



MANEJO Y RECONOCIMIENTO DE EMOCIONES EN LOS NIÑOS DE SEGUNDO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 (MÉXICO)

Adrián Cuevas Jiménez
María Antonieta Covarrubias Terán
Jesús Gómez Flores
Jaqueline Lara Prado

Resumen

Con el objetivo de que los niños de segundo grado reconocieran y expresaran sus emociones para con ellos mismos y con los otros, se realizó un taller en línea de doce sesiones con niños con edades que oscilan entre los 7 y 8 años en una escuela pública de nivel primaria, ubicada en el Municipio de Tlalnepantla, Estado de México. Dentro de este taller se abordó el tema de las emociones, así como su expresión y su reconocimiento, mediante actividades dinámicas y el uso de mediadores, de igual manera se aplicó una evaluación constante para un mejor entendimiento de los avances. Los resultados fueron satisfactorios, logrando, por parte de los niños, una mejor expresión de sus emociones y sentimientos, así como la solución de algunas necesidades individuales detectadas mediante una observación no participante.

Palabras clave: *emociones, confinamiento, educación, taller, infancia.*

Abstract

With the aim that second grade children recognize and express their emotions towards themselves and with others, an online workshop of twelve sessions was carried out with children between 7 and 8 years old in a public-school level primary school located in the Municipality of Tlalnepantla. Within this workshop the subject of emotions was addressed, as well as their expression and recognition, through dynamic activities and the use of mediators, in the same way a constant evaluation was applied for a better understanding of progress. The results were satisfactory, achieving, on the part of the children, a better expression of their emotions and feelings, as well as the solution of some individual needs detected through a non-participant observation.

Keywords: *emotions, confinement, education, workshop, childhood.*



Introducción

Las emociones juegan un papel fundamental en los contextos y procesos que componen a un individuo biológica y psico-socialmente a lo largo de su desarrollo. Estas nos permiten relacionarnos de manera afectiva con otros seres vivos y con el medio en el que nos desenvolvemos, también son determinantes en cuanto a la auto percepción, autoestima y en general en la construcción de la personalidad.

En 2020, el ministerio de sanidad plantea las emociones como reacciones a nivel cognitivo, fisiológico y subjetivo que todo ser humano experimenta al tener contacto con distintos elementos que conforman su contexto, y estos, a su vez provocan dichas reacciones dependiendo de la situación en la que se encuentra el individuo en el aquí y el ahora. Aunque las emociones provienen del cuerpo, algunas veces son desapercibidas por su desconocimiento teórica y socialmente, ya que son una conjunción muy compleja de vivencias, aprendizajes y construcciones personales.

La infancia es una etapa de suma importancia en el posicionamiento social y psicológico de una persona, y en este período los niños empiezan a experimentar emociones en diferentes grados de complejidad, que se van incrementando en función de la interacción social que tengan en el contexto en que se desenvuelvan, en el que se sitúan de manera concreta y personal.

El primer acercamiento emocional que tiene un niño es con las personas que lo cuidan y están a su alrededor de manera cercana, casi siempre se sitúa en el seno familiar. Gallardo (2009), afirma que la actitud de estas personas desencadena respuestas en los niños, respuestas que son propias de cada uno de ellos y, a la vez, ellas estimula al adulto, estableciéndose así un lazo único entre ellos.

Una vez que el niño aprende y desarrolla lazos afectivos y emocionales con su primer entorno, es decir familia o personas cercanas, es común que el siguiente vínculo se lleve a cabo en el entorno escolar, al constituirse la escuela en una institución obligada y extendida principalmente en los primeros niveles; en este contexto se aprenden y comparten conocimientos tanto personales como académicos, y se participa de interacciones entre iguales y con figuras de autoridad (profesores, directivos...).



Particularmente en la educación primaria resulta apremiante hacer énfasis en el tópico de emociones, ya que en esta etapa los niños comparten sus experiencias personales al mismo tiempo que se enriquecen con las de otros, y todo este proceso posibilita, fortalece y va conformando el desarrollo de su personalidad.

En esa interrelación de ambos contextos, familia y escuela, el niño va experimentando emociones básicas o primarias a las cuales se les llama así porque son primigenias en cuanto a lo que un ser humano puede experimentar en diversas situaciones.

Hernández (2013) las define como:

- Alegría: sentimiento placentero ante una persona, deseo o cosa. Nos impulsa a la acción.
- Tristeza: sentimiento de pena asociado a una pérdida real o imaginada; nos hace pedir ayuda.
- Miedo: inseguridad anticipada ante un peligro, real o imaginario; nos ayuda a la supervivencia ya que nos hace actuar con precaución.
- Ira: rabia cuando las cosas no salen como queremos; nos impulsa a hacer algo para resolver un problema.
- Asco: desagrado respecto a algo o alguien; nos hace alejarnos.
- Sorpresa, asombro, desconcierto: nos ayuda a comprender algo nuevo, porque nos hace buscar respuestas ante lo desconocido. Favorece la atención, la exploración y el interés o la curiosidad.

Al enfrentarse a los primeros cambios emocionales, es natural que el niño se encuentre confundido respecto a lo que siente y cómo expresarlo, ya que en primera instancia no tiene una idea clara de dónde viene y el porqué.

Aunque no en todas las escuelas se imparte información explícita sobre lo que son las emociones y lo que implican, dentro del salón de clases y fuera de él, los niños reciben información que procesan y entienden según sus propias vivencias y en dependencia de quién la reciban y de la importancia que le dé el trasmisor de la misma.



Esto sugiere la necesidad de su abordaje, principalmente en los primeros grados escolares, que vaya más allá de la simple clasificación de las emociones como buenas, malas, negativas o positivas, según la sensación que provocan.

Para Fontaine (2000), los padres de familia, los profesores y los iguales son las figuras que tienen más impacto en los niños, sin embargo los dos primeros actores son los encargados formalmente de su educación, por lo que la relación debiera adquirir un carácter dialógico, asumiendo la importante de atender los requerimientos del niño, por lo menos en cuanto a su necesidad de información, invitándolo a la reflexión y no solamente a la acción, de tal manera que adquiriera práctica en la elaboración de ideas y en la reflexión sobre sus emociones, propósitos y deseos, que le ayudan al desarrollo de su subjetividad (González, 2007).

Debido a lo anterior, es importante que se busquen y desarrollen estrategias, tanto en el hogar como en la escuela, para la divulgación, conocimiento y entendimiento de las emociones de los niños, de tal manera que puedan lograr un manejo de éstas por ellos mismos, ya que esto afianza y es determinante para las relaciones interpersonales y la seguridad de sí mismo ante los demás; posteriormente esta formación, en otra etapa de su desarrollo, le ayudará a identificar no sólo las emociones en él mismo, sino también en los demás individuos y a desarrollar sentidos subjetivos que le permitan un desarrollo personal y socialmente saludable (González, 2007).

Por otro lado, desde inicios de 2020 en México y en el mundo entero, nos enfrentamos a una situación de emergencia sanitaria por la pandemia de la COVID-19, que ha generado graves problemas de salud en la población, provocando también pérdidas tanto humanas como económicas, y afecciones emocionales y sentimentales, al limitar las actividades y rutinas de la población, ante la necesidad apremiante de asumir un confinamiento como una estrategia afrontamiento a esta pandemia.

Si bien lo más notorio son las afectaciones de salud física que se han generado, la cuestión mental y emocional, como parte del completo bienestar que concibe como salud la Organización Mundial de la Salud (1946), también ha experimentado un impacto importante por la situación. Ante este escenario los niños son uno de los



sectores más vulnerables psicológicamente y que más han resentido el distanciamiento social. Como se mencionó antes, para el niño es muy importante la interacción social para establecer vínculos afectivos, sobre todo con sus iguales, y esto era posible mediante el contacto físico en los encuentros presenciales; sin embargo, ahora ha cambiado significativamente de posición cada figura que ocupaba un lugar importante en el contexto del niño; el contacto físico fue sustituido por un contacto tecnológico o mínimo contacto con el otro, ahora su realidad es únicamente en casa con las personas con quien vive. Esto generó incertidumbre y descontrol emocional en los niños, cambiando su conducta y reajustando a sus posibilidades su propio desarrollo.

Otro aspecto importante a considerar es que, si bien se ha atendido con urgencia y trasladado la educación a diversos medios tecnológicos empleando el recurso de clases en línea, es un hecho que se ha descuidado la parte socioemocional de los niños en aras de dar prioridad a lo académico.

En un estudio para determinar el soporte que brindan la familia y los profesores a los niños de educación primaria en pandemia por COVID-19, realizado por Ríos (2020), se ha encontrado que los niños manifiestan emociones predominantemente de tristeza, enojo y estrés. Asimismo, se considera que es importante este reconocimiento porque eso contribuye a orientar las acciones para las soluciones hacia el restablecimiento de bienestar. Por otro lado, con respecto al reconocimiento de las causas de emociones, éstas se han brindado, principalmente ahora, mediante la conversación y relación entre padres de familia y niños. Con relación a si los niños manejan las consecuencias de sus emociones, se ha encontrado que ellos lloran, ríen o gritan según como se sientan, lo cual les ayuda a sobrellevar esta situación, pero no ocurre propiamente una formación para la autorregulación emotiva. Acerca de la adaptación al medio como parte del desarrollo de su capacidad de regulación, los entrevistados expresan que su conducta varía según su cuidador.

En correspondencia con lo anterior, consideramos que el manejo y reconocimiento de emociones es fundamental para los niños debido a que al conocer sus emociones y cómo controlarlas, en la medida de lo posible, será más fácil para ellos



sobrellevar el confinamiento, tener una mayor estabilidad emocional y una mejor relación con aquellos con quienes conviven.

Para ello es de suma importancia que tanto los cuidadores del niño, como sus profesores, directivos de la escuela y personal de la salud (psicólogos y médicos), estén comprometidos en supervisar y contribuir de manera positiva al desarrollo emocional y físico de los niños mediante información y actividades lúdicas especializadas en el manejo de emociones.

En este trabajo se presenta la experiencia de intervención y sus resultados con niños pequeños de una escuela primaria integrada, que implicó la planeación e implementación de una estrategia vivencial para el manejo, control y reconocimiento de emociones en el hogar y en la escuela ante el confinamiento por la pandemia de COVID-19.

La importancia de comunicar esta intervención tiene que ver con la necesidad generalizada de atender la temática para contribuir al bienestar socioemocional de los niños en general, particularmente en condiciones difíciles como lo es esta pandemia, y para compartir la estrategia y sus logros en los niños y niñas sujetos de dicha intervención, de manera que también pueda tenerse en cuenta, en este caso, como antecedente para posible continuación de un trabajo posterior y ante nuevas demandas que se presenten, en pro del desarrollo socioemocional y salud integral de los niños de educación primaria.

Metodología

Este trabajo de intervención tuvo como contexto una escuela primaria pública y multigrado, de turno matutino, situada en el municipio de Tlalnepantla del Estado de México, que contaba con una población de alrededor de 60 alumnos y correspondiente al sector socioeconómico de clase media baja. El personal de la institución lo conformaba una persona para funciones de cuidado y limpieza, un director y tres docentes que atendían cada una a los alumnos dos grados. Esta escuela ha recibido constante apoyo de servicios por parte de la Universidad, de manera que accedió a que se realizara la intervención sin ninguna objeción.



La población en la que se llevó a cabo la intervención educativa fueron los alumnos del 2° grado de esta escuela, conformada por cinco niños con edades que oscilan entre los 7 y 8 años.

Se planteó como objetivo, que los niños de segundo grado reconocieran y expresaran sus emociones para con ellos mismos y con los otros.

El trabajo realizado fue dividido en las siguientes tres etapas

1. Detección de Necesidades

En una intervención profesional con seres humanos, como en este caso de psicología educativa, una cuestión fundamental, como punto de partida, es la evaluación de las condiciones y necesidades a ser atendidas con la intervención. En ese sentido y para este trabajo, se llevó a cabo un acercamiento inicial con el director de la institución, quien brindó la bienvenida y narró la situación actual de la institución, refiriendo principalmente que la situación de confinamiento por la COVID-19, estaba generando afecciones socioemocionales en los escolares, por lo que consideraba necesario el servicio de apoyo al respecto con la intervención profesional. Posteriormente y para complementar la detección de necesidades, se ingresó como espectadores a una de las clases en línea de los pequeños para observar, en primera instancia, necesidades visibles que requirieran atención; se notó que una pequeña no respondía a preguntas o peticiones de la docente, asimismo, que con algunos niños debían estar los padres presentes para lograr que pusieran atención. Enseguida de observación se realizó una pequeña entrevista a la profesora sobre necesidades del grupo y/o lo que ella consideraba de importancia atender en la intervención; ella coincidió con la identificación de la primera niña, de la cuál explicó que tenía insomnio, así como estrés, relacionado con el confinamiento a raíz de la pandemia de COVID 19, asimismo, señaló dificultades de concentración en sus alumnos. A partir de lo anterior se planteó como propuesta de trabajo un taller con la denominación “Manejo y reconocimiento de emociones en los niños de segundo grado de educación primaria durante COVID-19”.

2. Planeación



La planeación sistematizada de estrategias para lograr las metas u objetivos explícitamente formulados, es otro modo de actuación o labor profesional, en este caso del psicólogo educativo. En ese sentido, con base en las necesidades detectadas y el objetivo formulado, se diseñó un taller vivencial compuesto por 12 sesiones en línea de 30 minutos cada una. La estructura de cada sesión implicó: un objetivo específico, subtema(s), dinámicas, actividades, distribución del tiempo, materiales y cierre. La cuestión vivencial refiere a la consideración de actividades lúdicas y dinámicas participativas, así como un personaje que funcionaría como mediador emotivo, un títere al cual se denominó "El Doctor Bob", para lograr la implicación motivada y divertida de los niños en la apropiación de los contenidos. Las sesiones estaban organizadas con un saludo donde se exploraba cómo se encontraban y sentían los niños, enseguida una actividad de relajación y el tema a tratar mediante juegos o dinámicas vivenciales, y al final un cierre a la sesión donde se recapitulaba el tema y las vivencias de los niños, concluyendo emotivamente con una frase, canción, consigna, etc., en la perspectiva de que el taller fuera ameno, divertido y dinámico.

3. Aplicación de la estrategia de intervención

La puesta en práctica de las acciones o estrategias de intervención o de estudio para lograr las metas formuladas, es otra importante labor profesional. Para esta intervención, en convenio con la autoridad y personal docente de la escuela se la aplicación de una sesión semanalmente, de 30 minutos cada una como ya se había acordado, y se convino también el día y horario de aplicación. La intervención en línea sucedió utilizando la misma plataforma que utilizaba la profesora del grupo, quien fungió siempre como la parte anfitriona, pues el tiempo de cada sesión era parte del tiempo asignado para su respectiva clase en línea. La intervención se llevó a cabo en dos bloques con seis sesiones para cada uno.

Evaluación

La evaluación del proceso de intervención o de investigación, considerando las distintas condiciones y avances hacia las metas u objetivos planteados, constituye otro modo de actuación profesional del psicólogo educativo. Para este trabajo, al finalizar cada una de



las doce sesiones, se evaluó el desempeño respectivo, considerando los avances de los niños en relación con el objetivo planteado y la autopercepción de quienes dirigieron la sesión, todo a través de una nota de campo, que implicó registrar cada uno de los sucesos de importancia, después de un tiempo de haber terminado la sesión, con el fin de plasmar lo ocurrido, dar una opinión y buscar mejoras. A raíz de los avances (o de la falta de éstos) en las sesiones, se planteó la siguiente sesión del taller con el fin de mejorar o seguir con el proceso y el objetivo del mismo. Esto implicó que la evaluación fuera continua a lo largo de todo el proceso, complementada al final con la aplicación de un Kahoot¹ para evaluar de una manera más concisa los aprendizajes de cada uno de los pequeños y su manera de ver el mundo una vez finalizado el taller.

Resultados

Los resultados se presentan organizados en dos bloques, correspondientes a dos períodos de intervención.

1^{er} Bloque

El primer bloque de seis sesiones, durante los primeros dos meses de intervención, muestra los resultados en las categorías: activación y relajación y comprensión de emociones en los demás.

Activación y relajación

Los resultados en estas categorías expresan el cumplimiento de los objetivos específicos de este conjunto de sesiones y, por lo tanto, un avance en el logro del objetivo general de toda la intervención

Primeramente, cabe señalar la importancia del uso de mediadores apropiados a los participantes, como recursos vivenciales para su implicación motivada y atractiva; en este caso “el doctor Bob” representó ser un mediador propicio para la comunicación coordinadores-niños y niños-niños; desde la primera sesión en que se inició el contacto,

¹ Herramienta virtual para aprender y repasar conceptos de forma entretenida, usualmente en forma de preguntas.



la mayoría de los niños mostraron interés en participar, preguntar o comunicar algo, aunque como primera vez algunos se mostraban con cierta timidez.

A medida que se avanzó en la aplicación de las sesiones se fue construyendo un ambiente de confianza donde los niños poco a poco se mostraron con libertad de expresión y ser ellos mismos, atendiendo y asumiendo las actividades con interés y entusiasmo y no por obligación, lo que empezó a representar el inicio de formación de un sentido personal y la apropiación de los contenidos inmersos en los objetivos de las sesiones. El mediador y las actividades lúdicas y dinámicas permitieron una relación de confianza y una comunicación entre los involucrados, pese a la modalidad en línea de la intervención, como se muestra en la siguiente nota.

N.C 2 (Nota de Campo 2): “el doctor Bob mencionó que en ocasiones era normal sentirse tristes o molestos, y fue cuando el niño S tomó la palabra, diciendo que él sí había sentido molestia en estos últimos días, pues su hermano de once años lo golpea de manera constante. Posteriormente, la niña I se animó a expresarse y decir que, de igual manera, su hermana la molesta de forma constante, sin embargo, se atinó a ver cómo era ella quien golpeaba a su hermana en una ocasión”.

El espacio del taller fue utilizado para brindar estrategias a los pequeños acerca del control de emociones, haciendo especial énfasis en el uso de dinámicas y recursos atractivos para ellos. Se encontró que las actividades de activación llevadas a cabo al inicio del taller les sirvieron para despejarse y tener un mayor rendimiento en las siguientes actividades; esto se observó mediante el tono de voz y posturas corporales al inicio de cada sesión que, al ser éstas en la mañana, los niños mostraban un tono de voz tenue, usando sólo monosílabos como “sí” o “no”, su rostro denotando cansancio o aburrimiento, así como cierta dispersión; sin embargo, al término de las actividades de la sesión respectiva se les observaba más activos, sonreían con más frecuencia, participaban más e, incluso, en varias ocasiones expresaban que querían seguir en las actividades al término de las sesiones, lo que se mostró como un indicador de que las vivenciaban interesantes más que en sentido estrictamente académico.



Una herramienta que resultó de utilidad fueron las técnicas de relajación progresiva o respiraciones profundas adaptadas como “truco de magia”, de tal manera que los niños pudieran entender, familiarizarse con el término y sentirlo más interesante para ellos; se dedicó un espacio en cada sesión para su realización una o dos veces, explicando la importancia de hacerlo, de tal manera que se logró que los niños aplicaran la técnica para ellos mismos al sentir una emoción o estar en una situación negativa.

N.C 2: “De esta manera, se les informó a los niños que cada ocasión en la cual sintieran una emoción negativa podían abrir el frasco y respirar profundamente en tres ocasiones, de esa manera, las emociones malas irían desapareciendo de manera progresiva”.

N.C 3: “optamos preguntarles a los niños que lo dejaron de hacer, si se acordaban del truco de magia, ya que sí lo llegamos a trabajar con ellos. Una vez que nos contestaron en qué consistía hicimos 3 respiraciones”.

Comprensión de emociones en los demás

En cuanto a este subtema o categoría, los niños lograron comprender las emociones en los demás por medio de películas, dibujos y actividades implementadas en las sesiones con la denominación de “El consultorio de emociones del doctor Bob”. Para esto primero fue necesario preguntarles y darles una retroalimentación de lo que sabían en torno a las emociones básicas. Se encontró que todos sabían a qué se refería cada emoción, pero no todos eran capaces de comprender porqué o en qué situaciones las demás personas o seres vivos las sentían.

Al ahondar en este tema de manera atractiva para ellos, los niños fueron capaces primeramente de comprender los posibles escenarios en que una persona puede sentir alguna emoción, posteriormente lograron identificar y plantearse qué diría o cómo actuaría alguien al sentir una emoción; igualmente, reflexionaron y trataron de encontrar la mejor manera de actuar cuando se encontraran ante alguien que está sintiendo alguna emoción; los niños se plantearon soluciones o algunos consejos que podrían darle a otra persona especificando cada una de las emociones básicas. En definitiva, lograron



comprender las emociones básicas en los demás, particularmente en la sesión 5 con “El consultorio de emociones del Doctor Bob”; los siguientes extractos ilustran al respecto.

N.C 4: “Comenzamos con el primer paciente, el cual era la imagen de un niño molesto, les dijimos que se llamaba Tito y les preguntamos cuál emoción creían que tenía. Los niños respondieron que estaba molesto, asentimos y les preguntamos lo que podrían recetar. A lo cual nos preguntaron las razones de su enfado. La coordinadora les mencionó que estaba enojado porque no le habían comprado su dulce favorito por lo que los niños comenzaron a decir que una posible cura sería comer dulces, sin embargo, al recordarles las respiraciones que hemos hecho a lo largo de las sesiones que llevamos juntos, coincidieron en que era una buena idea decirle que respirara”.

N.C 5: “El doctor comenzó su sesión diciendo a los niños que observaran de manera atenta a su juguete, remarcando sus expresiones y todo aquello que pudieran notar en él. Pasados unos segundos se les pidió que dijeran lo que habían observado, el cómo creían que su juguete se sentía. Varios de los niños, al ver las expresiones que denotaba el juguete, en su mayoría sonrisas, expresaron que se sentían felices, así como otras características de éstos, como que podían pararse solos, que eran altos, etc.”; de manera semejante sucedió en torno a otras emociones en otros niños.

2^{do} bloque

En este segundo bloque, también de seis sesiones, se muestran, de acuerdo al objetivo general del taller, los resultados en las categorías: expresión de sus emociones e identificación de emociones en el otro.

Con la experiencia y avances del primer bloque, se planearon e implementaron las sesiones de este segundo bloque, considerando las dinámicas y actividades que fueron más afines al carácter vivencial del taller (de activación o relajación).

Es importante señalar que, aunque por cuestiones institucionales se discontinuó alguna sesión y se compactó con la siguiente, esto no implicó un obstáculo para continuar avanzando en el logro de los objetivos específicos respectivos, hacia niveles de mayor formación, con el interés e implicación motivada de los niños.



Es importante señalar que, el descanso por cuestiones institucionales entre el primero y segundo bloque mermó un poco la continuidad de logros en los niños, excepto en el niño S que mostraba implicación motivada y actualidad en lo asimilado en torno a las emociones; sin embargo, pronto se recuperó el nivel de implicación y continuidad de desarrollo en todo el grupo, como lo muestra el siguiente extracto:

NC-3(2): Cuando retomamos las actividades, hicimos 3 respiraciones con los niños para que se relajaran otro poco y jugamos nuevamente “el rey pide”.

Expresión de sus emociones

Para este segundo bloque se planteó avanzar un poco en la complejidad en torno a las emociones: el ejercicio de la expresión de emociones; los siguientes extractos hacen referencia a esta categoría, mostrando avances formativos al respecto en los niños.

NC-1 Y 2 (2): “Ahora pongan mucha atención porque les vamos a enseñar unas imágenes y ustedes qué les parece si nos platican lo que les hace sentir (recordándoles las emociones que se vieron antes: alegría, tristeza, miedo, enojo, desagrado...) y nos platican qué hacen ustedes cuando sienten esto”; los niños respondieron positivamente entonces se mostraron las imágenes en diapositivas que tenían situaciones de felicidad, miedo, tristeza, desagrado, una donde muchos niños estaban jugando, otra donde se podía apreciar el estrés por excesiva tarea o bailando. Los niños, ante estas imágenes, decían que los hacían felices, tristes o que irradiaban enojo, etc., pues lo identificaban de manera personal, observando los rostros de las personas que se proyectaban en las imágenes.

El proponer a los niños un espacio de dibujo y concentración dentro del contexto casa-escuela, ayudó de manera considerable respecto a lo que se pretendía conseguir, pues hay que recalcar que las participaciones fueron fluidas en su mayor parte, así pues, se comenzó a optar por juegos y dinámicas mucho más acordes a los temas tratados, utilizando el dibujo, la música y la actuación como estrategias significativas, ante las cuales los mismos niños comenzaban a pedir que se realizaran más actividades de la misma índole.



Reconocimiento de emociones en los otros

De igual manera, a lo largo de este segundo bloque, en continuidad con el primero, se ejercitó el reconocimiento de las emociones en otros. Si bien los niños comenzaban a entender y comprender las emociones que ellos mismos expresaban, de igual manera se consideró pertinente el trabajar este mismo reconocimiento en sus familiares, amigos o conocidos.

Una trama utilizada en estas sesiones “El laboratorio de medicinas del Dr. Bob”, fue útil para la asimilación, por parte de los niños, de distintas estrategias de relajación para control de emociones. Esto mismo fue aplicable para el reconocimiento de las emociones en otros, ya fueran estos personajes conocidos del mundo de la televisión o, de igual manera, sus familiares.

NC-1 Y 2(2): pedimos a los niños que observaran su película favorita o cualquier otra película y que observaran al personaje principal, pensando en cuál de esas medicinas podrían recomendarle para lidiar con su estrés. Así pues, pedimos que, de igual manera, ocuparan esas medicinas con ellos mismos y con sus familias al menos dos veces en la semana.

De la misma manera, mediante actividades lúdicas, se orientó a esa identificación de emociones, como una ruleta personalizada en el pensamiento de los niños, presentando situaciones cotidianas para que expresaran lo que veían y lo que harían ante cada situación.

NC-3 (2): Preguntamos pues lo que hacían dichos protagonistas en el momento de estar enojados; llegaron muchas respuestas como romper cosas, pelear e incluso hacer que nevara (propuesto por la niña I) y llegamos a la conclusión de que no todo lo que hacían estaba bien, por lo que, con el uso de la ruleta, fuimos preguntando a los niños lo que ellos hubieran hecho al encontrarse en una situación de ese estilo.

En suma, los resultados de esta intervención muestran un importante avance en el objetivo planteado en la planeación antes de la aplicación; las actividades y dinámicas



lúdicas y atractivas, consideradas en el trabajo, permitieron una implicación motivada de los niños y propiciar, de esa manera, que lograran el reconocimiento y expresión de sus propias emociones, así con en otras personas; la alusión inmersa a las circunstancias de la pandemia por Covid-19 y a sus experiencias personales al respecto, a través del mediador utilizado, favorecieron la participación motivada de los participantes. Esto indica la importancia y pertinencia de las estrategia vivenciales para un trabajo de formación que implique la apropiación personal de los contenidos, como en este caso las emociones, vivenciando lo que son y representan, máxime en estas condiciones de confinamiento por la pandemia, que propician alteraciones y/o desajustes socioemocionales, que pueden afectar el bienestar afectivo, principalmente de los niños.

Discusión

En un trabajo de intervención con seres humanos para contribuir a su desarrollo, concibiendo a éste como un proceso dinámico y concretamente situado en un contexto sociocultural determinado (Lave y Wenger, 2003), y asumiendo que toda habilidad social debe de considerarse dentro de un marco cultural determinado, pues los patrones de comunicación variarán ampliamente entre culturas y dentro de una misma cultura, dependiendo de factores tales como la edad, el sexo, la clase social y la educación (García, 2010), es necesario, como punto de partida, considerar las particularidades de las personas participantes, las circunstancias específicas de su contexto de implicación, y las cuestiones o necesidades de atención, para la formulación de la meta, las acciones, procedimientos y recursos estratégicos a implementar. La observancia de este planteamiento en el presente trabajo, permitió la estructuración y puesta en práctica de la estrategia para definir la esfera de intervención -la cuestión socioemocional-, el propósito de acuerdo a las personas sujetos de intervención y a sus necesidades al respecto -niños de segundo de primaria con alteraciones emocionales ante confinamiento por Covid-19, para llevarse a cabo a través de una modalidad en línea.

La sistematización de la estrategia, estructurada desde esa base preliminar, fue acorde al planteamiento de diversos autores, entre ellos Pérez y Filella (2019), al postular que para obtener una buena educación emocional se precisa un trabajo



intencional, sistemático y efectivo que requiere de un conjunto organizado, coherente e integrado de actividades articuladas entre sí con un propósito común.

Asimismo, el carácter vivencial de la estrategia, implicó la consideración de actividades lúdicas y recursos vívidos como películas, dibujos, canciones, situaciones ficticias y reales del contexto cotidiano de los niños. En esa trama los mediadores significativos, como mascotas, personajes de caricaturas, historietas o películas, que según Brunn, (2009) pueden fungir como recursos que crean la posibilidad de hacer un nexo entre el interior y el exterior del sujeto, y constituirse en elementos intermediarios para transferir sentidos, emociones y estimular en el sujeto la emergencia de formas nuevas de representación y un reinicio permanente de los procesos de simbolización, fue precisamente la función lograda por el mediador considerado en este trabajo y denominado “El Dr. Bob”.

De manera más específica, resultó apropiado considerar activación y relajación en las primeras sesiones y consecutivamente al inicio de todas las demás, pues los niños las ejercitaron y se apropiaron de ellas como recursos útiles ante situaciones emocionales, lo que es acorde a la consideración de Ahmed (2010) al plantear que, si desde edades tempranas se ejercitan con los niños técnicas de relajación a través de juegos y dinámicas de su interés, éstas terminarán por convertirse en hábitos, lo cual les ayudará a mantener una vida sana y a lograr un mayor control de emociones.

El avance en el objetivo general del trabajo fue positivamente valorado por la institución escolar objeto de la intervención, ya que los niños pudieron reconocer emociones más vivenciadas como alegría, tristeza, miedo, enojo, desagrado, tanto en ellos mismos como en otros, así como expresarlas; asimismo pudieron identificar situaciones de su contexto en las que ocurren, y empezaron a concientizar y asumir técnicas sencillas de relajación para su control, u otros recursos como dibujar, escuchar música, etc. Sin embargo, las condiciones de la intervención no fueron del todo las más apropiadas, como se hubiera deseado, como enseguida se explicita.

La intervención y los logros alcanzados sucedieron en el marco de las siguientes limitaciones: a) el tiempo muy reducido de 30 minutos por sesión; b) la implementación



de sólo una sesión por semana; c) las dificultades generalizadas, pero principalmente en los niños, con respecto a la disposición de recursos digitales y el acceso a las redes. Sin embargo, con todo esto cabe señalar la viabilidad de una modalidad en línea para intervenir en el desarrollo de los escolares, la cual cada vez será más necesaria.

Finalmente, como señala Linaza (2017) entre muchos otros, la escuela es sólo uno de los ámbitos del proceso educativo, de manera que los avances al respecto desde la escuela se complementan con la participación de los otros contextos en los que se inserta el niño, principalmente la familia. Al respecto y en relación con la temática de este trabajo de intervención, es recomendable que permanentemente se pregunte a los niños ¿cómo se sienten? y continuar proporcionándoles información acerca de sus emociones y sentimientos mediante juegos y dinámicas. De igual manera, se sugiere a los padres de familia y cuidadores de los niños estar al pendiente de cómo éstos se sienten de las actividades que realizan, así como tratar de tener mayor comunicación, comprenderlos y pasar el tiempo que les sea posible con ellos.

Referencias

- Ahmed, M. (2010). Actividades de relajación en educación infantil y primaria. *Revista digital*. 4 (6), 1-9.
- Brunn, B. (2009). Estrategias de enseñanza en educación primaria. *Universidad de Chile*. 3 (14), 3-18.
- Fontaine, F. (2000). El niño escolar. *Ecured*. 2 (12), 3-24.
- Gallardo, P. (2014). El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años). *Universidad de Sevilla*. 3 (5), 3-12.
- García, A. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de educación social [A study on assertiveness and social skills in students of social education]. *Revista de Educación*, 12, 225-240.



REH- REVISTA EDUCAÇÃO E HUMANIDADES e-ISSN 2675-410X

- González, R. F. (2007). *Investigación cualitativa y subjetividad*. MacGraw-Hill, México
- Hernández, M. (2013). Las emociones como parte importante del desarrollo. *Universidad de Lima*. 2 (7), 354- 356.
- Lave, J. & Wenger, E. (2003). *Aprendizaje situado, Participación periférica legítima*. México, Facultad de Estudios Superiores Iztacala UNAM.
- Linaza, L. (2017). El desarrollo psicológico y escolar. *Universidad de Lima*. 4 (6), 345-367.
- Organización Mundial de la Salud. (1946). *Carta constitutiva*. Ginebra, Suiza.
- Pérez, N., & Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes. *Praxis & Saber*, 10(24), 23-44. <https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8941>.
- Ríos, M. (2020). La familia como soporte emocional en los niños de educación inicial en tiempos de COVID-19. *Universidad de Lima*. 1 (8), 3-63.

Recibido: 20/9/2021. Acepto: 7/12/2021.

Autores(as)

Adrián Cuevas Jiménez

Profesor Titular en psicología, Doctorado y Maestría en Ciencias Psicológicas por la Universidad de la Habana Cuba, Post-doctorado en Educación Superior por FLACSO-Universidad de la Habana Cuba. Desarrolla investigación en torno a formación en educación superior, rendimiento académico, desarrollo escolar, formación de valores, y otros temas de psicología y educación. Correo electrónico: cuevasjim@gmail.com



María Antonieta Covarrubias Terán

Profesora Titular en Psicología, UNAM, Campus Iztacala, ámbito de Educación, Desarrollo y Docencia. Doctora en Antropología de las Relaciones de Género, por la Escuela Nacional de Antropología e Historia. Maestría en Psicología Educativa por la UNAM, Licenciatura en Psicología, Escuela Nacional de Estudios Profesionales, Iztacala, UNAM. Correo electrónico: marianct9@gmail.com

Jesús Gómez Flores

Psicólogo en formación, Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM. Correo electrónico: jesusemanuel555@gmail.com

Jaqueline Lara Prado

Psicóloga en formación, Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM: Correo electrónico: jacke.beatle16@gmail.com