

LA LECTURA Y LA GESTIÓN EMOCIONAL: ALFABETIZACIÓN EMOCIONAL

Dra. Lidia Negrete Esqueda¹

¹Pediatra Capítulo León

Bol Col Ped Gto 2023;1(3):28-29

La lectura además de facilitar el lenguaje y socialización, influye en la “educación emocional”. La alfabetización emocional se ha definido como: **el proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo emocional complementario del desarrollo cognitivo** (1). Está dirigida a educar la afectividad, conjunto de sentimientos y emociones que determinan el comportamiento de los alumnos; su objetivo es que los niños sepan manejar conflictos de la vida diaria, gestionar el estrés, tener autoestima y autocontrol; en resumen que sean capaces de procesar la información emocional de manera adecuada para lo cual se propone al texto literario infantil como plataforma de interacción y alfabetización emocional del niño lector/auditor. (2)

La falta de educación emocional determina en los niños: conflictividad, comportamientos adictivos, bajo rendimiento y ausentismo escolar, malas relaciones interpersonales, menos bienestar psicológico. El desarrollo de habilidades socioemocionales que promueven el entendimiento de emociones propias y ajenas es relevante para la convivencia social y prevención de conductas violentas. (3)

La lectura posibilita la construcción y fortalecimiento de ideas y acciones; la lectura mediada

por cuentacuentos o por los miembros de la familia, favorece la cercanía afectiva del niño al libro y la identificación con sus emociones a través de los personajes de la historia, de esta manera facilita el aprendizaje de emociones. Las escuelas deberían incluir desde la infancia, los contenidos emocionales y sociales, que son aplicables a lo largo de la vida (2).

¿Qué papel juegan los cuentos en la alfabetización emocional?

Estimulan la **imaginación y creatividad del niño**, se despierta la **sensibilidad por la belleza**. Ayudan a trabajar la **educación en valores** a través de los personajes y hechos que ahí ocurren; proporcionan **enseñanzas útiles para la vida real**, enseñan normas de comportamiento y le **permite identificar y expresar mejor sus sentimientos y emociones** por lo que es un gran recurso para educadores y padres de familia. Los cuentos desarrollan la imaginación y la fantasía, les hace crear sus mundos interiores y escapar de la realidad a la que están sujetos, les hace libres y felices. **El cuento debe ser considerado un juguete y el niño debe acercarse a él de forma placentera.** (4,5)

CUENTO EL ÁRBOL MÁGICO (Pedro Pablo Sacristán, autor)(6)

Hace mucho, mucho tiempo, un niño paseaba por un prado en cuyo centro encontró un árbol con un cartel que decía: *soy un árbol encantado, si dices las palabras mágicas, lo verás.*

El niño trató de acertar el hechizo, y probó con *abracadabra, supercalifragilisticoespialidoso, tan-ta-ta-chán*, y muchas otras, pero nada. Rendido, se tiró suplicante, diciendo: *"¡¡por favor, arbolito!!"*, y entonces, **se abrió una gran puerta en el árbol.** Todo estaba oscuro, menos un cartel que decía: *"sigue haciendo magia"*. Entonces el niño dijo *"¡¡Gracias, arbolito!!"*, **y se encendió dentro del árbol una luz que alumbraba un camino hacia una gran montaña de juguetes y chocolate.**

El niño pudo llevar a todos sus amigos a aquel árbol y tener la mejor fiesta del mundo, y por eso se dice siempre que "por favor" y "gracias", son las palabras mágicas.



BIBLIOGRAFÍA

- 1.-Vallés- Arándiga A. Disruptividad y educación emocional. Tomado de: <https://es.scribd.com/document/345570623/Disruptividad-y-Educacion-Emocional-Valles-pdf>
- 2.-Riquelme E, Munita F. La lectura mediada de la literatura infantil como herramienta para la alfabetización emocional. (2011) Estudios Pedagógicos XXXVII, No 1:269-277.
- 3.-Castro- Santander A. Alfabetización emocional: la deuda de enseñar a vivir con los demás. Revista iberoamericana de Educación (ISSN: 1681.5653). Consultado: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/1158Castro.pdf>
- 4.-El cuento su valor educativo en el aula infantil. En: Temas para la Educación. Revista digital para profesionistas de la enseñanza.2009: 5. ISSN 1989-4023. Consultado: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd5950.pdf>
- 5.- Rojas-Pedregosa P. Emociones e inteligencia emocional a través del cuento. R Est Inv Psico y Educ, 2017, Extr. (5), A5-010. DOI: <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.05.2139>
- 6.- Consultado de: <https://cuentosparadormir.com/infantiles/cuento/el-árbol-magico>