estado actual de la cuestión.

Fausto-Andrés Núñez, Leidy-Tatiana Porras-Cruz, Ruth-Nayibe Cárdenas-Soler. (2021). Empatía y educación en la infancia: un estado actual de la cuestión.

Fernández, M. (2013). <https://www.redalyc.org>.

Flores, P. A. (2015). Social-emotional Behaviors in African-American toddlers: The role of risk and protective factors. <https://doi.org/10.18297/etd/445>

- Gómez, S. (2019). El juego de roles como alternativa pedagógica para la regulación de las emociones con niños de 3 años en el jardín infantil Dulce María.
- Gottman, J. M., & DeClaire, J. (1997). Raising an Emotionally Intelligent Child. Simon & Schuster. <https://doi.org/10.1002/j.2379-3988.2002.tb00041.x>
- Lerner, R. M., Easterbrooks, M. A., Mistry, J., & Weiner, I. B. (2003). Handbook of Psychology: Developmental Psychology. John Wiley & Sons.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Piaget, J. (1932). *The Moral Judgment of the Child*. Routledge.
- Rivero, M. I., & Casari, L. M. (2022). La evaluación de la autorregulación emocional infantil.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Sandra Pinta, Margiorie Pozo, Emerson Yépez, Katherine Cabascango & Angie Pillajo. (2019). Primera infancia: estudio relacional de estilos de crianza y desarrollo de competencias emocionales.
- Uribe, M. A. R. (2016). 2. Consideraciones acerca de las competencias socioemocionales. *Las competencias socioemocionales en el contexto escolar*, 15.