

## Regulación emocional en infancias del ICBF Cartagena desde las prácticas de crianza

**Olga Soledad Niño Murcia**

Correo electrónico: osnynom@libertadores.edu.co  
Filiación institucional: Fundación Universitaria Los Libertadores  
Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8688-4606>

**Kathia Esther Barrios Martin**

Estudiante de Licenciatura en Educación Infantil  
Correo electrónico: kebarriasm@libertadores.edu.co  
Filiación institucional: Fundación Universitaria Los Libertadores

**Yolima Jiménez Ortiz**

Estudiante de Licenciatura en Educación Infantil  
Correo electrónico: yjimenezo@libertadores.edu.co  
Filiación institucional: Fundación Universitaria Los Libertadores

**Diana Inés Rentería Nieves**

Estudiante de Licenciatura en Educación Infantil  
Correo electrónico: Dirrenterian@libertadores.edu.co  
Filiación institucional: Fundación Universitaria Los Libertadores

**Osmery Vargas Llorente**

Estudiante de Licenciatura en Educación Infantil  
Correo electrónico: ovargasl@libertadores.edu.co  
Filiación institucional: Fundación Universitaria Los Libertadores

**Yerelis Watts Noth**

Estudiante de Licenciatura en Educación Infantil  
Correo electrónico: Ywattsn@libertadores.edu.co  
Filiación institucional: Fundación Universitaria Los Libertadores

**Alma Delia Alvares Pérez**

Estudiante de Licenciatura en Educación Infantil  
Correo electrónico: adalvarezp@libertadores.edu.co  
Filiación institucional: Fundación Universitaria Los Libertadores

Artículo derivado de un proyecto de investigación “Regulación emocional en infancias del ICBF Cartagena desde las prácticas de crianza” asociado al grupo de investigación de Fundación Universitaria Los Libertadores

Como citar:

Niño-Murcia, O., Barrios-Martin, K., Jiménez-Ortiz, Y., Renteria-Nieves, D., Vargas-Llorente, O., Watts-Noth, Y., & Alvares-Pérez, A. (2024). Regulación emocional en infancias del ICBF Cartagena desde las prácticas de crianza. *Revista Sinergia*, (15), 51-65. Recuperado a partir de [http://sinergia.colmayor.edu.co/ojs/index.php/Revista\\_sinergia/article/view/140](http://sinergia.colmayor.edu.co/ojs/index.php/Revista_sinergia/article/view/140)

DOI: [10.54997/rsinergia.n14a4](https://doi.org/10.54997/rsinergia.n14a4)

Enviado: 20 de diciembre de 2023

Aceptado: 10 de enero de 2024

Publicado: 23 de junio de 2024

Correo principal: osnynom@libertadores.edu.co

Editor: PhD Mario Heimer Flórez Guzmán

### RESUMEN

Este artículo es producto de un proyecto de investigación desarrollado en el contexto de los Hogares ICBF en Cartagena. Se reconoce la importancia crucial de la gestión emocional en el desarrollo integral de los niños y niñas por lo que el objetivo consiste en promover la gestión de emociones en niños y niñas de Hogares ICBF, mediante un plan de formación dirigido a padres de familia y cuidadores primarios que respondan a una construcción pacífica. Para ello, se propone la siguiente pregunta; ¿Cómo promover la gestión de emociones en niños y niñas de Hogares ICBF, mediante un plan de formación dirigido a padres de familia y cuidadores primarios que respondan a una construcción pacífica desde su entorno local en Cartagena? La revisión de antecedentes a nivel internacional, nacional y local. Así como se determinaron los ejes teóricos que permitieran fundamentar el proyecto. La metodología empleada el enfoque mixto y tipo de investigación descriptiva mediante instrumentos como; encuestas, entrevistas y análisis estadísticos se utilizan para comprender la percepción de los padres sobre la regulación emocional. Los resultados obtenidos revelan una diversidad de respuestas emocionales en los niños frente a distintas situaciones, evidenciando la necesidad de desarrollar estrategias pedagógicas para gestionar emociones intensas. Además, se exploran las respuestas de los padres, indicando niveles variados de arrepentimiento tras enojarse, la frecuencia de preocupación por los demás y la expresión de enojo. Estos hallazgos, esenciales en su naturaleza, fundamentan una propuesta concreta: un plan de formación para la regulación emocional en estos hogares. Este plan se erige como un pilar para fortalecer el ambiente emocionalmente saludable de los niños en estos contextos particulares. Su propósito radica en diseñar estrategias y programas específicos que promuevan habilidades y un entorno emocional positivo y sólido constructivo para el desarrollo infantil.

**PALABRAS CLAVE:** Emociones, desarrollo emocional, educación emocional, infancias.

**Parenting Practices: a contribution to emotional regulation in childhood from ICBF Cartagena****ABSTRACT**

This article is the product of a research project developed in the context of the ICBF Homes in Cartagena. The crucial importance of emotional management in the comprehensive development of children is recognized, so the objective is to promote emotional management in children of ICBF Homes, through a training plan aimed at parents and caregivers. primaries that respond to a peaceful construction. For this, the following question is proposed: How to promote emotional management in boys and girls of ICBF Homes, through a training plan aimed at parents and primary caregivers who respond to a peaceful construction from their local environment in Cartagena? Background check at international, national and local level. As well as the theoretical axes that would allow the project to be founded were determined. The methodology used the mixed approach and type of descriptive research using instruments such as; Surveys, interviews, and statistical analyzes are used to understand parents' perceptions of emotional regulation. The results obtained reveal a diversity of emotional responses in children in different situations, evidencing the need to develop pedagogical strategies to manage intense emotions. Additionally, parental responses are explored, indicating varying levels of regret after becoming angry, frequency of concern for others, and expression of anger. These findings, essential in their nature, support a specific proposal: a training plan for emotional regulation in these homes. This plan stands as a pillar to strengthen the emotionally healthy environment of boys and girls in these particular contexts. Its purpose lies in designing specific strategies and programs that promote skills and a positive and solid constructive emotional environment for child development.

**KEYWORDS:** Emotions, emotional development, emotional education, childhoods.

**INTRODUCCIÓN**

La gestión de emociones en niños y niñas se constituye en aspecto esencial para su desarrollo integral. En este contexto, los Hogares ICBF en Cartagena asumen el compromiso de propiciar un entorno pacífico, una labor que encuentra su motor en un objetivo general: Promover la gestión de emociones en niños y niñas de Hogares ICBF, mediante un plan de formación dirigido a padres de familia y cuidadores primarios que respondan a una construcción pacífica desde su entorno local en Cartagena. Este enfoque no solo se centra en dotar a los padres de familia de herramientas para fomentar la regulación emocional en sus hijos e hijas, razón por la que se propone responder a la pregunta: ¿Cómo promover la gestión de emociones en niños y niñas de Hogares ICBF,

mediante un plan de formación dirigido a padres de familia y cuidadores primarios que respondan a una construcción pacífica desde su entorno local en Cartagena?, delineando una ruta hacia la comprensión de la conexión intrínseca entre la capacitación parental y la promoción de un ambiente emocionalmente saludable para la infancia.

Se abordan temáticas cruciales, desde la importancia de la empatía hasta estrategias concretas para la resolución pacífica de conflictos y el establecimiento de límites claros. Además, se destaca la relevancia de la autoconciencia emocional en los adultos, reconociendo que su bienestar emocional es primordial para orientar adecuadamente a sus hijos e hijas. El énfasis también recae en la creación de un ambiente afectivo y seguro en el hogar, donde se fomente la expresión libre de emociones y se propicie un diálogo abierto a través de actividades lúdicas y dinámicas, se busca fortalecer la inteligencia emocional de los niños y niñas, brindándoles herramientas para desarrollar competencias emocionales como la autorregulación, la empatía y el manejo de habilidades sociales.

Este plan de formación no solo busca capacitar a padres y cuidadores, sino que también aspira a impactar en la construcción de una sociedad pacífica, donde la gestión adecuada de emociones en la infancia se convierta en un pilar fundamental para su desarrollo sano y equilibrado.

Se recurre a una revisión de antecedentes internacionales, nacionales y locales que sirvan de guía para el proyecto de investigación y se plantean unos ejes teóricos que permitan fundamentar el mismo. La metodología responde a un enfoque mixto con tipo de investigación descriptiva. La población está conformada por 211 niños y niñas usuarios de Jardines ICBF Cartagena, de donde se deriva una muestra de 197 padres y 110 niños. Los instrumentos aplicados son cuestionarios y entrevistas aplicados a padres de familia y niños y niñas del ICBF. Para los resultados se realiza un análisis de los datos utilizando técnicas estadísticas y análisis de contenido. Los hallazgos permiten identificar patrones y relaciones entre las variables estudiadas, así como comprender las percepciones y experiencias de los participantes. Se concluye que el apoyo familiar está fuertemente relacionado con la capacidad de gestionar emociones, lo que podría ser relevante para la formulación de políticas o programas de apoyo.

### MARCOS DE REFERENCIA

Piña (2016) analizó en Ecuador los estilos de crianza de las abuelas que cuidan a sus nietos, haciendo uso de un enfoque mixto con tipo de investigación descriptiva, el cual le permitió comprobar cuál de esos estilos era el más recurrente, para ello aplicó los instrumentos de cuestionario “estudio socioeducativo de hábitos y tendencias de comportamiento en familias con niños de educación infantil”.

Por su parte, Sánchez López (2018) realizó su investigación sobre pautas y prácticas de crianza en Colombia: Análisis de investigaciones realizadas en la década, 2007-2017. Mediante un estado del arte. El análisis documental recoge 6 categorías principalmente, la de pautas y prácticas de crianza, familia, infancia, niño/niña y juego.

Implementó un enfoque cualitativo con tipo de investigación hermenéutica. Como instrumentos usaron un formato RAE y matriz de conceptos, concluyendo que existe una brecha entre las pautas y las prácticas de crianza, puesto que las pautas de crianza son establecidas mediante el conocimiento científico, y las prácticas son aquellas estrategias que las familias llevan a cabo para la crianza de sus hijos desde su saber cultural.

En relación con el marco teórico, cabe resaltar que se abordan unos ejes teóricos específicos a saber:

### **Familia**

Moran (2006), establece que existen al menos tres tipos de familia, la Familia Consanguínea, la Familia Conyugal y la Familia Extraordinaria. En relación con la consanguínea, es la que se encuentra conformada por un grupo de hermanos casados y sus hijos, como núcleo, aunado a otros familiares. La Conyugal, se encuentra constituida por los esposos y sus hijos, como célula, más otros parientes. La Familia Extraordinaria o Extendida, consiste en el grupo familiar más otros parientes, con quienes se mantienen relaciones importantes, estos pueden vivir en hogares diferentes. Por su parte, García (2010) argumenta que además de los tipos tradicionales de familias, también existen familias ensambladas, donde dos familias previas se unen a través de un nuevo matrimonio o convivencia, y las familias homoparentales formadas por parejas del mismo sexo que tienen hijos. Los primeros escenarios socializadores comprenden los entornos y contextos iniciales, como la familia, la escuela, los grupos de pares y otros espacios sociales donde los individuos, especialmente los niños, interactúan, aprenden normas, valores, roles sociales y desarrollan habilidades de comunicación y adaptación a través de la interacción con otros miembros de la sociedad (Simkin & Becerra, 2005).

### **Prácticas de crianza**

"Las prácticas de crianza se refieren al conjunto de estrategias, comportamientos y técnicas utilizadas por los padres, cuidadores u otros agentes involucrados en el cuidado y la educación de los niños, con el propósito de promover su desarrollo físico, emocional, social y cognitivo de manera saludable y adecuada a su contexto sociocultural" (Ramirez, 2005, pág 5).

(Darling & Steinberg, (1993) citado en Capano y Ubach (2013) enfatizan la importancia de la crianza autoritativa, que combina límites claros con apoyo emocional, fomentando así la autonomía y la responsabilidad en los niños.

### **Apego**

En referencia al apego (Moneta, 2014) sostiene que el apego seguro entre el niño y el cuidador es fundamental para un desarrollo socioemocional saludable. Este vínculo afectivo proporciona seguridad y confianza al niño.

En referencia al apego (Gómez, Muñoz & Pia, 2008) se refiere a la relación íntima y continua que se establece entre un niño y su cuidador principal, generalmente la madre, en los primeros años de vida. Esta conexión emocional y afectiva, forjada a través de

experiencias tempranas, proporciona una base fundamental para el desarrollo cognitivo, emocional y social del individuo.

### Infancia

Considerando la infancia (Fernández, 2018) opina que la infancia es una etapa crucial para el desarrollo de la personalidad, donde los conflictos y experiencias tempranas pueden tener un impacto duradero en la vida adulta.

(Erikson, 1950) propone una teoría del desarrollo psicosocial que destaca las etapas de la infancia y cómo los niños resuelven los conflictos relacionados con su identidad y autonomía.

### Emociones

Bisquerra (2018) define la regulación emocional como el proceso mediante el cual los individuos son capaces de identificar, comprender y manejar sus propias emociones, así como las de los demás, con el fin de adaptarse efectivamente a diferentes situaciones y lograr un bienestar emocional integral. De igual manera, (David, 2016) ha enfocado gran parte de su trabajo en la importancia de la "agilidad emocional". Su enfoque se centra en la capacidad de las personas para adaptarse a sus emociones, aceptarlas y utilizarlas de manera constructiva en lugar de intentar suprimirlas o ignorarlas. Aboga por la idea de que el bienestar emocional proviene de la habilidad de enfrentar las emociones de manera auténtica y flexible, en lugar de intentar controlarlas de manera rígida.

## MATERIALES Y MÉTODOS

La metodología es de enfoque mixto, (Hernández Sampieri & Mendoza, 2014 ) representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada en el fenómeno objeto de estudio y tipo de investigación descriptiva la cual puede ofrecer la posibilidad de predicciones aunque sean rudimentarias. En este sentido, permite fortalecer los procesos de descripción que se realizan en torno al objeto de estudio. La población muestra corresponde a un grupo de 197 padres de familia y 110 niños del ICBF.

Para recolectar información sobre la gestión de emociones en los padres de familia y cuidadores primarios, se utilizarán cuestionarios y entrevistas. Estos instrumentos permiten obtener información sobre el conocimiento y las habilidades de los padres para manejar y apoyar las emociones de sus hijos e hijas. También se evalúa la percepción de los padres sobre la importancia de una construcción pacífica desde el entorno local en Cartagena

Se utilizarán cuestionarios estandarizados que permitan medir y cuantificar las emociones de los participantes. También se utiliza un enfoque cualitativo, mediante

la utilización de instrumentos como entrevistas a padres y cuidadores, al igual que la aplicación de registros de observación a niños y niñas.

Una vez recopilada la información, se realiza un análisis de los datos utilizando técnicas estadísticas y análisis de contenido. Esto permite identificar patrones y relaciones entre las variables estudiadas, así como comprender las percepciones y experiencias de los participantes.

## RESULTADOS Y DISCUSIONES

Los hallazgos obtenidos de los resultados de la investigación permitieron comprender aspectos cruciales de la regulación emocional tanto en los padres de familia como en los niños. La regulación emocional de los padres desempeña un papel fundamental en la crianza y educación de los niños, y conocer su propia experiencia emocional puede ayudar a mejorar sus competencias para apoyar a sus hijos. Por otro lado, en el caso de los niños, la encuesta tiene como objetivo descubrir cómo responden emocionalmente a situaciones cotidianas en sus vidas, lo cual puede proporcionar información valiosa sobre la salud emocional.

Las emociones han sido abordadas a lo largo de la historia por distintas disciplinas como la biología, la filosofía, el psicoanálisis, la psicología, la sociología, el análisis facial de las emociones, la neurociencia afectiva y la educación. Aun así, por mucho tiempo las emociones fueron consideradas como irrelevantes y accesorias, motivo por el cual había que ignorarlas, e incluso reprimirlas. Se pensaba que las emociones no tenían nada que ver con los procesos cognitivos (Buitrago & Herrera, 2013)

Estos hallazgos son fundamentales para la toma de decisiones y la formulación de estrategias en el ámbito de la gestión de emociones en esta población. En este sentido, Vintimilla (2015) afirma que La inteligencia emocional y la relación con el desarrollo de la empatía en los niños de 4 a 5 años, es importante para enseñar a los niños a identificar y regular sus emociones desde una edad temprana.

**Tabla1.** ¿Si le prestaste el juguete a tu compañero y lo dañó tú qué haces?

Criterio	%
Lloro	29%
Le pego	23%
Me pongo triste	36%
Me enfurezco	9%
Ninguna de las anteriores	3%

**Fuente:** elaboración propia

Cuervo Martínez (2010) plantea que, la familia influye en el desarrollo socioafectivo de sus hijos, ya que los valores, normas, roles y habilidades se aprenden durante el período de la infancia, la cual está relacionado con el manejo y resolución de conflictos, las habilidades sociales, y las conductas prosociales. En este sentido, la formación de los padres en relación con las prácticas de crianza es fundamentales para contribuir a la regulación emocional de los niños y niñas.

**Tabla 2.** ¿Cuándo te castigan cómo te sientes?

Criterio	%
Me enojo	21%
Me pongo triste	51%
Grito	21%
Me da Miedo	7%

**Fuente:** elaboración propia

Estos datos destacan la diversidad emocional en la forma en que los niños perciben y reaccionan ante el castigo, evidenciando que la tristeza y el enojo son las emociones prevalentes, seguidas por la reacción de gritar y, en menor medida, el miedo. Los resultados subrayan la importancia de considerar la gama de respuestas emocionales de los niños ante el castigo. Mientras que la tristeza y el enojo son las respuestas más comunes, la reacción de gritar y el miedo también emergen como manifestaciones emocionales significativas en un porcentaje considerable de participantes. La presencia de la práctica del castigo muestra además la necesidad de trabajar con los padres y cuidadores en la adopción de prácticas formativas, que aporten además a la construcción de autonomía. Como afirma Kamii (1982) citado en Herran, Galende, Apodaca & Sagastui, J. (2022).

En relación con el instrumento aplicado a padres de familia se obtuvo lo siguiente

**Tabla 3.** En relación a la pregunta ¿Cuándo me enfado suelo hacer cosas de las que luego me arrepiento?

Criterio	%
Casi nunca	11%
Poco	15%
A veces	42%
Casi siempre	32%

**Fuente:** elaboración propia

Esta variación puede evidenciar la complejidad de la regulación emocional en situaciones de enojo, donde algunos individuos pueden lidiar de manera más efectiva con estas emociones mientras que otros (74%) muestran una respuesta más impulsiva. Estos

datos subrayan la importancia de estrategias efectivas de manejo emocional para promover una mejor gestión de las reacciones frente al enojo. Esta relación entre las respuestas y el trabajo de Bronfenbrenner (1979) citado en Álvarez (2015) podría destacar la importancia de los entornos sociales y contextos en el desarrollo de habilidades de regulación emocional. Los contextos de crianza pueden influir en la forma en que las personas aprenden a manejar las emociones, y un entorno que proporciona estrategias efectivas para gestionar la ira podría reducir las acciones impulsivas de las que luego se arrepienten.

**Tabla 4.** En relación con la pregunta ¿Me importa lo que les pasa a las personas?

Criterio	%
Casi nunca	1%
Poco	6%
A veces	26%
Casi siempre	67%

**Fuente:** elaboración propia

Estos resultados resaltan una preocupación mayoritaria por el bienestar ajeno, ya que la mayoría de los encuestados, representados por el 67,2%, indicaron una preocupación constante por el estado de los demás. Aunque una parte significativa también señaló preocuparse a veces (26%), es importante notar que hay una minoría que muestra una preocupación limitada o poco frecuente por el bienestar de las personas, lo que sugiere una diversidad en la sensibilidad hacia el estado emocional de los demás. El trabajo de Bowlby, como aborda Moneta (2014), se centra en la teoría del apego y en cómo las experiencias tempranas afectan la forma en que las personas establecen relaciones y muestran empatía hacia los demás. La teoría del apego sugiere que las primeras interacciones y vínculos emocionales con figuras de cuidado influyen en la capacidad futura para empatizar y preocuparse por los demás. Esta relación entre las respuestas y el trabajo de Moneta (2014) sobre la teoría del apego y la preocupación por los demás podría destacar la influencia de las primeras experiencias de apego en el desarrollo de la empatía y la preocupación por los demás en la vida adulta.

**Tabla 5.** En relación con la pregunta ¿Me enfado mucho por cualquier cosa?

Criterio	%
Casi nunca	16%
Poco	20%
A veces	30%
Casi siempre	34%

**Fuente:** elaboración propia

Estos datos sugieren una distribución variada en la frecuencia del enojo, siendo una parte significativa de los encuestados propensa a enojarse casi siempre o a veces (64%). Esta distribución podría indicar una diversidad en la sensibilidad al enojo, donde algunos individuos tienden a reaccionar con mayor intensidad frente a situaciones diversas, mientras que otros muestran una menor propensión al enojo frecuente.

El grupo más significativo (34%) reportó experimentar enojo casi siempre, indicando una propensión elevada hacia el enfado, posiblemente evidenciando una mayor sensibilidad o reactividad emocional ante diversas situaciones. Esta respuesta es complementada por el 29.7% que mencionó sentirse molesto a veces, señalando una variabilidad en la expresión del enojo, posiblemente vinculada a la adaptabilidad emocional ante distintos estímulos. Por otro lado, un 20.0% manifestó experimentar enojo poco, sugiriendo una menor frecuencia en la aparición de estas emociones intensas. Es interesante notar que el 15.9% afirmó casi nunca enojarse por cualquier motivo, lo que puede indicar una notable capacidad de regulación emocional o una menor sensibilidad ante estímulos que generan enojo.

Esta relación entre las respuestas y el trabajo de Fernández (2018) sobre Sigmund Freud podría resaltar la posibilidad de que las reacciones de enojo excesivo ante diversas situaciones puedan tener raíces más profundas en el inconsciente, según lo planteado por la teoría psicoanalítica.

Estos resultados subrayan la importancia de la comprensión y promoción de habilidades de gestión emocional desde una edad temprana. Los profesionales y cuidadores que trabajan con niños y niñas deben considerar la diversidad emocional y las variadas respuestas que pueden surgir ante situaciones desafiantes. Estrategias pedagógicas que fomenten la identificación y gestión de emociones podrían ser clave para ayudar a los niños a comprender y expresar sus sentimientos de manera más saludable. Además, es esencial reconocer y valorar la singularidad emocional de cada niño, brindando herramientas que se adapten a sus necesidades individuales para promover un desarrollo emocional equilibrado.

En relación con los padres y/o cuidadores los datos anteriores subrayan la complejidad emocional experimentada por los padres o cuidadores al momento de aplicar disciplina. La diversidad de respuestas sugiere la necesidad de estrategias efectivas para gestionar sus propias emociones mientras disciplinan, enfatizando la importancia de una autorregulación emocional saludable. Además, estos hallazgos enfatizan la relevancia de entornos y contextos que proporcionen herramientas para abordar emociones intensas y aplicar disciplina de manera efectiva, promoviendo así relaciones más equilibradas y saludables entre padres o cuidadores y niños.

Los resultados resaltan la importancia de capacitar a los padres o cuidadores en estrategias de gestión emocional y disciplina efectiva. La formación que promueva la conciencia emocional y las habilidades para gestionar sus propias reacciones emocionales puede ser crucial para fomentar un entorno emocionalmente saludable para los niños. Estrategias que ayuden a los padres a entender y regular sus propias emociones, para que

puedan contar con elementos para contribuir significativamente a la formación de relaciones más armoniosas y empáticas con los niños y las niñas.

El desarrollo emocional en la niñez juega un papel fundamental en la construcción de habilidades sociales. La comprensión y regulación de las emociones son competencias esenciales que influyen significativamente en el bienestar infantil y su desarrollo integral. En este contexto, los Hogares ICBF en Cartagena se han comprometido a establecer un entorno propicio para el desarrollo emocional de los niños y niñas, reconociendo la importancia de empoderar a padres y cuidadores con las herramientas necesarias para fomentar una regulación emocional saludable desde la primera infancia.

Es por ello, que se sugiere el siguiente plan de Formación para la Regulación Emocional en Niños y Niñas en Hogares ICBF - Cartagena:

**Propuesta de Formación:**

El plan de Formación para la Regulación Emocional en Niños y Niñas en Hogares ICBF - Cartagena se concibe como una estrategia integral que busca fortalecer las habilidades emocionales de los adultos responsables de la crianza, proporcionando un conjunto diverso de módulos diseñados para abordar aspectos cruciales en la comprensión, gestión y promoción de un ambiente emocionalmente estable para los menores.

**Tabla 6. Formación para padres de familia y cuidadores**

<b>Módulo 1</b>			
<b>Competencia</b>	<b>Descripción</b>	<b>objetivo</b>	<b>Metodología</b>
Conciencia Emocional	Este módulo se enfoca en introducir a los padres y cuidadores en la comprensión de las emociones de los niños. Se empleará una metodología participativa y experiencial que involucre actividades interactivas y dinámicas	Fomentar la comprensión de las emociones en los niños	Sesiones Interactivas: Charlas participativas donde se fomente el diálogo y la expresión de experiencias. Actividades Prácticas: Juegos de roles y dinámicas para identificar y expresar emociones. Herramientas Visuales: Uso de imágenes y recursos visuales para facilitar la identificación emocional.
<b>Módulo 2</b>			
<b>Competencia</b>	<b>Descripción</b>	<b>objetivo</b>	<b>Metodología</b>

Gestión de Emociones	<p>Este módulo busca capacitar a los participantes en el manejo de situaciones emocionalmente intensas en los niños. Se priorizará el aprendizaje experiencial y el desarrollo de habilidades prácticas.</p>		<p>Role Playing: Escenarios simulados para practicar reacciones y estrategias ante emociones intensas.</p> <p>Estrategias Prácticas: Ejercicios de respiración y técnicas de relajación aplicadas en situaciones reales.</p> <p>Análisis de Casos: Estudio de situaciones reales para identificar estrategias efectivas de manejo emocional.</p>
----------------------	--	--	--

### Módulo 3

Competencia	Descripción	objetivo	Metodología
Desarrollo de Estrategias de Regulación	<p>Este módulo se centra en equipar a los participantes con herramientas prácticas para ayudar a los niños a regular sus emociones. Se enfocará en la práctica y la aplicación de las estrategias aprendidas</p>		<p>Sesiones Prácticas: Ejercicios de respiración, relajación y mindfulness adaptados para niños.</p> <p>Implementación de Estrategias: Aplicación práctica de técnicas de autorregulación y autocontrol.</p> <p>Monitoreo y Retroalimentación: Seguimiento para evaluar la efectividad de las estrategias implementadas en situaciones reales.</p>

### Módulo 4

Competencia	Descripción	objetivo	Metodología
el Juego como Herramienta Emocional	<p>el Juego como Herramienta Emocional Descripción Pedagógica: Este módulo explora el juego como medio para la expresión y</p>		<p>Talleres Prácticos: Creación de actividades de juego simbólico para abordar emociones.</p> <p>Juegos Role Play: Escenarios de juego que representen situaciones</p>

	comprensión emocional en los niños. Se utilizará una metodología lúdica y participativa que fomente la creatividad y la expresión libre.		emocionales para su procesamiento. Estímulo Creativo: Uso de artes plásticas, música o dramatización para expresar emociones a través del juego.
--	--	--	---

### Módulo 5

Competencia	Descripción	objetivo	Metodología
Fortalecimiento de Vínculos Emocionales	Este módulo está diseñado para fomentar relaciones emocionalmente saludables entre padres e hijos. Se empleará una metodología centrada en la comunicación efectiva y el entendimiento emocional		Talleres de Comunicación: Ejercicios prácticos para mejorar la escucha activa y la comunicación empática. Sesiones Reflexivas: Diálogos que exploren las necesidades emocionales de los niños y cómo abordarlas. Dinámicas de Vínculo: Actividades que fortalezcan el apego seguro entre padres e hijos.

**Fuente:** elaboración propia

Este plan de formación se centra en capacitar a padres y cuidadores en la comprensión y gestión de las emociones de los niños, además de ofrecer herramientas prácticas para promover un entorno emocionalmente estable y enriquecedor.

## CONCLUSIONES

La gestión de las emociones en niños y niñas es un proceso esencial para su desarrollo integral. Los Hogares ICBF en Cartagena se han comprometido a crear entornos pacíficos y constructivos, priorizando la promoción de habilidades emocionales en los menores a través de un plan de formación dirigido a padres y cuidadores primarios. Este enfoque no solo busca empoderar a los adultos con herramientas para fomentar la regulación emocional en los niños, sino que también indaga en cómo promover esta gestión emocional desde su entorno local en Cartagena. En el corazón de este plan de formación está la comprensión de la interconexión entre la capacitación parental y la creación de entornos

emocionalmente saludables para los niños. Desde la importancia de la empatía hasta estrategias concretas para la resolución pacífica de conflictos y el establecimiento de límites claros, además de abordar aspectos cruciales para el desarrollo emocional de los menores.

El énfasis no solo radica en dotar a los padres de familia con herramientas para guiar a sus hijos, sino también en promover la regulación emocional en los cuidadores. Se reconoce que el bienestar emocional de los adultos es fundamental para orientar adecuadamente a los niños y niñas hacia un desarrollo saludable. Este plan de formación no solo aspira a capacitar a padres y cuidadores, sino que también tiene como objetivo influir en la construcción de una sociedad pacífica. La gestión adecuada de emociones en la infancia se convierte en un pilar fundamental para un desarrollo sano y equilibrado, no solo a nivel individual sino como base para una comunidad armoniosa.

Es imperativo reconocer que la gestión emocional se enseña y se transmite, en gran medida, a través del modelo que ofrecen los adultos. Es necesario que los padres y cuidadores se formen y fortalezcan su propia gestión emocional asertiva, antes de poder enseñar y guiar a los niños en este proceso. Como bien se dice, no se puede dar lo que no se tiene. Este enfoque no solo beneficia el desarrollo emocional de los infantes, sino que también promueve la construcción de relaciones más equilibradas y armoniosas en el entorno familiar y comunitario. Esta premisa fundamental subraya la importancia de que los adultos se conviertan en modelos emocionales positivos para los niños, mostrando estrategias efectivas para identificar, regular y expresar emociones de manera saludable y para educar con coherencia, pues es desde el ejemplo de donde más se aprende. Así como lo expresa un proverbio africano: “para educar a un niño se necesita una aldea entera”, por lo cual se debe aportar desde la educación de la infancia para llegar a cubrir a todos los miembros de la comunidad como constructores de una sociedad en paz.

## REFERENCIAS

- Álvarez-Carnero, P (2015). La Teoría Ecológica de Urie Bronfenbrenner. Portal Psicología y Mente. Recuperado de <https://psicologiamamente.com/desarrollo/teoria-ecologica-bronfenbrenner>
- Bisquerra, R. (2018). Educación emocional y bienestar (6<sup>a</sup> Ed.). Barcelona: Wolters Kluwer
- Bonilla, R. E. B., & Torres, L. H. (2013). Matricular las emociones en la escuela, una necesidad educativa y social. *Praxis & Saber*, 4(8), 87-108. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4805885>
- Capano, Á., & Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y

- formación de padres. *Ciencias psicológicas*, 7(1), 83-95. Recuperado de [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=s1688-42212013000100008&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=s1688-42212013000100008&script=sci_arttext)
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- David, S. (2016). Emotional agility: Get unstuck, embrace change, and thrive in work and life. Penguin Books
- Fernández, Lelio. (2018). Sigmund Freud. *Praxis Filosófica*, (46), 11-41. DOI: <https://doi.org/10.25100/pfilosofica.v0i46.6201>
- García, Bacete, F. y Traver, J. (2010). Familias, centros educativos y comunidad. Universidad de Almeria. España. Recuperado de <https://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/168602>
- Gómez Muzzio S, Muñoz, E., María Magdalena, & Santelices, María Pía. (2008). Efectividad de las Intervenciones en Apego con Infancia Vulnerada y en Riesgo Social: Un Desafío Prioritario para Chile. *Terapia psicológica*, 26(2), 241-251. DOI: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082008000200010>
- Herrán, E., Galende, N., Apodaca, P. M., & Sagastui, J. (2022). El desarrollo de la autonomía infantil temprana y el profesorado en formación en Educación Infantil. Variables intervinientes. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 25(3), 43-59. Recuperado de <https://revistas.um.es/reifop/article/view/529471>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación 6ta Edición México. F: Mc Graw Hill
- Moneta C, Maria Eugenia. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby. *Revista chilena de pediatría*, 85(3), 265-268. DOI: <https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062014000300001>
- Montes, E. J. & Ursola, E. M. (2022). Fortalecimiento de la convivencia escolar desde el desarrollo de la inteligencia emocional a través del teatro en la básica secundaria de la Institución Educativa de Bayunca. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11371/5049>
- Morán, R. E. (2004). Educando con desórdenes emocionales y conductuales. La Editorial, UPR. Recuperado de <https://onx.la/9a462>
- Piña-Peláez, R. (2016). Estilos de crianza de las abuelas que cuidan a sus nietos hijos de migrantes. Cuenca, Ecuador. Recuperado de <https://core.ac.uk/reader/38670310>

Ramírez, M. A. (2005). Padres y desarrollo de los hijos: prácticas de crianza. *Estudios pedagógicos. (Valdivia)*, 31(2), 167-177. Recuperado de <https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=s0718-07052005000200011>

Sánchez López, C. (2018). Pautas y prácticas de crianza en Colombia: Análisis de investigaciones realizadas en la última década. [Tesis de especialización, Universidad Distrital Francisco José De Caldas. Bogotá, Colombia]. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11349/25058>

Simkin, H., & Becerra, G. (2013). El proceso de socialización. Apuntes para su exploración en el campo psicosocial. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, XXIV (47), 119-142

Vintimilla Mancheno, E. (2015). La inteligencia emocional y su relación con el desarrollo de la empatía en los niños de 4 a 5 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil "Safari Kids". (Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Carrera de Educación Parvularia, Modalidad Presencial)