

donde además tiene la oportunidad de participar en la construcción de un nuevo telescopio.

Esta última experiencia —dice— “ha sido increíble, porque es algo que beneficiará a todo el mundo y porque ha sido una oportunidad que me ha abierto muchas puertas”. La más reciente es el ofrecimiento de una estadía para investigar en el Space Telescope Science Institute de Estados Unidos, país donde estará viviendo unos meses, para

(la población de todo Chile, cuenta riendo) y por en las calles con mucha lit

La amabilidad de quien de la facultad también ca mente, una de sus quejas e lizándose en una univers chos estudiantes extrajere he podido practicar r

Expertos concuerdan en que tras la pandemia el tema se visibilizó:

La importancia de enseñar a entender y manejar las emociones desde la primera infancia

■ La educación emocional impacta en el desarrollo cognitivo; además, favorece las capacidades comunicativas, las relaciones interpersonales y la resolución de conflictos.

C. GONZÁLEZ

“Nanai”, que en quechua significa “acariciar con el corazón”, es el nombre de una pequeña oveja blanca que, a través de una serie de herramientas como láminas y hasta un peluche, ayuda a los niños de educación parvularia que asisten a los centros de la Fundación Integra a reconocer, nombrar y comprender las emociones que están sintiendo.

“Es un recurso educativo que surgió en 2020, en plena pandemia, y que desde el año pasado se aplica como una guía que busca potenciar las distintas competencias emocionales, que son fundamentales para la vida”, explica Andrea Huerta, psicóloga de la Unidad de Políticas y Proyectos Educativos de la Dirección de Educación de Integra.

La idea, agrega, “es promover el aprendizaje de las emociones, propias y también de los demás, cómo se expresan y de qué manera se pueden ir regulando”.

La iniciativa de Integra se enmarca en la llamada educación emocional. Es decir, enseñar a los niños, desde su primera infancia, a conocer y gestionar sus emociones.

“Las emociones son parte integral del proceso de aprendizaje y desarrollo. Los niños experimentan lo que viven y necesitan aprender a expresar sus emociones, si no, terminan por convertirse en adultos que las reprimen o que son hiperreactivos”, precisa Ana María Barros, docente de la carrera de Educación Parvularia de la Facultad de Ciencias de la Educación de la U. de Playa Ancha, y quien trabaja en el tema.

La crisis sanitaria generada por el covid-19 puso en evidencia la importancia de atender esta parte del desarrollo infantil, destaca Arnaldo Canales, director ejecutivo de la Fundación Liderazgo, que promueve el aprendizaje de habilidades socioemocionales en centros de educación a nivel nacional, y que desde 2016 ha im-



FUNDACIÓN INTEGRAL

pulsado una Ley de Educación Emocional “que ahora duerme en el Congreso”, lamenta.

Pese a ello, “cada vez hay más iniciativas y se habla más del tema; hay una mayor sensibilización respecto a que las emociones se pueden educar”, con todos los beneficios que ello implica. “Un estudio de Harvard muestra que en los colegios que implementan la educación emocional el rendimiento académico aumenta en 15% a 20%”.

La educación emocional, enfatiza, favorece las capacidades comunicativas, las relaciones interpersonales y la resolución de

conflictos (evitando el *bullying*), entre otros beneficios.

No encasillar

Canales cita el ejemplo de un colegio en Concepción, en donde instalaron parlantes en todas las salas, desde prekínder a 4º medio. “En las mañanas, antes de comenzar las clases, realizan técnicas de meditación guiada. Eso los ha ayudado a concentrarse y tener más conciencia de sus emociones; los predispone de mejor manera a la jornada y en las relaciones con los profesores y sus compañeros”.

“Los niños y niñas expresan

La oveja Nanai es utilizada por los niños que asisten a los centros de la Fundación Integra como una herramienta para aprender a reconocer, nombrar y comprender las emociones que sienten. En la foto, el jardín infantil Los Pioneros, en la comuna de Alto Hospicio, Región de Tarapacá.

emocional. “Los niños y niñas pequeños no disponen completamente de esta capacidad, ya que su desarrollo cerebral aún no se los permite, sino que la van aprendiendo y desarrollando con el tiempo”.

Un proceso que en los primeros años debe ser acompañado. “Pero muchas veces los adultos no tuvimos una formación sobre el tema. Por eso la capacitación del equipo y de la familia es clave”, comenta Huerta. “Uno no puede enseñar algo que no conoce o maneja”.

“No es para tanto” o “no le pongas color” suelen ser frases que los adultos dicen a los niños frente a ciertas conductas. “Es importante la validación de las emociones; esto se relaciona con aceptar la experiencia emocional propia y la de otros, sin emitir juicios”, dice Lizana.

“No hay que encasillar las emociones; no son buenas ni malas”, agrega Barros, quien enfatiza que se debe dejar a los niños expresarlas, para que entiendan por qué ocurren, y buscar soluciones.

En esa tarea, agrega, el juego cumple un rol relevante. “Es un principio pedagógico clave en la conexión con las emociones”. Y lo mismo ocurre con el contacto con la naturaleza, “que cada vez es menor en comparación al tiempo que se pasa frente a pantallas”.

sus emociones a través del lenguaje corporal y también a través de la conducta y comportamiento, si somos sensibles a estas señales podemos empatizar con lo que están sintiendo y ayudarles en este reconocimiento de las emociones”, explica María Constanza Lizana, psicóloga del Departamento de Calidad Educativa de la Junta Nacional de Jardines Infantiles (Junji), entidad que también incorpora la educación socioemocional en sus centros.

Lizana precisa que un elemento relevante es la regulación