





04 Sentir para aprender: la importancia de la educación emocional para la ciudadanía

Melissa Hernández,¹ Claudia Barría² y Nancy Santana³

Ubicada en plena Patagonia chilena, la unidad educativa *La Sirenita* se encuentra emplazada en la localidad costera de Puerto Cisnes, en la zona norte de la Región de Aysén, al sur de Chile. En este establecimiento atendemos a cerca de cien niños y niñas con un equipo educativo conformado por una veintena de personas. El paisaje natural es lo que caracteriza nuestro entorno, estamos cercanos al muelle principal y alrededor contamos con comercio como panaderías y almacenes, establecimiento de salud, servicios, una estación de radio, entre otros.

Tal como ampliamente señala la evidencia científica, consideramos que la primera infancia es una etapa de la vida relevante en sí misma para el desarrollo humano y, a la vez, un período altamente sensible. Es un momento crucial para el aprendizaje y el desarrollo integral, en donde la formación personal y social resultan clave. En este escenario, nuestro equipo educativo ha implementado prácticas pedagógicas que fomentan que niñas y niños reconozcan sus emociones y las de los otros, aprendan a comprenderlas, vivir en comunidad y se respeten a sí mismos, a los demás y su entorno. Para conseguirlo, hemos hecho un trabajo de búsqueda de sentidos y estrategias que potencien, desde los distintos contextos de aprendizaje, la educación emocional como un valor para la vida. Y es que como equipo educativo nos interesa conocer nuestra realidad regional en lo que respecta a problemáticas de la salud mental.

Una encuesta del Servicio Nacional para la Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas y Alcohol (SENDA) realizada en 2021 en la Región de Aysén, informa que el 46,7% de las personas que declara consumir más alcohol,

1 Directora jardín infantil JUNJI *La Sirenita*, Puerto Cisnes, Aysén.

2 Educadora jardín infantil JUNJI *La Sirenita*, Puerto Cisnes, Aysén.

3 Educadora jardín infantil JUNJI *La Sirenita*, Puerto Cisnes, Aysén.

así como también el 57,1% que declara consumir más marihuana y el 66,7% que reconoce consumir más medicamentos sin receta médica, señalan que su conducta se debe a la ansiedad, estrés y/o depresión que les produjo la pandemia.

Con el retorno a la presencialidad constatamos que, efectivamente, una de las consecuencias de esta crisis fue el empeoramiento de la salud mental en la comunidad educativa. Anteriormente, ya existían complicaciones que podían afectar a familias o a algún integrante de la comunidad. Sin embargo, no se escuchaba como un problema generalizado, abiertamente reconocido en las conversaciones cotidianas, que miembros de la comunidad se sintieran tristes, desmotivados, pesimistas, deprimidos o con poca energía para enfrentar el día a día. Esta realidad ha sido expresada por los adultos, los principales responsables de los niños y niñas. Ante esto, nos preguntamos derechamente qué podemos hacer para contribuir al bienestar integral y la promoción de estilos de vida saludables en nuestra comunidad.

Desafíos en educación socioemocional

Desde nuestra mirada como equipo pedagógico pudimos observar que niños y niñas volvieron presencialmente al jardín infantil con menor desarrollo de habilidades sociales y con tristeza o temor, emociones expresadas de manera recurrente y adicionada al protocolo sanitario de no acercarse a otros para no contagiarse.

Como comunidad educativa dialogamos sobre cómo había afectado en nuestras vidas el coronavirus y casi todas mencionamos haber sentido aburrimiento, frustración y temor, incluso sensaciones que no recordábamos haber experimentado antes con tanta intensidad y sin saber llamarlas. Apoderados y también miembros del equipo mencionaron tener problemas para conciliar el sueño; otros estaban acudiendo a atención



“Nos preguntamos derechamente qué podíamos hacer para contribuir al bienestar integral y la promoción de estilos de vida saludables en nuestra comunidad”.

psicológica. También advertimos que niños y niñas retornaron al jardín infantil con necesidad de mayor contención.

Con el paso de los días reflexionamos que esta crisis había hecho aflorar dificultades emocionales: nos percatamos de que algunos párvulos presentaban altos niveles de intolerancia a la frustración y que costaba mucho contenerlos ante situaciones simples, tanto en momentos de juego como al elegir un material, por ejemplo.



Frente al análisis de qué estrategia utilizar para lograr contención y reforzar los valores de tolerancia, empatía y respeto, concluimos que era imperativo trabajar las emociones desde la primera infancia y crear consciencia de que son parte de la vida y que es fundamental conocerlas. De esta forma, ideamos el proyecto denominado *Sentir para aprender*.

¿Cómo aportamos a una solución? Esta pregunta nos invitó a remirar las interacciones, así como los ambientes, recursos y ritmos, con el objetivo de buscar nuevas estrategias para que cada decisión pedagógica tuviera como base el bienestar e interés superior del niño y la niña.

En primer lugar, realizamos un análisis psicoeducativo de las emociones experimentadas por los párvulos; utilizamos algunos recursos como la observación directa, el análisis de casos, de trazo y dibujos. Nos apoyamos de la colaboración del psicólogo Sergio Herrera, director regional de la JUNJI en Aysén en ese periodo.

Implementamos la aromaterapia como estrategia de aprendizaje, apelando a la búsqueda de recuerdos o emociones positivas en nuestra comunidad. Para esto, se identificó cada aula con un aroma en específico. Nos colaboraron profesionales con conocimiento técnico respecto al trabajo con los aromas y en cómo éstos inciden en el desarrollo de la vida.

También surgió la propuesta de los *columpios sensoriales* que se utilizan como recursos tranquilizadores ante situaciones de estrés pues transforman un espacio seguro para que niño y niña exploren la sensorialidad a través de movimientos lentos y predecibles, que combinan actividades calmantes o de alerta con estrategias coordinadas para incidir en la praxis, el control postural y la percepción; también pueden utilizarse como herramienta para desarrollar habilidades sociales y de regulación emocional. Los columpios sensoriales están ubicados actualmente en el patio exterior del establecimiento y se utilizan en situaciones puntuales, ya que aún estamos formándonos respecto a su correcto uso y beneficios en el quehacer educativo.

En lo referido a las interacciones pedagógicas, acordamos que nuestras prácticas deben potenciar la resolución

pacífica de conflictos y responder a la diversidad de párvulos que componen cada nivel de atención. Para lograrlo, el adulto realiza una observación atenta y dedica momentos amplios a la escucha.

El equipo educativo ha cautelado que cada niño y niña cuente con el tiempo necesario para el reconocimiento, comprensión y expresión de sus emociones en situaciones cotidianas, en consideración y respeto con las demás personas que conforman su comunidad. Resulta clave visibilizar emociones, acompañar mediante conversaciones, cuentos y juegos y mencionar que es normal sentir alegría, enojo, tristeza.

En paralelo estamos implementando readecuaciones en contextos de aprendizaje, planificación y evaluación educativa, además de otorgar protagonismo a los ambientes de





aprendizaje. Redujimos considerablemente el uso de sillas y mesas y generamos más espacios libres que inviten al movimiento corporal y la libre exploración. El ambiente y los materiales pedagógicos fueron reemplazados por elementos de la naturaleza, como plantas nativas y algunas hierbas medicinales: luma, canelo, tepa, ciruelillo, nalcas, chilcos, helechos, menta, hinojo, ruda, toronjil y lavanda.

Los recursos didácticos son seleccionados acorde a una materialidad noble que rescata elementos como troncos, ramas, tierra, arena, conchas de mariscos y agua a libre disposición en los patios de uso común. Se desarrollan regularmente actividades de siembras de hortalizas para el autoconsumo con el apoyo de distintos agentes comunitarios. Asimismo, cada elemento destinado a la ambientación de los espacios ha sido enriquecido con artesanías típicas de la localidad, entre los que podemos destacar cuadros de fauna local, telares y artesanías de otras zonas del país, que son compartidas por las propias familias y redes de la comunidad que han colaborado desde el sentido de pertinencia y la construcción de una identidad territorial en la primera infancia.

“La educación emocional es la gran herramienta que educadores y educadoras debemos priorizar en todos los niveles de educación”.



Cada agente educativo comunitario se hace parte de manera permanente y transversal en los procesos de enseñanza: vamos con los párvulos a visitar a los artesanos, conocen y observan sus exposiciones y valoran el trabajo hecho a mano con recursos que se encuentran al alcance y dispuestos en el entorno. Agricultores locales aportan desde sus conocimientos, pues nos visitan, explican y orientan sobre el cultivo de hortalizas, plantas y hierbas medicinales en el jardín infantil. Estas prácticas dan cuenta de que el bienestar integral también es un proceso conectado con la ciudadanía.

Con el pasar del tiempo, notamos que la comunidad educativa comenzó a estar más tranquila. –¡Qué rico huele! ¡Huele como el postre que me hace mi abuela!– expresó sorprendida un día una niña de tres años del nivel medio menor. Por su parte, frente al mismo estímulo, Marcela, técnico en párvulos, comentó que se había acordado inmediatamente del rico arroz con leche que su madre le preparaba cuando iba al campo. Esa mañana, el jardín infantil tenía aroma a canela.

Desde que implementamos estas estrategias, vimos reforzados los hábitos de convivencia. Niños y niñas ya no reaccionan impulsivamente ante situaciones cotidianas, vemos una búsqueda de paz y una promoción del amor y de la sana vinculación para un desarrollo sostenible. Advertimos también más interés de los párvulos por explorar libremente y jugar según sus intereses en el patio y durante las diversas actividades pedagógicas. De hecho hoy apreciamos una mayor conciencia corporal y un uso del juego simbólico y de la imaginación como principales herramientas de aprendizaje. Notamos que el jardín infantil es un espacio activo de construcción de aprendizajes, donde en cada experiencia pedagógica se favorece la importancia del desarrollo socioemocional y del cuidado del medioambiente.

Conclusión

La educación emocional es la gran herramienta que educadores y educadoras debemos priorizar en todos los niveles de educación y en la sociedad en general.

El trabajo desarrollado en el jardín infantil *La Sirenita* es quizás el inicio de nuevas iniciativas que permitirán relevar la importancia del bienestar integral. El cambio implementado aún está en construcción. Sabemos que tenemos que seguir documentándonos y buscando los apoyos necesarios para enriquecer nuestra práctica.

La trascendencia de las prácticas pedagógicas del jardín infantil se ha podido reconocer en otros espacios educativos como en Comunidades de Aprendizaje (CAUE) y en Comunidades de Aprendizaje de Aula (CAA).

Nuestra práctica ha permitido relevar la prevención y promoción de la salud mental y la creación de vínculos protectores que permitan el desarrollo de autoestima, apego, empatía y la importancia de los ambientes positivos, seguros, motivadores y nutritivos emocionalmente que lleven a los niños y niñas a vivir experiencias significativas de acuerdo a su desarrollo. 🌸

