

Merlina

Acompañamiento a los niños y niñas en su proceso de gestión emocional

Laura Melissa Figueroa Gallego

Nathalia Mariño Arango

Yessica Alexandra Valencia Muñoz

Facultad de Psicología, Universidad CES

Especialización en Neurodesarrollo y Aprendizaje

Camila Villegas

31 de enero 2022

Tabla de contenido

<i>Resumen</i>	4
<i>Planteamiento del Problema</i>	5
<i>Objetivos</i>	10
Objetivo General	10
Objetivos Específicos	10
<i>Marco Teórico</i>	11
Emociones	11
- Miedo	12
- Tristeza	13
- Felicidad	13
- Amor	13
Neurodesarrollo y Emociones	13
Apego, Estilos de Crianza y Gestión Emocional	16
Educación Emocional	22
<i>Estrategia de Intervención</i>	24
Contenido y secuencia de videos	24
Video 1: Presentación del Canal	24
Video 2: ¿ Qué son las emociones?	25
Video 3: Tristeza	26
Video 4: Miedo	27
Video 5: Alegría	29
Video 6: Sorpresa	31
Video 7: Asco	32
Video 8: Enojo	34
<i>Aspectos Administrativos</i>	37
<i>os Administrativos</i>	1

Cronograma de Actividades	1
<i>Consideraciones Éticas</i>	<i>1</i>

Resumen

La gestión emocional no es un proceso que se da de forma autónoma en el desarrollo, es más bien un aspecto que se aprende y fortalece en el devenir del cuidado y crianza; es por esto que el rol de los cuidadores es fundamental, pero ¿están preparados los cuidadores para acompañar el proceso de gestión emocional principalmente en la primera infancia? Las investigaciones señalan falencias importantes como pautas y estilos de crianza desfavorecedores, vínculos afectivos difusos, desconocimiento en neurodesarrollo y del proceso personal de reconocimiento y gestión de sus emociones. Todo esto siendo un factor de riesgo importante para alteraciones en las áreas del desarrollo, dificultades en la interacción social, comportamientos disruptivos y deficiencias en habilidades prosociales. El presente proyecto de intervención busca brindar a los cuidadores de la primera infancia herramientas para el acompañamiento óptimo de gestión emocional en los niños y niñas; por medio de un canal de YouTube, el cual contará con contenido educativo donde “Merlina”, un personaje mágico abordará puntos clave en este tema como las diferentes emociones y algunas estrategias básicas de acompañamiento.

Planteamiento del Problema

La gestión emocional no es un proceso que se dé de forma autónoma en el desarrollo, por lo que es fundamental el papel de los cuidadores primarios en este aspecto, considerando como cuidador no solo a los padres, sino también, familiares y agentes educativos. De acuerdo con Grau (2015) “el desarrollo emocional está íntimamente ligado a las primeras relaciones con el entorno social que tiene el niño, por ello, es muy importante crear un vínculo familiar adecuado entre los cuidadores y el niño desde los primeros momentos de vida” (, P. 21).

Minzi (2005) por su lado hace referencia a la relevancia de las primeras relaciones familiares, las cuales van a conectarse directamente con las formas de reacción y afrontamiento de los niños y niñas; ambos autores apuntando al rol fundamental que poseen los cuidadores en todo el proceso de gestión emocional y de afrontamiento en la infancia.

En este sentido se ha identificado que existen falencias importantes en el proceso de acompañamiento en gestión emocional, principalmente por parte de los cuidadores en la primera infancia; ya que estos cuentan con estrategias poco efectivas en su propia gestión emocional, utilizan pautas de crianza que poco favorecen el establecimiento de un vínculo seguro, desconocen cómo funcionan las emociones y el proceso de neurodesarrollo de los niños y niñas; adicional que a nivel social no se cuentan con suficientes programas o estrategias donde se fortalezca la educación emocional; lo que termina desencadenando en niños y niñas con pocas herramientas para la gestión de sus emociones, alteraciones en las

áreas del desarrollo y dificultades en su interacción social, generando comportamientos disruptivos y deficiencias en habilidades prosociales como la empatía.

En relación a esto, Henao, et al (2007) manifiesta que los estilos de crianza que se establezcan en el hogar van a “señalar el camino” por el cual se desplegará el desarrollo de los niños y niñas, siendo responsables en gran medida de la estructuración de su personalidad, sus habilidades y capacidades. Inclusive sostiene la necesidad de educar a los padres para prevenir consecuencias como las anteriormente mencionadas:

Es necesario realizar un trabajo educativo dirigido a la población de padres, de forma que pueda prevenirse los problemas tales como la desadaptación y mal desempeño escolar, las adicciones y las conductas disociales, entre otras, que se evidencian en los hijos como consecuencia de unas inadecuadas estrategias educativas familiares. (P. 239)

En la misma línea Cuervo, et al (2010) refieren cómo los estilos de crianza inadecuados se relacionan directamente con factores de riesgo para problemáticas tanto de tipo cognitivo como socio afectivo; haciendo también un llamado a la necesidad de orientar a la familia en el desarrollo de habilidades sociales, y sensibilización del rol fundamental que cumplen en el proceso de desarrollo emocional de los niños y niñas:

La sensibilización a los padres y cuidadores sobre su rol y su responsabilidad en la optimización del desarrollo, las habilidades sociales y emocionales en la infancia y la influencia de los modelos en la familia para el desarrollo de competencias

sociales, es trascendental para facilitar la autorregulación emocional o para generar conductas prosociales en la infancia. (P. 118)

Para Pérez (1998) “el contexto emocional donde los niños se desarrollan proporciona el primer referente. Un buen ambiente socioafectivo proporciona el repertorio emocional que permite canalizar las emociones de forma que mejore su calidad de vida futura.” (P. 1).

“Los factores genéticos o innatos que configuran comportamientos humanos como la compasión, el altruismo o la agresión son el producto de un largo proceso condicionado por las experiencias familiares, las normas sociales y los patrones culturales. Se aprende a ser agresivo de la misma forma que a inhibir la agresión y ser compasivo.” (P. 4)

Conocer sobre el desarrollo emocional y sus hitos de acuerdo a la edad del niño, va a ser fundamental también para poder influenciar de forma asertiva en la gestión emocional de los niños y niñas y prevenir las consecuencias que se han venido mencionando, Moreno por ejemplo (1998, citado por Grau, 2015) “asocia muchos de los problemas comportamentales a un subdesarrollo afectivo entendido como una falta de conocimiento emocional tanto a nivel personal como en los demás” (P.18), planteamiento apoyado por Aresté (2015), quien afirma que:

“La educación emocional se ha vuelto imprescindible tanto en la familia como en la escuela. Así, la inteligencia emocional se ha convertido en una parte importante del desarrollo humano y esencial para alcanzar buenas metas laborales, sociales, familiares y emocionales.” (P. 8)

El mismo autor sostiene incluso, que el aprendizaje del niño requiere respuestas inmediatas y adecuadas a lo que está experimentando. Los niños se sienten fácilmente invadidos por sus emociones y necesitan a los adultos (figuras parentales o cuidadores) para que les ayuden y les enseñen a expresarlas; además en la primera infancia de los 0 a los 5 años, el cerebro del niño y niña están en proceso de desarrollo y de plasticidad, siendo un periodo importante para iniciarse en la educación emocional.

Es por esto que la educación emocional, como proceso continuo y permanente, debe estar presente desde el nacimiento, durante la educación infantil, primaria, secundaria y superior, así como a lo largo de la vida adulta. La educación emocional adopta un enfoque del ciclo vital, que se prolonga durante toda la vida. (Grau, 2015; P. 9)

Perez (1998) afirma también que abordar estos temas desde edades tempranas, va a favorecer y a impactar en todos los ámbitos que rodean a los niños, lo que facilitará el manejo de las emociones a nivel personal, familiar, laboral y social.

Todo esto mencionado se refleja muchas veces en el quehacer profesional, donde se pone en evidencia en varias ocasiones las falencias que poseen los cuidadores para atender las necesidades emocionales de los niños y niñas y poder acompañar de forma asertiva el proceso de gestión emocional; esto se identifica en algunas de las expresiones de docentes y agentes educativos en contextos como Centros Infantiles e Instituciones Educativas, los cuales refieren por ejemplo: “es que llora mucho” “hace mucho berrinche” “no me lo aguanto” “ como manejo las pataletas de los niños” “yo soy profe y no psicóloga no sé de esto”.

En concordancia con esto se han encontrado algunos procesos de intervención que se han acercado a la resolución del problema, algunos haciendo especial énfasis en el abordaje de la educación emocional desde la escuela y ámbitos educativos, intentando fortalecer a los maestros y maestras, propendiendo que se conviertan en mediadores efectivos en el proceso de expresión y gestión emocional de los niños y niñas (Grau, 2015); algunos de ellos inclusive visibilizan la importancia de incluir en los módulos académicos la educación emocional: “La respuesta de la pedagogía a la investigación actual debe tener como objetivos, además de la transmisión de conocimientos, el desarrollo de las competencias emocionales y sociales y el estímulo de la autonomía de la propia responsabilidad y control” (Pérez, 1998, P. 1).

Lo mencionado hace visible la relevancia de programas de intervención que aborden estos aspectos en esta población específica; inclusive desde la Alcaldía de Medellín se han empezado a implementar estrategias que buscan impactar en diferentes aspectos en la dinámica familiar y dimensiones socio afectivas:

“La Alcaldía ha atendido a 43.744 familias con acciones enfocadas a que tengan herramientas y oportunidades que les permitan superar la pobreza monetaria y multidimensional, así como fortalecer los vínculos familiares y sociales, adicionalmente, desde los Centros Integrales de Familia, ubicados en las 16 comunas y los cinco corregimientos, se ha entregado atención individual a 38.968 personas, por medio de acompañamiento psicosocial y acercamiento de oportunidades.” (Ramírez, 2021)

Es por esto que el presente trabajo busca intervenir en esas variables que están influenciando de forma negativa el acompañamiento que brindan los cuidadores en el proceso de gestión emocional de los niños y niñas.

Objetivos

Objetivo General

- Promover herramientas para el acompañamiento en la gestión emocional en cuidadores de niños y niñas de 0 a 6 años.

Objetivos Específicos

- Fomentar en los cuidadores herramientas para la autogestión emocional asertiva
- Orientar a los cuidadores sobre la importancia del proceso de neurodesarrollo y emociones en niños de 0 a 6 años
- Promover en cuidadores pautas de crianza que generen vínculos afectivos seguros

Marco Teórico

Emociones

Para Bisquerra (2017) las emociones se refieren a diferentes tipos de respuestas frente a estímulos internos o externos. Se enfatiza en la diferencia entre procesamiento emocional, experiencia emocional y expresión emocional, donde la primera se refiere al proceso biológico en que el cerebro se activa de forma involuntaria a partir de un estímulo; la segunda es un proceso de orden cognitivo donde se toma de conciencia de la reacción psicofisiológica; y por último la expresión emocional que puede ser de forma verbal y/o no verbal.

“Una emoción es “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan habitualmente como respuesta a un acontecimiento externo o interno (Bisquerra, 2001)” (Calderón, 2004, p. 61).

Las emociones nacen de un complejo proceso cerebral donde intervienen estructuras como el sistema límbico, el hipocampo, los cuerpos mamilares, hipotálamo y amígdala, los cuales un esfuerzo químico coordinado dar origen a las emociones; en este, “los neurotransmisores tiene como función llevar el mensaje en la comunicación entre las neuronas a través de las sinapsis y así producir un cambio electroquímico, que es la forma en que las neuronas interpretan la información” (Salguero y Panduro, 2001, p.3).

Dentro de la revisión en la literatura académica es difícil encontrar un consenso frente las diferentes emociones primarias y secundarias; siendo primarias las emociones que aparecen en el desarrollo natural del ser humano, ejemplo, ira, tristeza, miedo, alegría,

etc., mientras las secundarias, son las que se derivan de las primarias, caracterizándose por ser emociones adaptativas, las cuales se desarrollan en un contexto social, a partir de las experiencias, las cuales son: irritabilidad, pena, preocupación, tranquilidad, etc., sin embargo, Calderón (2004) refiriéndose a la categorización de Bisquerra (2001) menciona las cinco emociones más comunes experimentadas por niños y niñas: enojo, miedo, tristeza, felicidad y amor.

Definición de las emociones

En este apartado se da una descripción breve, de las emociones más comunes que experimentan los niños en su día a día, según (Bisquerra, 2001; Calderón, 2004)

Enojo

La ira es una reacción de irritación, furia o cólera desencadenada por la indignación y el enojo de sentir vulnerados nuestros derechos” (Bisquerra, 2001, p. 100) y según este autor se genera cuando tenemos la sensación de haber sido perjudicados, la ira exige una respuesta urgente.

- Miedo

El miedo es la emoción que se experimenta ante un peligro real e inminente, esto según Bisquerra (2001) quien añade que el miedo es activado por amenazas a nuestro bienestar físico o psíquico; la forma más habitual de afrontar el miedo es la huida o evitación de la situación peligrosa. En cuanto al papel del organismo, este mismo autor indica que “el organismo reacciona rápidamente, movilizándolo una gran cantidad de energía, de tal forma que prepare el cuerpo para respuestas más intensas de las que sería capaz en condiciones normales” (p. 102).

- **Tristeza**

La tristeza, según Bisquerra (2001) es desencadenada por una pérdida significativa, además es una respuesta a un suceso pasado y en ésta nadie es culpable, la tristeza se asocia con el llanto; esta emoción puede producir pérdida del placer e interés, por lo que la reducción de actividades es característica de ésta, además hay desmotivación y pérdida de esperanza.

- **Felicidad**

Según Bisquerra (2001) la felicidad es la forma de valorar la vida en su conjunto, así como un estado de bienestar; este mismo autor relaciona la felicidad con el gozo, la sensación de bienestar, la capacidad de disfrute, el estar contento y la alegría.

- **Amor**

El amor es la emoción experimentada por una persona hacia otra persona, ideal, animal, cosa, etc. Para Bisquerra (2001) hay diversos tipos de amor, entre estos el maternal, erótico, fraterno, etc. En cuanto a la respuesta del organismo Goleman (1996) expone que hay una respuesta de relajación, calma y satisfacción.

Neurodesarrollo y Emociones

El neurodesarrollo hace referencia al proceso de interacción que tienen los niños y niñas con su entorno, y que como resultado surge la maduración del sistema nervioso y sus funciones, lo cual tiene una implicación directa en la formación de la personalidad:

En la actualidad, un aspecto que ha cobrado mucha importancia por su sólida base científica es el hecho que el neurodesarrollo exitoso tiene estrecha relación no solo con la genética, sino también con el ambiente de estimulación y afectividad que rodea al niño, los cuales influyen decisivamente en la mayor producción de sinapsis neuronales, lo cual implica, a su vez, en la mayor integración de las funciones cerebrales. (Medina, et. al., 2015, p.556)

En este sentido cobra importancia la calidad del entorno desde el momento de la gestación; inclusive “cada vez se encuentra más literatura en la que se destaca la importancia del entorno uterino para una serie de resultados relacionados con la salud fetal, neonatal, infantil y adulta” (Orviz, 2021, p.85).

Según Orviz (2021) el periodo gestacional es tan relevante en la salud mental del niño y posteriormente del adulto que argumenta que el estado emocional de las madres es un factor de alta influencia a nivel emocional en el niño durante el periodo intrauterino; este período cobra tal relevancia ya que representa una etapa de gran vulnerabilidad donde cualquier tipo de impacto puede generar efectos dañinos en las estructuras que están en proceso de construcción y afectar directamente el desarrollo neuroconductual.

En este proceso, de acuerdo con el autor, el cortisol juega un papel fundamental, se ha visto que, a mayor nivel de cortisol prenatal en la madre, no solo el desarrollo motor sino el desarrollo socioemocional, se verá menos favorecido en los niños de un año; inclusive se ha descubierto que la regulación a la baja de la enzima placentaria que metaboliza el cortisol, está asociada con un aumento de los síntomas maternos de ansiedad. También hay pruebas de que el aumento de la exposición al cortisol en el útero, se asocia con la alteración del crecimiento fetal y el desarrollo cognitivo infantil.

Medina, et al (2015) considera que es de suma importancia evaluar los hitos del neurodesarrollo y conocer las características básicas en cada etapa según la edad del niño, en las diferentes áreas como son: área motora gruesa, motora fina, lenguaje y socioemocional sosteniendo que el desarrollo sensorial está íntimamente relacionado con el desarrollo emocional, ya que a través de un estímulo sensorial, se transmite la

información y se genera una respuesta a través del llanto, sonrisa o cualquier otra expresión emocional.

En este sentido, los aspectos emocionales empiezan a resonar dentro del proceso de neurodesarrollo, en el caso del lenguaje, su desarrollo “dependerá de la interacción de diferentes factores, entre los cuales se encuentran las relaciones afectivas e intelectuales del niño, quien debe sentirse emocionalmente seguro y lingüísticamente estimulado” (Medina, et al, 2015, p.570); inclusive alguno de los hitos del neurodesarrollo se dan en paralelo con el desarrollo socioafectivo y emocional, por ejemplo a los 3 meses aparece la sonrisa social, a los 6 meses la risa social aparece de forma espontánea, a los 9 meses el bebé imita y hace gestos faciales y a partir del año comienza a mostrar afecto, lo que da indicios de una integración del Sistema Nervioso Central. Al respecto, Torras (2020) nos habla de la implicación del proceso emocional en el desarrollo cognitivo, argumentando que éste está estrechamente ligado al desarrollo afectivo.

Las recientes investigaciones en neurociencia cognitiva van en la misma línea, demostrando que el desarrollo cerebral, las emociones y el desarrollo de la mente están claramente entrelazados y que las figuras parentales tienen una gran influencia (P .22)

De acuerdo a lo anterior la etapa de la infancia inicial cobra gran importancia en todo el proceso de desarrollo, pues

Estos primeros mil días se consideran esenciales para desarrollar las potencialidades del bebé, lo que dependerá de las oportunidades que tenga para crecer saludable, bien nutrido, predispuesto al aprendizaje, emocionalmente seguro y siendo escuchado, y del acceso que tenga a servicios adecuados de salud, nutrición, educación y protección. Durante estos mil días iniciales, se establecen en buena medida las bases de la salud y las capacidades que le permitirán desarrollarse de manera adecuada durante el resto de su vida (Kim Suh, 2016, p.18).

Teniendo en cuenta lo anterior la estimulación temprana empieza a cobrar relevancia en el proceso de neurodesarrollo, entendiendo la estimulación como un proceso que debe integrarse desde la cotidianidad del niño en cada interacción que se genera entre cuidador/bebé. En este sentido, “el núcleo familiar juega un rol fundamental en la estimulación y nueva adquisición de habilidades del lactante. Entre las figuras que deben ser significativas en el proceso de estimulación se encuentran los padres, quienes deben asumir el protagonismo en la estimulación de sus hijos” (Calidonio y Galdámez, 2019, p.143)

Apego, Estilos de Crianza y Gestión Emocional

Si bien las emociones tienen un componente neurobiológico, es sabido que también la forma como son gestionadas tiene una influencia significativa del ambiente, surge entonces la pregunta ¿Cómo se da esta influencia? Para poder responder debemos tener en consideración inicialmente cuál es el ambiente primario de los niños y niñas, de acuerdo a nuestra cultura, “La familia”.

Según Henao, et. al., (2007) la teoría sistémica define la familia como un conjunto de unidades que cumple con características específicas, principalmente es un sistema organizado y sus miembros tienen una relación interdependiente, posee unas reglas de comportamiento y dinámicas internas particulares, al mismo tiempo que se encuentran en interacción con su entorno externo. Esto complementado con teorías de orden ecológico que plantean que la familia es “uno de los entornos primarios de mayor influencia en el individuo” (p. 236); todo lo mencionado nos empieza a dilucidar las respuestas a la pregunta inicial.

Teniendo en consideración a qué nos referimos cuando hablamos de familia, debemos empezar a esclarecer cómo es que este sistema llega a ser tan determinante en todo el proceso de desarrollo de los niños y niñas; para Cuervo (2010), aspectos como valores, habilidades y normas se aprenden durante la infancia y la familia es sumamente influyente en este proceso, lo cual desencadena en la forma como el niño y posteriormente el adulto va a resolver conflictos, determinando sus habilidades sociales y formas de regulación emocional.

Teniendo en cuenta la importancia que posee el núcleo y las dinámicas familiares en el neurodesarrollo y adquisición de habilidades como la regulación emocional, es pertinente explorar conceptos como vínculo de apego y crianza. Para Vives y Córdoba (1992) la capacidad humana para establecer relaciones sociales complejas puede rastrearse a una primera *conducta de apego*, “término que designa una serie de comportamientos observables en la interacción materno-infantil” (p.2), donde el bebé busca la interacción

con su madre o cuidador primario, quien debe dar respuesta desde su propia capacidad vincular, lo que implica que en el proceso del vínculo entran a jugar dos protagonistas *el impulso innato del recién nacido para vincularse y la capacidad de cuidador para responder a dicha necesidad*; dentro de la literatura académica se encuentran diversos autores que han dirigido sus aportes hacia uno u otro protagonistas:

Entre los investigadores del desarrollo infantil están, en un extremo, aquellos que, como Bowlby (1958,1969), tienden a enfatizar las potencialidades innatas existentes en el recién nacido. De hecho, el concepto de conducta de apego tiene que ver con una necesidad exobiológica del bebé que lo impulsa en busca de un objeto que le brinde seguridad y protección: la madre (comportamiento que encontramos afín a la manera como M. Klein define al instinto: buscador de objeto). “En el otro polo conceptual están diversos pensadores como Winnicott (1945), Lacan (1949) y Mahler (1975), quienes tienden a privilegiar la centralidad de la madre y la trascendencia de su función especular en la estructuración del bebé como sujeto”. (Vives y Córdoba, 1992, p.2)

Desde una perspectiva evolutiva, estas conductas de apego pueden atribuirse a la vulnerabilidad con la que nace un bebé humano y la presunción de un interés por recuperar la *sensación de seguridad* del periodo intrauterino, “el aferramiento al cuerpo materno y lo que este representa para el bebé es lo que le restituye la sensación de seguridad perdida y le proporciona un estado de bienestar semejante al que tenía antes de nacer” (Vives y Córdoba, 1992, p.4) y como lo menciona García, (2011) “sentirse querido y seguro es una necesidad primaria que matiza el desarrollo del ser humano a lo largo de toda la vida” (P.7).

Este primer vínculo que se establece entre la madre y el bebé recién nacido es importante no sólo porque responde a una necesidad evolutiva, sino que va a determinar el patrón de relacionamiento del niño o niña con pares durante toda su vida, es decir, la calidad de este primer vínculo de apego va a estar presente en las diferentes relaciones afectivas que se establezcan durante los diferentes periodos del ciclo vital del ser humano (infancia, adolescencia y adultez). (García, 2011); inclusive en su revisión Narváez (2018) menciona diferentes investigaciones que resaltan la relevancia del vínculo de apego en el desarrollo de los niños y niñas menores de cinco años y su influencia durante toda la vida del ser humano.

De acuerdo a De Minzi, (2005) la calidad de este primer vínculo es también determinante en la forma de reacción ante situaciones que se perciban como amenazantes, ya que “las primeras relaciones familiares interactúan con las disposiciones del niño pequeño, muy tempranamente. La calidad de estas relaciones interpersonales tiene que ver con la habilidad de los niños para afrontar la amenaza” (p.48).

De acuerdo a Narváez (2018) el vínculo afectivo que se establece con el primer cuidador va a ser determinante en la historia de vida de un ser humano y está estrechamente ligado al desarrollo emocional y neurodesarrollo; proceso altamente influenciado por estilo de cuidado y crianza que se instaura al interior de una dinámica familiar. Uno de los mayores recursos de que dispone el niño es la percepción de una relación contenedora de parte de sus padres. De ahí la importancia del desarrollo de un adecuado estilo de relación parental y de que éste sea percibido como tal por el niño. (De Minzi, 2005 p.48)

Cuando se habla de estilos de crianza se hace referencia principalmente a la forma como los cuidadores responden a las actuaciones de los niños y niñas, como toman las decisiones frente al cuidado y solucionan los conflictos que se presentan en la cotidianidad (Jorge y González, 2017).

Para Cuervo (2010) los estilos de crianza son entendidos como la manera en que los padres (y en general la estructura familiar) orientan el desarrollo del niño/a y le transmiten un conjunto de valores y normas que facilitan su incorporación al grupo social”. (p.114). De acuerdo a Jorge y González (2017) el estilo de crianza que emplee un cuidador va a estar influenciado por sus conocimientos, experiencias, actitudes y creencias personales frente a las necesidades de los niños y niñas. En su artículo Henao, Ramírez Palacio y Ramírez Nieto (2007) se refieren a tres estilos de crianza generales:

El estilo *autoritario* se describe a un cuidador que deja de lado las necesidades y deseos del niño o niña, en la dinámica del hogar solo se tiene en consideración las opiniones de los cuidadores, quienes toman todas las decisiones sin manifestar interés en sus iniciativas; se tiende a imponer normas y hacer uso de prácticas como el castigo físico e intimidaciones verbales.

Yendo de un extremo a otro se encuentra el estilo de crianza *permissivo*, donde si bien también se dejan de lado las iniciativas de los niños y niñas, la dinámica del hogar se caracteriza por nulidad de normas, exigencias y correctivos a las conductas inadecuadas, “Los padres son complacientes y tendientes a aceptar positivamente los impulsos del niño”. (p.237)

Un último estilo de crianza denominado *democrático* describe una dinámica familiar donde en la toma de decisiones se tiene en consideración las necesidades, deseos y opiniones de los niños y niñas, se establecen límites coherentes y claros de acuerdo a las capacidades de los niños y la comunicación se da en un orden bidireccional.

En su artículo Martínez, et. al., (2017) refieren una clasificación de estilos de crianza más reciente, mencionando tres estilos diferenciados.

El primero, nombrado como rígido, hace referencia a una dinámica familiar basada en normas impuestas por los cuidadores y el respeto por la autoridad de los padres se consolida como la base principal del hogar. Un segundo llamado negociador, las normas y los límites se ponen a discusión, se tiene en consideración tanto la intencionalidad parental como las necesidades y particularidades de los niños y niñas. Finalmente, un estilo indulgente, en el cual las normas y su cumplimiento no tienen un papel importante, dando a los niños y niñas amplias libertades, sus intereses y deseos son el pilar fundamental en el hogar.

Ato, et. al., (2007) argumentan que en los últimos años se ha observado un cambio en la predominancia de los estilos de crianza lo cual está relacionado con lo que llaman una “aparente crisis de autoridad de padres y maestros” (p.33) y lo atribuyen al resultado de padres que fueron criados bajos modelos autoritarios terminan eligiendo modelos permisivos para la crianza de sus propios hijos, lo que desencadena en niños con dificultades para adaptarse a las normas establecidas socialmente.

Para Cuervo (2010) estos estilos de crianza son importantes ya que hacen parte de uno de los factores que influencia el desarrollo de los niños y niñas, en especial en el

desarrollo socioafectivo de los mismos; a lo que le suma también la forma como los padres y cuidadores enfrentan los conflictos y estrés cotidiano que trae consigo la crianza, argumentando que estos últimos influyen también sobre el ajuste emocional de sus hijos, dando una mirada a la relevancia que posee la capacidad de respuesta de los padres hacia las necesidades de los niños en el proceso de gestión emocional; siendo enfáticos en que “las familias con estilos democráticos o asertivos promueven un adecuado desarrollo socioafectivo.” (p.116). Por ende, los estilos de crianza “inadecuados” van a generar el efecto contrario, no solo afectando directamente el desarrollo socioafectivo y emocional, sino que también se relacionan con factores de riesgo frente al desarrollo cognitivo de los niños y niñas.

Educación Emocional

Teniendo en consideración lo mencionado anteriormente y la influencia del ambiente primario en la forma como los seres humanos experimentan las emociones, es pertinente explorar el concepto de “educación emocional”. De acuerdo a Bisquerra (2012) algunos de los primeros autores que incursionaron en este aspecto fueron Salovey y Mayer, quienes en 1990 proponen un modelo de lo que llaman inteligencia emocional, definida como la capacidad de las personas para manejar y discriminar las emociones para posteriormente dirigir pensamientos y acciones; para que una persona pueda llegar a esta meta proponen cuatro áreas que deben desarrollarse: 1. Percepción emocional, que hace referencia al reconocimiento de las propias emociones y la expresión “adecuada” de las mismas, esta expresión puede darse por medio del lenguaje verbal, gestos, conductas, manifestaciones artísticas, etc. 2. Facilitación emocional del pensamiento, en este punto se pone en escena como “el estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el

optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de diferentes puntos de vista” (p. 25); 3. Comprensión emocional, que implica no solo identificar las emociones, sino, poder analizarlas en su naturaleza y relacionarlas entre sí, es decir, empezar a comprender la relación entre los estímulos del entorno y la respuesta emocional, y 3. La regulación emocional, aspecto que hace referencia al control de las emociones, pudiendo “mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir o exagerar la información que transmiten” (p.25)

En otro frente de acuerdo a Leal (2011) describen el concepto propuesto por Goleman, quien basó sus supuestos en el modelo de Salovey y Mayer; este autor propone entonces que la inteligencia emocional está compuesta por: 1. Conocer las propias emociones, 2. Manejar las emociones; 3. Motivarse a uno mismo, 4. Reconocer las emociones de los demás y 5. Establecer relaciones.

Cardona (2004) expone en su libro una definición propuesta por Bisquerra, donde se refiere a la educación emocional como “un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral” (p.11), proceso que incluye en desarrollo de 5 competencias:

1. Conciencia emocional, que hace referencia a ser consciente de la relación existente entre emoción, cognición y comportamiento, lo que facilita la adquisición de estrategias de afrontamiento asertivas” (Bisquerra, 2009); 2. Regulación emocional, donde las emociones logran ser expresadas de forma adecuada; 3. Autonomía emocional, en esta competencia se describen diferentes elementos que la conforman: autoestima, análisis crítico de normas sociales, automotivación, actitud positiva, autoeficacia emocional y resiliencia. (Cardona,

2004). 4. Competencia social, como la habilidad para sostener buenas relaciones interpersonales; 5. Habilidades de vida y bienestar, donde se hace alusión a la capacidad para adaptar los propios comportamientos de tal forma que pueda afrontar de forma satisfactoria los desafíos cotidianos de la vida. (Cardona, 2004)

Estrategia de Intervención

Como se describió en el marco teórico es de suma importancia que los cuidadores adquieran conocimientos sobre el desarrollo emocional en los niños y niñas, es por esto que la estrategia de intervención propuesta para el proyecto se basa en desarrollar un canal de YouTube, el cual contará con contenido educativo dirigido a cuidadores de niños y niñas de 0 a 6 años. Al ingresar al canal los cuidadores se encontrarán con “Merlina”, un personaje mágico que utilizando un lenguaje claro, conciso y asequible brindará diferente contenido relevante para el apoyo y acompañamiento en el proceso de gestión emocional de los niños.

El proyecto consta de ocho videos iniciales donde se trabajan las diferentes emociones y algunas estrategias básicas de acompañamiento; posterior a la publicación secuencial de los videos iniciales se pondrá en consideración la creación de contenido adicional de acuerdo a la acogida del canal y sugerencias de los espectadores.

Los videos al estar en la plataforma YouTube son de acceso gratuito y podrá ser visualizados por todo tipo de público; de forma adicional se contará con una cuenta de Facebook e Instagram donde se promocionará y complementará el contenido del canal.

Contenido y secuencia de videos

Video 1: Presentación del Canal

¡Hola! Soy Merlina y quiero darles la bienvenida a mi mundo mágico.

Mi mundo ha sido creado por tres maravillosas mujeres profesionales de la salud como un regalo para Ti, aquí voy a contarte sobre diferentes experiencias que me suceden a mí, a mi familia y estoy segura también a ustedes, vamos a hablar de temas muy importantes para nosotros los niños y niñas y voy a mostrarte varias estrategias que en mi hogar han funcionado un montón.

Estoy muy contenta de poder compartir estos espacios contigo, espero podamos aprender mucho juntos.

¡nos vemos pronto!

¡Recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Video 2: ¿Qué son las emociones?

“Las emociones” (lo dice alargando la palabra) Te has preguntado alguna vez ¿de qué se trata? ¿Si todos los sentimos? ¿Si es normal esa revoltura en el estómago cuando estamos alegres o ese nudo en la garganta cuando estamos tristes? ¡Te invito a que empecemos a descubrirlo juntos!

Sabías que las emociones son un proceso biológico y natural, nos pasa a todos los seres humanos y nuestro cerebro tiene un papel fundamental. Ya que es él el que se activa cuando un estímulo se nos presenta y empieza a dirigir todo nuestro cuerpo para poder dar una respuesta como llorar o reír.

Es muy importante que sepamos que nuestras emociones son un proceso biológico, en lo que se refiere a sentirlas, pero como las expresamos y gestionamos va a requerir de otras cosas diferentes, como nuestro entorno.

La forma como nuestros cuidadores reaccionan a sus propias emociones y a las nuestras; las pautas o estilos de crianza que se usan en el hogar y las diferentes estrategias que nos ofrezcan para comprender nuestras emociones van a ser fundamentales.

Poco a poco vamos a ir descubriendo algunas emociones y voy a compartirte la forma como en mi hogar las hemos trabajado, espero puedan servirte algunas herramientas a ti también.

No te desconectes para que juntos podamos emprender este viaje por el mundo de las emociones.

¡Me encanto compartir contigo hoy, nos vemos pronto!

¡Si te gusto, Recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Video 3: Tristeza

Intro: Capri era mi mejor amigo de todo el mundo, era el perro mágico más maravillo, lo conocí un día que estaba lloviendo mucho y llegó a nuestra puerta, primero solo le dimos un poquito de comida y luego se quedó a vivir con nosotros; un día Capri no se quiso levantar a comer, yo pensé que estaba muy cansado pero los días siguieron y siguieron, mis papás lo llevaron al médico, pero allí tuve que despedirme de él. ¿Quieres saber qué sentí?

La tristeza es una de las emociones que más rápido expresamos los niños, puedes verla en nosotros desde que somos muy bebés, más o menos desde los tres meses empezamos a manifestarla.

La tristeza aparece cuando sentimos que perdemos algo o alguien con quien tenemos un vínculo, como Capri y yo; pero también podemos sentirnos tristes cuando perdemos cosas o incluso cuando perdemos una gran ilusión. Un día mi papá había prometido que iríamos al parque, yo estaba muy emocionada, pero de repente cuando llegó el momento y empezó a llover y llover; ahí me sentí muy triste ya que tenía un gran deseo por ir; empecé a sentir como algo en el pecho como un vacío, a veces es difícil de explicar, mi ojos empezaron a volverse apagados y caídos, mi sonrisa ya no estaba y no tuve ganas de jugar y empecé a llorar, no quería hablar con nadie, prefería estar sola.

Sabes el día que me despedí de Capri, pensé que esa sensación iba a durar para siempre, muchas veces pienso eso cuando estoy triste; mis papás me dijeron que eso que sentía era normal y que lo iba a sentir por mucho tiempo, me dijeron que llorar estaba bien y que podía hablar con ellos siempre que estuviese triste, y lo que mejor me hace sentir siempre es un abrazo.

¡Me encanto compartir contigo hoy, nos vemos pronto!

¡Si te gustó, recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Video 4: Miedo

Intro: Hace algún tiempo iba caminando muy tranquila con mi familia, no recuerdo para donde íbamos, pero había mucho, mucho, silencio, de repente hubo un sonido súper fuerte y no sabía de donde venía ¿Quieres saber qué sentí?

El miedo es una emoción que puede estar habitualmente en nosotros y no está mal sentirla, solo que en algunas veces nos cuesta gestionarla o manejarla de una manera

acertada, en otras ocasiones se nos dificulta reconocerla. Imagínate yo he sentido miedo, y cuando lo siento me pongo a llorar, o me pongo nerviosa, sudo frio, se me acelera el corazón, o me paralizó y no mi cuerpo no responde a nada, todo este sentir es adecuado y no es malo sentirlo ni expresar cómo lo vives, solo que hay algunos niños o nuestros papás nos dicen que no podemos sentir miedo, y la verdad está bien hacerlo y nos ayudará para entender muchas cosas que pasan en nuestro cuerpo.

Sabes, el miedo es una emoción que nos ayuda a sobrevivir, la cual necesitamos para reconocer el peligro y así irnos de lugar o evitar volver a vivir esa situación.

Nuestro cerebro no reacciona de manera inmediata, necesita realizar un proceso de análisis de la situación, identificar el riesgo y darle una orden al cuerpo para que reaccione. Esta emoción, puede también estar en nuestra vida adulta, por ejemplo, cuando nosotros, nuestra familia o alguien que queremos está en riesgo, muchas veces cuando estamos montados en un avión o helicóptero o cuando nos chocamos.

Los niños también sentimos miedo solo que, en diferentes situaciones, por ejemplo, cuando, nos pegan, nos gritan, al dormir con luz apagada, cuando estamos en un lugar solos sin conocer a los demás, o cuando estamos solos en nuestra casa, pero te voy a contar que puedes hacer cuando tengas esta emoción, que nos puede servir mucho a ti y a mi

1. Validar la emoción, no me digas que no la puedo sentir o que como “soy hombre no puede tener miedo” recuerda que es natural sentirlo.
2. Déjame expresar mi miedo y decirte que es lo que me lo genera.
3. Si estamos en la casa o en colegio déjame tener un lugar donde puede sentirme seguro, lo podemos llamar el “rinconcito de la calma” ahí podemos tener ciertos juguetes, libros, muñecos y cobijas para sentirme seguro y poderme calmar,

4. Juguemos con la luz, con algunas siluetas de mis juguetes o animales favoritos para ser consciente de que cuando la apagues no pasa nada y que hay veces mi imaginación me hace pensar que hay mostros debajo de la cama.
5. Realizamos el muñeco quitapesares, para que él o ella se lleve todos mis miedos, para esta actividad puedes buscar el cuento “Ramón Preocupon” lo puedes encontrar por internet, te acompaño a una biblioteca o en una librería.

Te cuento algo, pero que sea un secreto entre tu y yo, todavía me da miedo la oscuridad, pero shhhhhhiii...

¡Me encantó compartir contigo hoy, nos vemos pronto!

¡Si te gustó, recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Video 5: Alegría

Intro: Galilea es mi abuela, es la mejor maga de todo el mundo mágico, tiene los mejores trucos de todos los mejores; ella vive muy muy lejos pero cuando viene a visitarme mi corazón se acelera muy fuerte, en las últimas vacaciones vino a verme ¿Quieres saber que sentí?

Generalmente nos sentimos alegres cuando pasa algo que nos gusta, es una emoción que está muy relacionada con una sensación de satisfacción. Cada vez que nos pasan cosas

positivas esta emoción se manifiesta, cuando logramos una meta o tenemos una sensación placentera, como ver a mi abuela Galilea.

También en la vida cotidiana podemos experimentar esta emoción por diferentes situaciones, cuando alguien nos sonrío, con un detalle de afecto, un recuerdo feliz, ¡una noticia positiva... todo esto nos recarga de energía! Usualmente cuando nos sentimos alegres se dibuja una enorme sonrisa en nuestro rostro, algunas personas saltan, gritan o hasta lloran al sentirla, los ojos se ponen más brillantes y hay risas por todas partes, en general el cuerpo se pone super activo.

Es muy importante que como cuidadores propiciar espacios que nos hagan sentir alegres a los niños y niñas, ya que las experiencias donde podamos experimentar esta emoción van a ser fundamentales y están muy relacionadas con nuestra autoestima.

Cómo la alegría se puede experimentar como una gran recarga de energía también es importante que nos ayudes a regularla, estar alegres se siente muy bien, pero si es demasiado podemos perder un poquito el sentido de realidad, por eso mis papás siempre me ayudan a respirar cuando mi cuerpo está muy muy activo porque estoy alegre.... Y a ti ¿Qué cosas te hacen sentir alegre?

¡Me encanto compartir contigo hoy, nos vemos pronto!

¡Si te gustó, recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Video 6: Sorpresa

Intro: En mi cumpleaños el año pasado mi papá y mamá me llevaron a comer un helado delicioso, cuando llegué a casa la luz estaba apagada y con mi varita mágica la encendí, de repente vi que todos mis amigos y familia estaba allí y empezaron a felicitarme. ¿Quieres saber qué sentí?

Sabías que la sorpresa es la emoción más espontánea que tenemos los seres humanos, y paralelamente podemos sentir otra emoción seguida a esta. La sorpresa la podemos reconocer muy fácil, debido a que de acuerdo a la situación vamos a experimentar asombro o curiosidad por lo que vemos o sentimos, además nuestro cuerpo reacciona por sí solo y tendemos a abrir nuestros ojos y boca frente a la situación.

La sorpresa es esa emoción que nos invita a explorar y nos prepara para situaciones inesperadas en el transcurso de nuestra vida, experimentar esta emocional, al igual que las otras no es malo ni bueno, somos nosotros quienes damos la connotación positiva o negativa y desde ahí, nuestro cerebro fija su atención en la situación u objeto específico para así generar una respuesta.

Normalmente los adultos sienten esta emoción cuando, pasa algo extraordinario en nuestro empleo o hogar, llega un objeto o algo inesperado, ganamos un premio que no lo teníamos previsto o simplemente en el diario vivir ocurren ciertas situaciones que se salen de nuestra rutina.

Esto también nos pasa a los niños, sentimos esto cuando: nuestros padres nos dan algo que no esperábamos, cuando nos hacen una fiesta sorpresa, cuando por primera vez vemos las luces de navidad, cuando vamos a lugares por primera vez como lo son: un

museo, una biblioteca o el zoológico. Como nosotros estamos aprendiendo a reconocer esta emoción, es importante que sepas cómo ayudarnos, aquí te enseñamos:

1. Cuéntanos y nombra la emoción cuando la sentimos, esto es super importante.
2. Escucha lo que siento y ayúdame a comprenderlo; recuerda que todos sentimos diferentes y algo que me sorprenda a mí, no necesariamente es sorprendente para ti.
3. Acompáñame a relacionarme con ese objeto o situación nueva que está generando en mí la emoción.
4. Enseñarme a asumir con naturalidad esta emoción ya que como las otras hacen parte de nuestras vidas

¡Me encantó compartir contigo hoy, nos vemos pronto!

¡Si te gustó, recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Video 7: Asco

Intro: Un día iba caminando hacia el parque, de pronto empecé a sentir un olor muy feo, miré por todas partes, pero no podía descubrir que olía tan mal, cuando me di cuenta era yo misma, con mi zapato había pisado un gran popo de perro... ¿Quieres saber qué sentí?

El asco, aunque no lo parezca, es una emoción y es eso que sentimos cuando algo no nos gusta, casi siempre cuando sentimos esto nos alejamos, ponemos caras feas y algunas veces vomitamos. Las teorías de la evolución dicen que sentimos asco principalmente como una forma de protegernos de los alimentos que nos hacen daño, pero

hoy en día sentimos asco por muchas cosas, inclusive podemos sentir asco frente a las acciones de otras personas cuando consideramos que lo que hacen no está bien.

Sabes, a los adultos y a los niños nos dan asco cosas muy diferentes, a la mayoría de nosotros nos gusta ensuciarnos, tocar todo tipo de cosas, jugar con diferentes texturas, ¡hay algunos que hasta se comen sus propios mocos! (dice de forma pícara); es importante que nos permitan explorar el mundo y no nos limiten, obviamente debes protegernos de cualquier peligro, pero no seas como la mamá de Draco que no lo deja jugar con tierra nunca y siempre se pierde los maravillosos castillos que construimos; mi mamá siempre que salgo a jugar me coloca mis túnicas más viejitas para poder ensuciarme libremente.

Pero a los niños también hay cosas que nos dan asco; un día mi mamá me sirvió en mi comida un extraño material verde y viscoso, parecía el monstruo de la laguna, yo no quería comerlo, inmediatamente mi cara se puso extraña, mi nariz se arrugó y mis labios superiores se fueron hacia arriba, y aunque no olía mal cerré mi boca tan fuerte como pude para que mi mamá no me diera eso de comer. Ella me explicó que era sano y me ayudaría a crecer fuerte, pero aun así yo no quería probarlo; entonces hicimos un trato: por un montón de días ella solo me daba un poquito para probarlo, y ¿saben qué? Un día me lo comí todo y me gustó mucho; pero todo eso fue porque mi mamá tuvo mucha paciencia y comprendió que sentía asco y poco a poco me ayudó a superarlo. A los niños también a veces nos dan asco algunas texturas no solo de los alimentos, sino de todoooo en general; por eso es importante que nos tengan paciencia y nos ayuden a explorar cosas que no sean peligrosas poco a poco y sin forzarnos.

1. Recuerda que los niños y niñas apenas estamos aprendiendo a reconocer lo que sentimos, es por eso que es importante que nos ayuden a identificar esta emoción, nos cuenten cómo se llama, cuando la podemos sentir y recordarnos que nos pasa a todas las personas.
2. También es importante que nos enseñen a respirar bien, esto nos ayuda mucho a poder gestionar la emoción de una mejor manera; mi papá me enseñó la respiración de la abeja y me encanta.

¡Me encantó compartir contigo hoy, nos vemos pronto!

¡Si te gustó, recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Video 8: Enojo

Intro: Cuando por primera vez fui al Jardín Infantil estaba muy emocionada y quería conocer nuevos amigos, cuando estaba allí vi el oso de peluche más hermosos de todas las tierras mágicas, estaba jugado con él, eso era lo único que quería hacer el todo el día, de repente la maestra lo agarro y lo puso en una estantería (Ir relatando con tono de rabia progresivamente) ¿Quieres saber qué sentí? (respira profundo)

La rabia es una de las emociones que más nos cuesta gestionar y muchas veces nos lleva a hacer cosas de las que luego nos arrepentimos; pero no está mal estar molestos, es algo natural en todos los seres humanos, yo por ejemplo me molesto mucho cuando algo no sale como yo espero, o cuando quiero decir algo pero las personas no me escuchan, empiezo a sentir calor en mi cabeza, a respirar muy fuerte y mi entrecejo empieza a cerrarse. Y saben a veces estaba tan enojada que golpeaba a las personas, gritaba y gritaba o

tiraba todo lo que encontraba; les digo la verdad, eso me avergüenza un poco, pero muchas veces es la forma que los niños encontramos para expresar lo que estamos sintiendo y necesitamos comprender que eso no está bien, y tú debes enseñarnos la mejor forma de expresarnos.

Pero sabes la rabia nos ha permitido a los humanos sobrevivir, ya que hace mucho años cuando éramos cazadores nos servía para identificar amenazas, como un gran animal preparado para hacernos daño; hoy en día estas amenazas han cambiado y la respuesta del enojo puede surgir cuando sentimos que somos tratados con injusticia, menospreciados o somos frustrados; todas estas cosas nuestro cerebro las interpreta como amenazas e inmediatamente nos prepara para defendernos, es allí cuando estamos listos para el combate.

En otras ocasiones nuestro cerebro no reacciona de forma inmediata, pero se pone en estado “alerta” y cualquier otra situación desencadena el enojo, eso nos pasa por ejemplo con el estrés, es por esto que muchas veces después de un largo día de trabajo cualquier razón cotidiana puede ponernos muy enojados, como llegar a casa y encontrar los juguetes tirados por todos lados.

A los niños también nos pasan estas cosas, principalmente cuando nos vemos enfrentados a la frustración y no conseguimos las cosas de la forma que queremos... A mí también me pasa eso a veces; pero te voy a contar algunas cosas que me han ayudado mucho.

1. Antes cuando me enojaba no sabía muy bien que era lo que estaba sintiendo, entonces mis papás magos me ayudaron, siempre que veían que iba a enojarme

me explicaban con mucha claridad porque las cosas no podían ser como yo quería y me contaban que eso que sentía se llama enojo o rabia y que nos pasa a todos, y siempre lo hacían súper tranquilos, verlos así me ayuda un montón a calmarme.

2. Otras veces era tan difícil calmarme que empezaba a llorar súper fuerte, la verdad me sentía muy mal y no entendía nada de lo que mis papás me decían; entonces ellos encontraron la solución y crearon en casa un lugar maravilloso, lo nombramos el “rincón de la paz” y yo le puse todos los colores mágicos que se me ocurrieron, ellos me explicaron que podía ir allí cuando me sintiera así y no quisiera hablar con nadie, y esperar hasta que me sintiera mucho mejor, a veces mi papá también se enoja y usa mi rincón de la paz.
3. También me enseñaron que respirar como si estuviera infando un globo era muy importante, y ¿les cuento un secreto? Tienen toda la razón, eso me ayuda un montón; al principio mi mamá se sentaba a mi lado y me mostraba como hacerlo y se quedaba conmigo hasta que yo lo lograra, pero con el tiempo he aprendido a hacerlo yo solita. (respira profundamente 3 veces)
4. A veces cuando me enojo, no siento rabia hacia mis papás, al contrario, quiero que me abracen y ayuden a calmarme, recuerda que los niños y niñas no nacemos sabiendo cómo hacerlo y necesitamos mucho del apoyo de las personas que nos cuidan; a mí ya me conocen un montón y saben cuándo quiero que me abracen o cuando recordarme que puedo usar mi rincón de la paz. ¿Ya les conté que es mi lugar preferido de la casa?
5. Poco a poco hemos ido construyendo muchas herramientas para mi enojo, estas inclusive le ayudan también a mis papás, ellos se enojan como yo, pero verlos

como actúan cuando están enojados también me enseña cómo debo actuar yo; la próxima semana vamos a hacer juntos una botella de la calma, quizá en otro momento yo también te enseñe a ti como hacerla.

Tengo que confesarte algo, aun a veces cuando me enojo se me olvidan estas cosas y reaccionó de mala manera, pero mis papás me tienen mucha paciencia y siempre están ahí para orientarme y recordarme todos los recursos que tengo para que mi enojo no dañe a nadie; sabes que es lo que más me gusta, que ellos siempre están ahí para escucharme y comprender lo que me está pasando y ayudan a comprenderlo a mí también.

¡Me encantó compartir contigo hoy, nos vemos pronto!

¡Si te gustó, recuerda dar Like y suscribirte a mi canal para que juntos podamos hacer magia!

Aspectos Administrativos

Cronograma de Actividades

Tabla 1

Cronograma de actividades involucradas con Merlina

Número del video	Fecha de reunión y publicación	Tema	Estructura	Material
No aplica	27 de agosto	Realización del Títere	No aplica	Cotizaciones
No aplica	1 de septiembre	Reunión con productora Audiovisual	Estructura y producción de videos	Cotizaciones
No aplica	15 de septiembre	Creación en redes sociales de Merlina (Facebook, Instagram, YouTube)	No aplica	Internet, computador

Número del video	Fecha de reunión y publicación	Tema	Estructura	Material
No aplica	15 de septiembre	Realización de guiones- Emociones y presentación de Merlina	¿Qué es?, ¿cómo se expresa? y estrategias de expresión asertiva de las emociones.	Material pedagógico.
1	22 de noviembre	Presentación del canal	¿Quién es Merlina? Objetivo del canal ¿Qué clase de contenido tendrá en canal?, población a la cual va dirigido. Ver anexo 1	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso humano, escenario.
2	22 de noviembre	Generalidades de las emociones y presentación "ruleta de Merlina"	¿Qué son las emociones? proceso básico de cómo se dan las emociones, emociones a trabajar. Ver anexo 2	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso humano, escenario.

Número del video	Fecha de reunión y publicación	Tema	Estructura	Material
3	29 de noviembre	Enojo	Que es, como se manifiesta, como manejarlo como cuidador, como ayudar al niño a gestionarlo. Ver anexo 3	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso
4	06 de diciembre	Tristeza	Que es, como se manifiesta, como manejarlo como cuidador, como ayudar al niño a gestionarlo. Ver anexo 4	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso humano, escenario.
5	13 de diciembre	Miedo	Que es, como se manifiesta, como manejarlo como cuidador, como ayudar al niño a gestionarlo. Ver anexo 5	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso humano, escenario.

Número del video	Fecha de reunión y publicación	Tema	Estructura	Material
6	20 de diciembre	Alegría	Que es, como se manifiesta, como manejarlo como cuidador, como ayudar al niño a gestionarlo. Ver anexo 6.	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso humano, escenario.
7	27 de diciembre	Sorpresa	Que es, como se manifiesta, como manejarlo como cuidador, como ayudar al niño a gestionarlo. Ver anexo 7	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso humano, escenario.
8	03 de enero	Asco	Que es, como se manifiesta, como manejarlo como cuidador, como ayudar al niño a gestionarlo. Ver anexo 8.	Personaje, material audiovisual, libretos, recurso humano, escenario.

Presupuesto

Tabla 2

Presupuesto para la implementación del proyecto

Producto/servicio	Cantidad	Valor total
Productora: Grabación y edición de videos	10 videos	\$ 1.800.000
Voz orgánica de doblaje	10 videos	\$ 450.000
Títere personalizado	1 títere	\$ 110.000
Ilustraciones de emociones	6 ilustraciones	\$50.000
Tela para cromas	1 metro	\$ 11.000
Cartulina para cromas	2 pliegos	\$ 8.300
Total		\$2.429.300

Consideraciones Éticas

Teniendo en cuenta la resolución número 8430 de 1993 del ministerio de salud, donde “se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud.” P.1 y en consideración de: ARTÍCULO 5. “En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar.” P.5; ARTÍCULO 10. “El grupo de investigadores o el investigador principal deberán identificar el tipo o tipos de riesgo a que estarán expuestos los sujetos de investigación.” P.5 3; en el presente proyecto de intervención se determina que:

El presente trabajo no está fundamentado en la experimentación o investigación en seres humanos o animales, por lo tanto no genera riesgo para la salud física. Es un proyecto educativo, de autoayuda o entretenimiento, los videos no sustituyen ningún tratamiento

psicológico o médico, por lo tanto, los autores no se hacen responsables del resultado del material compartido.

Con el objetivo de mitigar cualquier riesgo que pueda generar la visualización de los videos, el inicio de cada uno cuenta con un mensaje de recomendaciones importantes antes de su reproducción:

- No veas este contenido si realizas alguna actividad que requiera de toda tu concentración.
- Todo el contenido en este canal de YouTube es educativo, de autoayuda y entretenimiento.
- Este video no sustituye de ninguna manera un tratamiento psicológico o médico.
- El autor no se hace responsable del material que se comparta en este canal.
- Disfruta de este contenido de forma responsable.

Referencias Bibliográficas

- Alto, E., Galián, M.-D., & Huéscar, E. (2007). Relaciones entre estilos educativos, temperamento y ajuste social en la infancia: Una revisión. *Anales de Psicología*, 23(1), 33–40.
- Alzina, R. B. (2009). *Psicopedagogía de las emociones (Educar, instruir nº 4)* (1.ª ed.). Editorial Síntesis, S. A.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones (Educar, instruir nº 4)* (1.ª ed.). Editorial Síntesis, S. A.
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., Garcia, E., Lopez, E., Perez, J.-C., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N., & Planells, O. (2012). *Cómo educar las emociones* (Adobe Digital Editions, Vol. 1) [Libro electrónico]. Hospital Sant Joan de Déu.
- Calderón Rodríguez, M., González Mora, G., Salazar Segnini, P., & Washburn Madrigal, S. (2012). *Aprendiendo sobre las emociones: Manual de educación emocional* (1.ª ed.) [Libro electrónico].
- Calidonio Flores, M. R., & Galdámez Hernández, Y. Y. (2019). Estimulación temprana y neurodesarrollo en la primera infancia. *Anuario de Investigación: Universidad Católica de El Salvador*, 8, 135–149. <https://doi.org/10.5377/aiunicaes.v8i0.8347>
- Cuervo Martínez, N. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Diversitas*, 6(1), 111. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2010.0001.08>
- González, O. M. (2021, 12 abril). Inteligencia emocional relacionado con embarazo y desarrollo fetal. *NPunto*. <https://www.npunto.es/revista/37/inteligencia-emocional-relacionado-con-embarazo-y-desarrollo-fetal>

Henao López, G.-C., Ramírez Palacio, C., & Ramírez Nieto, L.-A. (2007). Las prácticas educativas familiares como facilitadoras del proceso de desarrollo en el niño y niña. *EL ÁGORA USB*, 7(2), 233–240.

La importancia de los primeros mil días de vida. (2016, 27 abril). Naciones Unidas en Bolivia. <http://www.nu.org.bo/noticias/naciones-unidas-en-linea/la-importancia-de-los-primeros-mil-dias-de-vida/>

Jorge, E., & González, M. C. (2017). Estilos de crianza parental: una revisión teórica. *Informes psicológicos*, 17(2), 39–66. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v17n2a02>

Leal Leal, A. (2011, febrero). La inteligencia emocional. *Innovación y experiencias educativas*, 39. https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Nu_mero_39/ALFONSO_LEAL_2.pdf

Martínez Licon, J. F., García Rodrigo, M. I., & Collazo Martínez, J. C. (2017). Modelos parentales en el contexto urbano: un estudio exploratorio. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 19(2), 54. <https://doi.org/10.24320/redie.2017.19.2.1176>

Medina Alva, M. D. P., Caro Kahn, I., Muñoz Huerta, P., Leyva Sánchez, J., Moreno Calixto, J., & Vega Sánchez, S. M. (2015). Neurodesarrollo infantil: características normales y signos de alarma en el niño menor de cinco años. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 32(3), 565. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2015.323.1693>

Narvárez Moscoso, E. M. (2018). Influencia del vínculo afectivo en el neurodesarrollo y desarrollo emocional de neonatos prematuros o con bajo peso al nacer. (Tesis de Maestría). Universitat de les Illes Balears, España.

- Richaud De Minzi, M.-C. (2005). Estilos parentales y estrategias de afrontamiento en niños. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(1), 47–58.
- Salguero Galland, M.-L., & Panduro Cerda, A. (2001). Emociones y genes. *Investigación en Salud*, 3(99), 35–40.
- Sierra García, P. (2011). El vínculo afectivo de apego: investigación y desarrollo [Attachment: Research and development]. *Acción Psicológica*, 8(2), 5–7.
<https://doi.org/10.5944/ap.8.2.186>
- Torras, I. (2020). Las necesidades de la primera infancia: los mil días de oro. *d'Intervenció Socioeducativa*, 74, 17–35.
- Vives, J., Lartigue, T., & Córdova, A. (1994). *Apego y vínculo*. Blog.Uamx. Recuperado 28 de agosto de 2021, de <http://bloguamx.byethost10.com/wp-content/uploads/2015/04/apego-y-vinculo-lartigue.pdf>