

UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO
CARRERA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN



TESIS DE GRADO

**TÉCNICA DE LA ABRAZOTERAPIA PARA FORTALECER
LAS HABILIDADES SOCIOAFECTIVAS DE NIÑOS Y
NIÑAS DEL NIVEL INICIAL, DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“TOKIO” DE LA CIUDAD DE LA PAZ, DISTRITO - 2**

TESIS DE GRADO PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIATURA EN CIENCIAS
DE LA EDUCACIÓN

POSTULANTE: MARCELO MEDINA VEGA

TUTOR: LIC. EDGAR PLATA APAZA

EL ALTO – BOLIVIA

2020

DEDICATORIA:

La presente tesis está dedicada a Dios, por darme la vida, salud y sus bendiciones.

A mis padres, porque ellos siempre estuvieron a mi lado, brindándome su apoyo y consejos para hacer de mí una persona mejor.

A todos mis hermanos, quienes me alentaron y brindaron su apoyo para que siga adelante y termine el trabajo.

Y uno es especial a mi querida hija Massiel, que es un aliento para mi vida, como también a mi esposa Nancy por estar a mi lado en los momentos difíciles.

AGRADECIMIENTOS:

Primero a Dios, porque me dio la perseverancia para una meta trazada.

A la Universidad Pública de El Alto, que me abrió sus puertas para ser mejor persona y buen profesional.

A los Docentes, que con el pasar de los años se convirtieron en ejemplos a seguir.

Al Lic. Edgar Plata Apaza, por su dirección, paciencia y entrega valiosa, que me permitieron alcanzar los objetivos de esta tesis.

En especial a mis padres, hija, esposa, y hermanos de los cuales recibí su apoyo.

A la Unidad Educativa “Tokio”, a su Directora y Educadoras, por la oportunidad por realizar un aporte a la educación y a la niñez, y así culminar mi tesis de grado.

ÍNDICE

	Pág.
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
1.1 Planteamiento del problema.....	3
1.2 Formulación del problema	6
1.3 Preguntas científicas.....	6
1.4. Objetivos	6
1.4.1 Objetivo general	6
1.4.2 Objetivos específicos.....	6
1.5 Hipótesis.....	7
1.6 Variables	7
1.6.1 Identificación de variables.....	7
1.6.2 Operacionalización de variables.....	8
1.7 Justificación.....	9
1.7.1 Justificación teórica.....	9
1.7.2 Justificación práctica	12
1.7.3 Justificación metodológica	14
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO.....	15
2.1 Marco histórico	15
2.1.1 Origen e historia de la abrazoterapia.....	15
2.2 Marco conceptual	17
2.2.1 La abrazoterapia	17
2.2.2 Los abrazoterapeutas	21
2.2.3 Ética y normas de conducta de la abrazoterapia.....	23
2.2.3.1 Asegúrese de contar con permiso antes de dar un abrazo.....	24

2.2.3.2	Asegúrese también de pedir permiso cuando sea usted quien necesita un abrazo	25
2.2.3.3	Asuma la responsabilidad de expresar lo que necesita y el modo en que desea recibirlo.....	25
2.2.4	La relación entre el cerebro y los abrazos	27
2.2.4.1	Hormona oxitocina, (la llamada hormona del apego).....	28
2.2.4.2	Hormona somatotropina (hormona del crecimiento)	29
2.2.5	Tipos de abrazos.....	31
2.2.5.1	El abrazo de oso	32
2.2.5.2	El abrazo con forma de A.....	32
2.2.5.3	El abrazo de mejilla.....	33
2.2.5.4	El abrazo sándwich	33
2.2.5.5	El abrazo impetuoso.....	33
2.2.5.6	El abrazo grupal	34
2.2.5.7	El abrazo de costado.....	34
2.2.5.8	El abrazo por la espalda	34
2.2.5.9	El abrazo de corazón	35
2.2.5.10	El abrazo a la medida	35
2.2.5.11	El abrazo de tobillo	36
2.2.5.12	El abrazo de adivinanza	36
2.2.5.13	El abrazo de cabeza.....	36
2.2.5.14	El abrazo Zen	36
2.2.6	¿Qué nos brinda un abrazo?	37
2.2.6.1	La confianza	39
2.2.6.2	La felicidad.....	40
2.2.6.3	La pertenencia	41
2.2.6.4	La protección.....	42
2.2.7	El poder de la abrazoterapia	42
2.2.8	La psicología positiva.....	44
2.2.9	La afectividad medio indispensable entre los sentimientos y emociones	46
2.2.9.1	Desarrollo afectivo del niño en la infancia	48

2.2.9.2	El rol de la familia y la escuela en el desarrollo afectivo del niño....	52
2.2.9.3	Herramientas pedagógicas para el desarrollo de la afectividad	55
2.2.10	Desarrollo y habilidades socioafectivas	57
2.2.10.1	Componentes de la habilidad socioafectiva	66

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO	71	
3.1	Enfoque de investigación	71
3.2	Tipo de estudio.....	71
3.3	Diseño de la investigación	72
3.4	Universo de estudio.....	72
3.5	Muestra.....	73
3.6	Métodos.....	74
3.7	Técnicas e instrumentos	74

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	76	
4.1	Nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2.....	76
4.1.1	Sexo de los niños.....	76
4.1.2	Nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas	77
4.1.3	Nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas por dimensiones	79
4.1.3.1	Habilidades afectivas	79
4.1.3.2	Habilidades sociales	81
4.1.4	Habilidades socioafectivas según sexo.....	83
4.1.4.1	Habilidad afectiva, según sexo.....	84
4.1.4.2	Habilidades sociales, según sexo	85
4.2	Resultados de la entrevista realizada a educadoras del nivel inicial de la Unidad Educativa Tokio de la ciudad de La Paz	86

CAPÍTULO V

PROPUESTA: TÉCNICAS DE ABRAZOTERAPIA PARA FORTALECER LAS HABILIDADES SOCIOAFECTIVAS DE NIÑOS/AS DEL NIVEL INICIAL	88
5.1 Fundamentación	88
5.2 Objetivos de la propuesta	90
5.3 Desarrollo de la propuesta.....	90

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	111
6.1 Conclusiones	111
6.2 Recomendaciones.....	113
BIBLIOGRAFÍA	115
ANEXOS.....	121

INTRODUCCIÓN

En el agitado mundo en que vivimos, marcado por la masificación, es urgente la creación de espacios en los que la persona pueda manifestarse más libremente, en el camino hacia su plenitud, espacios en los que se intente superar formas de relación caracterizados por la máscara, por los mecanismos inconscientes, por la agresividad, por la competición y por la dominación.

En un mundo de gente solitaria, un abrazo acerca y une. Transmite amor y apoyo, da más seguridad en uno mismo, alimenta los sentimientos, disminuye la tensión es sano, democrático y gratificante. Tampoco cuesta dinero, el contacto físico no sólo es algo agradable: es necesario para nuestro bienestar psicológico, emocional y corporal, y acrecienta la alegría y la salud del individuo y sociedad.

El abrazo es una forma especial de tocar, que hace que uno se acepte mejor a sí mismo/a y aceptado por los demás. Este programa en abrazoterapia nos permite una intervención social que posibilita las relaciones con los demás y fomenta otra forma de comunicación.

La participación en las actividades y dinámicas propuestas pretende favorecer las relaciones interpersonales e intergeneracionales del grupo, así como compartir expresar sentimientos y emociones que tengan un importante efecto e impacto sobre la salud corporal y psíquica de quienes participen en este pequeño espacio para el encuentro.

Es decir, este contacto-abrazo, da por resultado el reforzamiento de la amistad y el sentido de pertenencia al género, lo que se puede entender como un mecanismo adaptativo frente a los peligros circunstanciales.

La abrazoterapia, es una actitud frente a la vida. Una actitud vitalista, comprometida, solidaria, proactiva, multidimensional y por sobre todas las cosas una visión optimista y esperanzadora de nuestra vida.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

Las habilidades socioafectivas son las capacidades de una persona para responder de manera adaptativa a las diferentes situaciones que se desarrollan en su vida personal y social, utilizando los recursos necesarios para conseguir sus objetivos y que su conducta, sus emociones y sus pensamientos tengan coherencia interna, dotándolos de competencias para vivir y convivir socialmente de forma saludable y respetuosa.

Por ello es importante desarrollar las habilidades socioafectivas, desde tempranas edades. En el área educativa, el fomento de la formación socioafectiva afianza conductas, actitudes, valores y modelos de relaciones adecuadas para las personas y facilita herramientas que favorecen a una mejora en la convivencia escolar, ya que el ámbito escolar demanda, además de organización y estrategias para el logro de objetivos, el aprendizaje de habilidades socioafectivas que busquen beneficiar a la convivencia de los estudiantes. Así, la fuerza de este enfoque en la labor educativa favorece el clima escolar pues permite manejar y resolver conflictos de una manera pacífica, comunicarse asertivamente siendo capaces de expresar sus ideas y sentimientos y tomar decisiones responsables. Habilidades socioafectivas que, al igual que las cognitivas, necesitan motivación y ejercitación continua, intencionada, significativa y gradual (Rodríguez, 2007).

Sin embargo, el desarrollo de las habilidades socioafectivas en el sistema escolar, no siempre es fácil. Uno de los inconvenientes es que las educadoras no comprenden la

importancia del desarrollo socio afectivo y solo se centran en el desarrollo cognitivo, por lo tanto, no propician los espacios oportunos y, mucho menos, las experiencias de aprendizaje necesarias. El hecho de no cumplir con los requerimientos necesarios para brindar una educación integral evoca consecuencias de impacto negativo en la vida y desenvolviendo del niño y la niña (Trujillo, 2017).

En efecto, un estudio realizado en la ciudad de La Paz señala que los centros de Educación Inicial, en algunos casos, se han convertido en simples recintos de cuidado y custodia de niños y niñas y las docentes en sus cuidadoras. La actividad pedagógica de las docentes privilegia el aprendizaje de formas, texturas, colores, así como las destrezas relacionadas con los procesos de iniciación de lectura y escritura (Riveros, 2019); sin embargo, el desarrollo de las habilidades socioafectivas no es atendido con la misma dedicación.

Esta despreocupación de las educadoras por estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas en los niños/as, se puede explicar por diversos factores. Muchas veces, por desconocer estrategias adecuadas para estimular estas aptitudes, o por falta de interés por conocer las individualidades del grupo de estudiantes, se descuida esta parte importante de la educación y se desvanece al hacer suposiciones como que en los procesos de aprendizaje la formación cognoscitiva es la prioridad, cuando lo primordial es consolidar una educación holística que despliegue y fortalezca las habilidades espirituales, cognitivas, socioafectivas, físicas y creativas, haciendo énfasis en que la afectividad encierra un gran valor educativo porque ofrece medios desde lo intrapersonal e interpersonal, favoreciendo la comunicación en múltiples ambientes y ayudan a que niños, niñas y jóvenes se desarrollen con libertad y

criterio propio en un mundo cada día más complicado y lleno de mensajes vacíos, donde es esencial mantener un comportamiento ético (Cifuentes, 2015).

Por otra parte, según la observación realizada en la Unidad Educativa Tokio de la ciudad de La Paz – 2, se ha podido evidenciar que los niños y niñas del nivel inicial muestran poco compañerismo entre ellos, lo cual limita la posibilidad de transmitir cariño, comprensión y afecto hacia sus compañeros. Ante esta situación, las educadoras permanecen indiferentes y no muestran mucho interés por estimular la afectividad en los niños/as; asimismo, se ha podido observar que, dentro del proceso enseñanza-aprendizaje en las aulas, las educadoras no utilizan técnicas para desarrollar las habilidades socioafectivas de los niños/as

Debido a ello es que en el presente trabajo de investigación se propone la técnica de la abrazoterapia, como medio para estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños y niñas del nivel inicial, entendiendo que en las instituciones educativas que brindan atención a la infancia de 4 a 5 años, el aspecto socio-afectivo debe ser desarrollado a diario, en cada momento de la jornada y con cada actividad planteada, por lo tanto, las educadoras deberían asumir la responsabilidad de brindar dicha oportunidad de desarrollo y, a la vez, buscar estrategias o técnicas para proporcionar una óptima estimulación y un adecuado espacio para que tanto la socialización, como la afectividad se produzcan de manera espontánea y natural.

1.2 Formulación del problema

¿Qué técnica puede contribuir a fortalecer el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio” del distrito La Paz -2?

1.3 Preguntas científicas

- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2?
- ¿Cuáles son las técnicas que utilizan las educadoras para medir y estimular el desarrollo socioafectivo de los niños y niñas de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2?
- ¿Cuáles son las diferencias en el nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas, según el género de los niños y niñas de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2?

1.4. Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Proponer la técnica de la Abrazoterapia para fortalecer las habilidades socioafectivas de los niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2

1.4.2 Objetivos específicos

- Determinar el nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2, mediante la Escala de Habilidades Sociales, dirigida a sus padres.

- Describir las técnicas que utilizan las educadoras para medir y estimular el desarrollo socioafectivo de los niños y niñas de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2, a través de una entrevista.
- Establecer diferencias en el nivel de desarrollo de las habilidades Socioafectivas, según el género de los niños y niñas de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2.

1.5 Hipótesis

- La técnica de la Abrazoterapia contribuye a fortalecer el desarrollo de las habilidades Socioafectivas de los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2.

1.6 Variables

1.6.1 Identificación de variables

- **Variable independiente:** Técnica de la Abrazoterapia
- **Variable dependiente:** Habilidades Socioafectivas

1.6.2 Operacionalización de variables

Operacionalización de variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Instrumento
Dependiente: Habilidades Socioafectivas	Habilidades básicas de interacción social	<ul style="list-style-type: none"> - Sonríe y responde a otras personas cuando es oportuno - Saluda y se despide de las personas de un lugar conocido - Se presenta espontáneamente a otros niños y adultos - Menciona halagos para sus padres u otros adultos conocidos (ejemplo, la maestra) 	Escala de Habilidades Sociales
	Habilidades de iniciación de la interacción social	<ul style="list-style-type: none"> - Con otros niños muestra conductas de cortesía utiliza frases como “por favor”, “gracias”, “perdón”) - Suele ser uno de los primeros en acercarse a otros niños que no conoce - Se une al juego de otros niños - Puede mantener una conversación sencilla con un adulto 	Escala de Habilidades Sociales
	Habilidades conversacionales	<ul style="list-style-type: none"> - Inicia una conversación simple con otros niños - Participa activamente en actividades y conversaciones con otros niños - Se une al diálogo y/o actividades que mantienen otros niños - Cuando abandona a un grupo de niños los saluda cordialmente 	Escala de Habilidades Sociales
	Habilidades para cooperar y compartir	<ul style="list-style-type: none"> - Hace “pequeños favores” a otros niños - Ayuda a un amigo cuando está en dificultades - Ayuda a otros niños en actividades y juegos - Es amable con los adultos conocidos 	Escala de Habilidades Sociales

Variable	Actividad	Dinámica	Instrumento
Independiente: Técnica de la Abrazoterapia	El Abrazo del oso	“Esto es un abrazo” ¿Un qué?	Propuesta
	El Abrazo del oso	Conociendo los distintos tipos de abrazo	Propuesta
	Actividades y ejercicios	Desarrollo creativo de los niños y niñas. Los verdaderos abrazoterapeutas	Propuesta
	El idioma especial de los abrazos	El idioma especial de los abrazos	Propuesta
	¡El pueblo manda!	¡El pueblo manda!	Propuesta
	Aprendamos a Abrazarnos	Aprendamos a Abrazarnos	Propuesta
	El abrazo expresión de afecto	El abrazo expresión de afecto	Propuesta
	Abrazos musicales cooperativos	Abrazos musicales cooperativos	Propuesta
	Lo que nos dicen los abrazos	Lo que nos dicen los abrazos	Propuesta
Los estados de ánimo	Los estados de ánimo	Propuesta	

Fuente: elaboración propia.

1.7 Justificación

1.7.1 Justificación teórica

Desde el punto de vista teórico, el presente trabajo de investigación pretende profundizar sobre el conocimiento de las habilidades socioafectivas y la abrazoterapia como una de las técnicas para estimular el desarrollo de dichas habilidades en los niños/as. Además, se pretende reflexionar sobre el rol de las educadoras del nivel inicial, sobre la importancia que tiene el conocimiento del desarrollo socioafectivo en los niños, dada la incidencia que tiene en el crecimiento integral del ser humano. Todo educador comprometido tiene la responsabilidad de conocer a sus estudiantes en los diferentes ámbitos del desarrollo,

especialmente en el socioafectivo, para lograr acercarlo a procesos de aprendizaje cognitivo.

La afectividad es considerada como un factor fundamental facilitador de las primeras experiencias comunicativas en niños. Entre la madre y el niño se establece un sistema de interacción afectivo que da lugar al apego, establecido con las personas que interactúan con él de forma privilegiada. Las emociones desempeñan un papel fundamental en el establecimiento de lazos afectivos entre el adulto y el niño. Las expresiones de estas emociones en edad temprana son “la sonrisa”, “la ansiedad ante el extraño” y “la negación”, considerados como organizadores del desarrollo afectivo del niño y niña.

En los años pre-escolares, el desarrollo social y afectivo-emocional aprovecha adquisiciones de anteriores y se amplía para incluir competencia social congeniar con otros, incluidos sus compañeros. Educadores y profesores, manejo de comportamientos, seguir instrucciones y cooperar con peticiones, percepción social identificar pensamientos y sentimientos en uno mismo. En efecto, “Las instituciones educativas son los lugares donde los niños y jóvenes permanecen más tiempo, por tanto, se constituyen los espacios ideales para propender por el desarrollo multidimensional del ser humano. Para ello, las relaciones sociales y afectivas son fundamentales, ya que ejercen influencia sobre las otras dimensiones” (Castillo, 2011, p. 1)

El desarrollo socioafectivo es, en un sentido amplio, aquella dimensión evolutiva que se refiere a la incorporación de cada niño y niña que nace a la sociedad donde vive. Tal incorporación supone numerosos procesos de socialización: la formación de vínculos

afectivos, la adquisición de los valores, normas y conocimientos sociales, el aprendizaje de costumbres, roles y conductas que la sociedad transmite y exige cumplir a cada uno de sus miembros y la construcción de una forma personal de ser, porque finalmente cada persona es única. (Pérez, 2018, p. 18).

La literatura indica que el desarrollo de las habilidades socioafectivas es de gran importancia en la primera etapa del niño/a, ya que a través del proceso socioafectivo, “los niños, niñas, jóvenes y adultos adquieren el conocimiento, las actitudes y las habilidades necesarias para reconocer y controlar sus propias emociones, así como para demostrar afecto y preocupación por los demás, con el fin de establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y manejar situaciones difíciles” (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2013, p. 25).

Si bien las habilidades socioafectivas de los niños pueden desarrollarse con diferentes técnicas, en el presente estudio se considera que la abrazoterapia es una herramienta adecuada para los niños del nivel preescolar. “Abrazoterapia es un técnica ancestral que utiliza el abrazo como instrumento terapéutico, para lograr la integración equilibrada del cuerpo, la mente y las emociones. La abrazoterapia, es por tanto la práctica de suministrar abrazos, un método de apoyo y un arte, que tiene el propósito de hacernos sentir bien, aliviar el dolor y mejorar nuestra autoestima. Es un tratamiento del malestar mediante el simple método físico del abrazo” (Torrado, 2012, p. 11).

1.7.2 Justificación práctica

En la práctica, el presente trabajo de investigación pretende constituirse en una referencia para que las educadoras del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” de la ciudad de La Paz, Distrito 2, puedan conocer la importancia de desarrollar las habilidades socioafectivas en los niños/as; pero además, proporcionarles una herramienta práctica, como la abrazoterapia, para que puedan implementarlo dentro de las aulas con la finalidad de estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños/as. Por tanto, los beneficios del presente trabajo no solo serán para los niños/as, sino para las educadoras.

Las educadoras deberían tener presente que el abrazo es una de las mejores formas de demostrar el afecto. Este gesto tan simple, tiene significados diversos, desde un signo de amor, amistad, refugio. Todo el mundo necesita ser abrazado de vez en cuando y sin lugar a dudas si alguien recibe un abrazo conseguirá que el día de esa persona sea más feliz.

La abrazoterapia aplicada en los niños de la primera infancia puede traer diversos beneficios (Caraballo, 2019):

- Generan una sensación de protección y seguridad en los niños: Les ayuda a sentirse seguros y a tener más confianza en sí mismos.
- -Estimula la autoestima de los niños: Transmiten afecto y apoyo, por lo que el niño se sentirá más seguro de sí mismo y tendrá mayor autoestima.
- Niños más felices: Los abrazos activan las endorfinas, responsables de aumentar la sensación de alegría y plenitud y disminuir la de ansiedad o tristeza.

- Aporta calma: Los niños sienten más tranquilidad y quietud cuando sus padres les toman entre sus brazos.
- Fortalece el vínculo: Mejora la unión entre padres e hijos y fomenta el apego en la familia.
- Reduce el estrés: El contacto físico reduce la producción de una hormona, cortisol, que favorece el estrés, y aumenta las hormonas encargadas de producir sensaciones de bienestar.
- Mejora el estado de ánimo: Si el niño se siente triste o decaído, un buen abrazo le aportará apoyo, comprensión y le reconfortará.

En el presente estudio, se considera que el principal beneficio de la abrazoterapia es la estimulación de las habilidades socioafectivas de los niños/as. Se debe señalar que los niños y niñas que desarrollen de forma apropiada capacidades socioafectivas, aprendidas y vivenciadas en ambientes educativos y con estimulación favorable para su formación integral, conseguirán ser estudiantes afectuosos, motivados, mejor preparados para el éxito, lograrán identificar y manejar emociones que puedan afectar su desarrollo, estarán capacitados para trazar metas personales, así como de obtenerlas con seguridad y perseverancia; conservarán excelentes relaciones interpersonales, capaces de crear proyectos de trabajo colaborativo, enfrentar y resolver conflictos o problemas de manera pacífica, buscando la justicia; mostrarán autodisciplina y adaptación rápida a múltiples contextos, buscarán siempre defender la dignificación de los seres humanos, valorar la individualidad y demostrando una actitud responsable en la toma de decisiones (Benavides, 2012).

1.7.3 Justificación metodológica

Desde el punto de vista metodológico, el presente estudio se justifica por la necesidad de seleccionar los medios y el proceso para lograr los objetivos de la investigación. En tal sentido, el estudio se basa en una metodología mixta (cuali-cuantitativa), es de tipo descriptivo, con un diseño no experimental; utiliza el método de la deducción, y para la recopilación de información utiliza la Escala de Habilidades Sociales aplicada a los padres de los niños/as de la primera sección del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz-2; además, se realizó una entrevista a las educadoras de la misma Unidad Educativa.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Marco histórico

2.1.1 Origen e historia de la abrazoterapia

Los orígenes de la Abrazoterapia como tal son tan antiguos como el hombre. Existe desde aquella primera madre que, al recibir a su hijo, lo coge entre sus brazos atrayéndolo tiernamente hacia su pecho y le sostiene dándole protección. Una protección que todos tendemos a recrear a lo largo de la vida. Sea ofreciendo o buscando unos brazos amorosos. Compartiendo en definitiva un abrazo de homenaje a la vida (Barbery, 2007).

Ademas los abrazos Gratis, es un movimiento de carácter internacional que consiste en ofrecer abrazos a desconocidos con el propósito de regalar afecto, en un mundo globalizado donde reina la desconfianza, los prejuicios y los problemas (Barbery, 2007).

Su historia comienza en el año 2004, cuando Juan Mann regresa a Australia, su país natal. Una vez allí, el sentimiento de soledad comienza a invadirlo, sus padres acababan de divorciarse, se había separado de su prometida y su abuela había fallecido. Para animarse decide ir a una fiesta, donde una desconocida le regala un abrazo, “Me sentí como un rey, fue lo mejor que me ha pasado nunca”, así describiría ese momento tiempo después, en una de las pocas entrevistas que hay de este personaje (Barbery, 2007).

Con ese sentimiento, un 30 de junio, decide salir a repartir abrazos a la gente que transitaba por Pitt Mall Street en Sidney. Así fue como conoció a Shimon Moore, quien grabó al protagonista abrazando y el intento frustrado de la policía de prohibir los abrazos gratis.

A partir de 2006, el movimiento se logra expandir alrededor del mundo gracias a personas que, motivadas por el vídeo original, deciden lanzarse a las calles a repartir afecto, y posteriormente, gracias al boca a boca originado por estas espontáneas acciones.

La Abrazoterapia, es una innovadora técnica de regulación física y afectiva, el poder que tiene el abrazo como contacto físico no es solo algo agradable, es algo necesario, es una terapia que redescubre la importancia del abrazo como necesidad vital que tenemos todos, mucho más durante la primera infancia. Es la práctica de aplicar abrazos con la finalidad de curar, y mantener la salud, porque al igual que la risa y la música es una más de las muchas herramientas, que la naturaleza nos ha regalado; este simple y poderoso acto natural y espontáneo que es el abrazo, es un ejemplo de que muchas veces lo que más necesitamos es sencillo y no tiene precio. A través de la "educación", desde hace mucho tiempo se está destruyendo este simple y poderoso acto natural y espontáneo, que es el abrazo. Se encontró referencias de una autora que postula que a través del abrazo y su arte, reaprendiendo el "AbrazArte". Tendemos puentes de abrazos por los que circulan libremente las emociones y nos rescatan de la soledad y el aislamiento. Postula que: "Es una innovadora técnica de regulación físi-co-afectiva-emocional que utiliza los abrazos de forma literal y metafórica como instrumento terapéutico. Según (Barbery, 2007) en su libro: *"Abrazoterapia, el lenguaje de los abrazos"*.

En tanto, que el desarrollo de las Habilidades Socioafectivas requiere una labor de medición en que se aprovechen al máximo las potencialidades de la interacción, de la conducta adaptativa del sujeto; comprenderse a sí mismos, comprender y tolerar a otros, manejar emociones y comportamientos o saber relacionarse sanamente con sus pares. Diversos autores han desarrollado clasificaciones para organizar estas habilidades en subgrupos, áreas o dimensiones. En esta línea, un primer acercamiento a estas habilidades fue realizado por Howard Gardner.

2.2 Marco conceptual

2.2.1 La abrazoterapia

La Abrazoterapia es una terapia que redescubre la importancia del abrazo como necesidad vital que tenemos todos. La práctica de aplicar abrazos con la finalidad de curar, y mantener la salud: “el abrazo, al igual que la risa y la música es una más de las muchas herramientas, que la sabiduría de la Naturaleza nos ha regalado. A través de la "educación", desde hace mucho tiempo se está destruyendo este simple y poderoso acto natural y espontáneo, que es el abrazo” (Galván, 2010).

Se encontró referencias de una autora que postula que, a través del abrazo y su arte, reaprendiendo el “AbrazArte”. Tendemos puentes de abrazos por lo que circulan libremente las emociones y nos rescatan de la soledad y el aislamiento. Postula que: “Es una innovadora técnica de regulación físico-afectiva-emocional que utiliza los abrazos de forma literal y metafórica como instrumento terapéutico. Permite la aproximación a la persona

como un ser holístico, por lo que tiende a integrar su cuerpo, mente y emociones de forma armónica y equilibrada (Galván, 2010).

Busca darle marco a una actividad natural y atávica del ser humano, que por diversas razones se ha visto desvirtuada. Se derriban las barreras y logramos tomarle el pulso al Arte de la Vida. Buceando en el mundo de las emociones, explora y recupera el poder terapéutico del abrazo y su alta y exquisita calidad comunicativa”. Esta autora en su libro “*Abrazoterapia, el lenguaje de los abrazos*”, indica que los abrazos; “Reivindica la fantasía, la espontaneidad, la intuición, el enriquecimiento a través de la pluralidad y la diversidad, que beneficia y favorece relaciones interpersonales saludables” (Barbery, 2007).

Misma autora es creadora del Sistema Neurocoaching® mediante Talleres orienta y trabaja en que: La ABRAZOTERAPIA, es una actitud frente a la Vida. Una actitud vitalista, comprometida, solidaria, proactiva, multidimensional y por sobre todas las cosas una visión optimista y esperanzadora de nuestra existencia. Realiza varios Talleres, sus principales propósitos en los Talleres que brinda, son los de favorecer:

- El manejo adecuado de las emociones
- Los desbloques emocionales
- Los desbloques físicos
- La integración de cuerpo-mente y emociones
- El entrenamiento en respuestas asertivas

- La optimización de las capacidades innatas
- El fortalecimiento de la autoestima
- La autoaceptación
- La empatía
- La comunicación afectiva
- El contacto con el “niño interior”
- El situarnos plenamente en el Aquí y el Ahora
- La celebración de la vida
- El estímulo de la gratitud
- Así también, postula que los Abrazos, tienen sus beneficios que son inmediatos:
- Nos rescatan de la soledad y el aislamiento. No estamos solos.
- Guían el auto conocimiento potenciando la autoestima.
- Facilitan los desbloques físicos y emocionales.
- Nos permiten vivenciar la integración de cuerpo, mente y emociones.
- Nos ejercitan en la empatía.
- Nos sitúan plenamente en el Aquí y el Ahora.
- Favorecen la comunicación afectiva con nosotros y con el otro.
- Estimulan la gratitud.
- Despiertan la creatividad.
- Impulsan a una actitud pro-activa en la vida.
- Conectan con la intuición.
- Favorecen el entrenamiento de respuestas asertivas.

- Devuelven la ilusión, la alegría y el buen humor, puesto que la risa es su fiel compañera.
- Le brinda reconocimiento y protección a nuestro "niño interior".
- Potencia la resiliencia.

Según (Torrado, 2012) un abrazo es la acción y efecto de abrazar, de estrechar entre los brazos y también de prender. Es dar con los brazos abiertos. Etimológicamente abrazar es estrechar, ceñir con los brazos. Otros sinónimos que podemos utilizar son apretón, achuchón, estrujón.

Abrazar se convierte a su vez en una forma e instrumento de comunicación no verbal, un lenguaje sin palabras que expresa y otorga un poder beneficioso no solo por parte de quien lo ofrece sino por quien lo reciben. El poder de un abrazo, va más allá de poder de las palabras. Es instintivo y natural. En definitiva, los abrazos son gratis, ecológicos, no tienen fecha de caducidad, son sencillos de utilizar y están siempre a mano para ser utilizados.

La abrazoterapia, junto con la risoterapia, arteterapia, musicoterapia, etc... son prácticas que empiezan a utilizarse y a extenderse cada vez más especialmente para el trabajo en el campo con determinados sectores personas mayores, menores, discapacidad... y campos como la salud, ya que éstas han demostrado un poder curativo y mejora del bienestar físico y emocional de las personas. Del mismo modo que el contacto físico provoca una mejoría en nuestros estados emocionales y físicos (Torrado, 2012).

Abrazoterapia es una técnica ancestral con pinceladas innovadoras, que utiliza el abrazo como instrumento terapéutico, para lograr la integración equilibrada del cuerpo, la mente y las emociones. La abrazoterapia, es por tanto una práctica de suministrar abrazos, un método de apoyo y un arte, que tiene el propósito de hacernos sentir bien, aliviar el dolor y mejorar nuestra autoestima. Es un tratamiento del mal-estar mediante el simple método físico del abrazo (Torrado, 2012).

Es una expresión pura, que trasciende los idiomas, es una actitud frente a la Vida. El abrazo es una de las mejores formas de demostrar el afecto. Este gesto tan simple, tiene significados diversos, desde un signo de amor, amistad, refugio. Todo el mundo necesita ser abrazado de vez en cuando y sin lugar a dudas si alguien recibe un abrazo conseguirá que el día de esa persona sea más feliz (Torrado, 2012).

2.2.2 Los abrazoterapeutas

Una autora indica en su libro titulado “Abrázame”, que: “los abrazoterapeutas no pueden resolver todos los problemas, pero si respetar los conflictos y ofrecer comprensión, risas, palabras suaves y abundantes abrazos. Cualquier persona puede ser abrazoterapeuta. Solo se debe desarrollar mayor habilidad y confianza en la capacidad natural de compartir abrazos estupendos. El abrazo es para todos”. (Keating, 1986). Misma autora hace referencia sobre la base lógica de los abrazos y la relación con los abrazantes. El abrazo es:

- Agradable
- Ahuyenta la soledad

- Aquieta los miedos
- Abre la puerta de los sentimientos
- Fortalece la autoestima
- Fomenta el altruismo
- Demora el envejecimiento; los abrazantes se mantienen jóvenes por más tiempo
- Ayuda a dominar el apetito; comemos menos cuando nos alimentamos con abrazos... y cuando tenemos los brazos ocupados en estrechar a los demás.
- Alivia las tensiones.
- Combate el insomnio.
- Mantiene en buen estado los músculos de brazos y hombros.
- Es un ejercicio de estiramiento para los de poca estatura.
- Es un ejercicio de flexión para los altos.
- Ofrece una saludable alternativa ante la promiscuidad.
- Representa una alternativa saludable y sin riesgo ante el alcohol y otras adicciones.
- Afirma el ser físico.
- Es democrático, cualquiera es candidato a un abrazo.
- Es ecológicamente aceptable, pues no altera el ambiente.
- Ahorra energía al economizar calor.
- Es portátil.
- No requiere equipos especiales.
- No necesita de un sitio especial; cualquiera, desde un umbral hasta una sala de conferencias para ejecutivos, desde el atrio de una iglesia hasta un estadio de fútbol, es buen lugar para un abrazo.
- Hace más felices los días felices.

- Hace soportables los días insoportables.
- Imparte sentimientos de arraigo.
- Llena los vacíos de la vida.
- Continúa ejerciendo efectos benéficos aún después de la separación.

La autora mencionada también indica que: “el abrazo es para todos, cualquiera puede ser Abrazoterapeuta. Pero si se domina los Tipos de Abrazos, se puede desarrollar mayor habilidad y confianza en la capacidad natural de compartir abrazos estupendos. Cualquier Abrazoterapeuta calificado podrá desarrollar mejor su habilidad y su confianza aprendiendo el idioma especial de los abrazos” (Keating, 1986).

2.2.3 Ética y normas de conducta de la abrazoterapia

Misma autora refiere: “Cuando uno es Abrazoterapeuta verdaderamente profesional, toma sobre sí toda la responsabilidad de lo que hace o dice”. Por lo tanto, los abrazos que comparte deben ser considerados, respetuosos y llenos de afecto. “El abrazo curativo nunca transmite mensajes confusos”. Por el contrario, siempre expresa con autenticidad quienes somos y qué sentimos; antes de tocar a otros necesitamos primeramente estar en contacto con nosotros mismos. “Cuando las palabras dicen una cosa y el abrazo otra nos sentimos incómodos y confundidos” (Keating, 1986).

Un abrazo nunca dice “Tú tienes la culpa”, ni “Quiero hacer daño”. La misma autora describe cuatro situaciones fundamentales de ética al momento de brindar un abrazo

terapéutico: “Como la Abrazoterapia es siempre asexual (no sexual), el abrazo lo será también”

Abrazar por compasión, no por pasión. Un abrazo cariñoso, consolador o juguetón se diferencia del abrazo de un amante, y por lo común todos reconocemos la diferencia. Si usted comenzó ofreciendo o deseando un abrazo protector y éste presenta indicios de intimidad física mayor, bastará con que reenfoque sus sentimientos y sus ideas en la finalidad original del abrazo: “Ofrecer mutuo apoyo”. Si usted tiene en claro qué tipo de abrazo está dando, lo más probable es que el otro abrazante responda en el mismo tenor. Si no, tal vez convenga mantener una charla sobre la importancia de que los abrazos en esa relación, sean sólo amistosos.

2.2.3.1 Asegúrese de contar con permiso antes de dar un abrazo

Con frecuencia, el permiso para abrazar está implícito en una relación. Probablemente, una novia, novio o amigo íntimo reciban de buen agrado un abrazo en casi cualquier momento. Sin embargo, siempre es necesario respetar la necesidad ajena de privacidad y espacio.

A veces uno recibe autorización tácita de alguien que desea un abrazo; entonces responde espontáneamente. O allana el camino al abrazo con un comentario sencillo, como: “Me gustaría darte un abrazo”. Respete los mensajes verbales y no verbales del otro. Casi siempre podrá adivinar qué es lo necesario y lo aceptable.

Si se interpretó mal y el otro se mostró incómodo con el abrazo, no es algo porque preocuparse, para algunos ser abrazados es muy difícil. En ocasiones hay que establecer una fornida confianza antes de que se sientan lo bastante seguros como para abrazar. Es mejor preguntar antes, para no sentirse mal si los resultados no son los esperados.

2.2.3.2 Asegúrese también de pedir permiso cuando sea usted quien necesita un abrazo

El Abrazoterapeuta no es solo un dador de abrazos, sino también un receptor. A veces, el abrazante debe ser abrazado. El abrazo curativo es una práctica basada en el compartir y no en el mero dar o en el mero recibir. Cuando sienta necesidad de un abrazo, diga: “Me gustaría un abrazo, si no te molesta”, “En este momento me vendría muy bien un abrazo. ¿es posible?”, “¿Qué te parece un abrazo antes de que me vaya a trabajar (a la reunión, a la entrevista o lo que sea)?” Un “gracias” o “me gustó”. El abrazo será una importante valoración del apoyo recibido.

2.2.3.3 Asuma la responsabilidad de expresar lo que necesita y el modo en que desea recibirlo

En nuestras relaciones solemos cometer el error de culpar a los demás porque no recibimos lo que necesitamos de ellos. Algunos tienen una afinación natural y captan intuitivamente las necesidades y los consuelos de los otros (ejemplo amistad). Pero la mayoría (especialmente cuando estamos ocupados en preocuparnos por nuestra propia inseguridad) necesita una comunicación directa y explícita. Si se quiere más o menos abrazos, de diez segundos o de dos desprejuiciados minutos, cualquier tipo de abrazo diferente del que

estamos recibiendo, debemos decirlo. Además, es preciso estar dispuesto a ceder en parte. Y también a comprender que no siempre recibiremos exactamente lo que deseamos y cuando lo deseamos.

En el libro “Abrazame 2”, la autora indica que también se tienen contraindicaciones; “Aunque los Abrazoterapeutas están convencidos de que el abrazo es para todos, existen algunos escépticos a los que les cuesta aceptar la Abrazoterapia. Creen, erróneamente, que el único propósito del abrazo es cimentar una relación de intimidad física” (Keating, 1988).

El abrazo físicamente íntimo también puede ser bello, pero corresponde a otro nivel de necesidades. Ese tipo de abrazo jamás podrá reemplazar a un buen abrazo terapéutico. Hasta las parejas (novios y matrimonios) necesitan montones de abrazos comunes.

Para evitar que las niñas y los niños de la Unidad Educativa “Tokio” adopten ese punto de vista estrecho y/o erróneo, hay que abrazarlos con frecuencia: de un modo afectuoso, tierno juguetón o como apoyo. Es importante que las niñas y niños de la Unidad Educativa “Tokio” vean a sus padres y a otros adultos abrazarse de ese modo. De lo contrario, al crecer acabarán convencidos de que los abrazos sólo son para las parejas de enamorados y que, para ser abrazado (y abrazable) uno debe sentirse físicamente atraído por el otro.

2.2.4 La relación entre el cerebro y los abrazos

Diversas publicaciones científicas (Psychosomatic Medicine y Hormonal Behavior), informan los resultados de investigaciones llevadas a cabo, que concluyen que la hormona oxitocina liberada por el cerebro en diversas situaciones, entre otras en el momento del parto, de la lactancia y también en el acto del abrazo, indican que esta hormona es considerada como la hormona del comportamiento del apego y el afecto; explica científicamente la auténtica sensación de bienestar que se experimenta en el momento del abrazo, puesto que actúa como anti estrés bajando los niveles de cortisol, lo que reduce la ansiedad y la sensibilidad al dolor.

Asimismo; algunos investigadores afirman que esta maravillosa hormona cuando es segregada por las mujeres que se encuentran frente a situaciones de estrés, tienden a proteger a sus hijos y a agruparse entre ellas. Es decir, este contacto-abrazo, da por resultado el reforzamiento de la amistad y el sentido de pertenencia al género, lo que se puede entender como un mecanismo adaptativo frente a los peligros circunstanciales.

La mayor cantidad de oxitocina segregada en estas ocasiones da por resultado una disminución del estrés provocando sensación de alivio y bienestar. Un estudio publicado en el (Journal Pediatric), señala el trabajo realizado por científicos en la Universidad de Miami con bebés prematuros, nacidos entre 8 y 10 semanas antes de lo previsto, se les hizo seguimiento hasta cumplir un año; para el estudio las incubadoras tenían orificios para meter la mano y así poder acariciar a los bebés con contacto físico amoroso, al mismo tiempo que fueron masajeados con estimulación táctil y kinestésica.

Éstos ganaron peso, casi un 50% más rápido. El contacto terapéutico, reconocido como instrumento esencial para la curación, forma parte del adiestramiento de enfermeras, en la actualidad, en varios centros médicos de importancia se lo emplea para aliviar el dolor, la depresión y la ansiedad; para acrecentar en los pacientes la voluntad de vivir. La oxitocina es una hormona de función estimulante, que hace que la respiración se acelere y un sudor casi imperceptible se pronuncie en axilas e ingles. El mismo cerebro reclama un cierto control y, entonces, empezamos a segregar endorfinas y encefalinas que permiten una sensación de paz, calma y seguridad, a la vez que estimulan la fantasía.

2.2.4.1 Hormona oxitocina, (la llamada hormona del apego)

También se ha demostrado que si tocamos a alguien con cariño se libera la Hormona del Crecimiento (HC), o Somatotropina, producida por el hipotálamo especialmente en niños y jóvenes, aunque no solamente es la hormona del crecimiento, sino que es también una hormona de antienvjecimiento. Cuando es aumentada la HC se favorece la perdida de grasa acumulada, aumenta la masa muscular, la energía y la vitalidad y además mejora la memoria y el aprendizaje y se refuerza el sistema inmunológico

De hecho, hay estudios de individuos mayores de 60 años, tratados con HC que revirtieron su edad biológica en 14 años. (The New Journal of Medicine – Dr. Daniel Rudman EE.UU. 1990). Cuando los médicos endocrinólogos diagnostican en un niño Enanismo psicosocial, para su recuperación no basta con suministrarles hormona de crecimiento, hay que insertarlos en un entorno afectuoso, donde sea abrazado y acariciado.

Varios estudios realizados con bebés prematuros a los que se les hizo seguimiento hasta cumplir un año, demuestran que aquellos que son masajeados con contacto físico amoroso, aumentan de peso un 50% más de prisa, su sistema nervioso madura más rápidamente y se vuelven más activos. Incluso obtienen mejores resultados en test de capacidad mental o motriz que aquellos bebés que no son masajeados.

2.2.4.2 Hormona somatotropina (hormona del crecimiento)

Ambos estudios de la (*Journal Pediatric* y *The New Journal of Medicine*), obtuvieron los mismos resultados, siendo que los bebés de ambos estudios ganaron peso y tamaño aproximadamente en un 50%, incluyendo en el tratamiento el contacto físico con la finalidad de generar sensaciones de bienestar “masajes, como contacto físico amoroso”. Por tal motivo, se refuerza la teoría, que el brindar afecto en la primera infancia repercute favorablemente en la salud física y mental de las niñas y niños. Por ello, la importancia del presente trabajo realizado en la Unidad Educativa “Tokio”.

Ya en la etapa adulta la somatotropina influye favorablemente en el reforzamiento del sistema inmunológico y ralentiza el envejecimiento. El cuerpo es la experiencia objetiva de la consciencia, experimentamos la información y la energía a través de él y a través de nuestros sensores, que convierten la información en sabores, formas, sonidos, olores. En tanto que la mente es la experiencia subjetiva de la consciencia, la misma información y energía son aquí experimentadas a través de los pensamientos, sentimientos y deseos (Barbery, 2007).

El fundamento científico del alto poder terapéutico del abrazo, queda marcadamente de manifiesto en el gesto de la madre cuando toma a su hijo y, al igual que en el alumbramiento o cuando le amamanta, su cerebro se encuentra segregando la maravillosa hormona de la oxitocina, como ya se mencionó esta hormona es conocida por ser la hormona del "apego". Gracias a ella, él bebe se siente unido a su madre y resguardado de todo peligro.

Pero todavía hay más, en el acto del abrazo no solamente actúa la oxitocina, sino que también, el abrazo activa en el cerebro la liberación de serotonina y dopamina, por lo que resulta fácilmente entendible la razón por la que experimentamos una maravillosa sensación de bienestar, sedación, armonía y plenitud en el momento del abrazo. El buen humor, la risa y los pensamientos positivos también estimulan en cierta medida una liberación de oxitocina

“El poder terapéutico del abrazo a pesar de las razones fisiológicas, son herramientas fundamentales del lenguaje no verbal. Este maravilloso lenguaje que no conoce de idiomas, que comunica desde la diversidad y sin distinciones, con una alta eficacia las emociones que experimenta nuestro cuerpo y, que nuestros sentimientos quieren transmitir. "Un abrazo expresa más que 1.000 palabras". El abrazo más que una aptitud es una actitud, una posición frente a la vida” (Barbery, 2007).

2.2.5 Tipos de abrazos

Los tipos de abrazos son el eje fundamental para el programa de Abrazoterapia hacia los niños que se una realizará la capacitación de 14 diferentes tipos de abrazos y se explicará el significado de cada uno de ellos. Sin embargo, se realiza mayor énfasis en cuatro tipos de abrazos (el Abrazo de Oso, el Abrazo de Corazón, el Abrazo Sándwich y el Abrazo Grupal), que se consideran como los más importantes para el trabajo dentro de las aulas y para la exposición dirigida a las madres, padres y/o tutores (Keating, 1988).

Además del clásico abrazo del oso, que produce una sensación de calidez y seguridad, se pueden dar diferentes tipos de abrazos, entre ellos: El abrazo de mejilla, para dar a un amigo o pariente. El abrazo sandwich, un abrazo para tres, en el que el miembro del medio experimenta una sensación de seguridad muy grande. El abrazo impetuoso, el más breve de todos. El abrazante le da un rápido apretón antes de soltarlo y sale a toda velocidad. El abrazo grupal, el más popular entre los buenos amigos que comparten una actividad o proyecto (Keating, 1988).

El abrazo de corazón, la forma más abarcadora del abrazo. Estos y muchos otros abrazos que convertirán al lector en un estupendo abrazoterapeuta, que transmitirá y recibirá amor y apoyo sin límite” (Keating, 1988).

A continuación se describe los tipos de abrazos, que se describen en ambos libros “Abrázame” y “Abrázame 2”, de la autoría de Kathleen Keating, y que son la base fundamental de adiestramiento de las educadoras en Abrazoterapia.

2.2.5.1 El abrazo de oso

Es tradicional, uno de los abrazantes suele ser más alto que el otro, pero eso no es imprescindible para aportar la cualidad emocional del abrazo osístico. El abrazante más alto puede permanecer erguido o curvarse levemente sobre el más bajo, envolviendo firmemente con los brazos, los hombros del otro. El más bajo de los dos, bien estirado, apoya la cabeza en el hombro o en el pecho del abrazante más alto, mientras rodea con los brazos (¡también con firmeza!) cualquier zona entre el pecho y la cintura que logre alcanzar. Los cuerpos se tocan en un apretón fuerte y poderoso, que puede durar entre 5 a 10 segundos o más (Keating, 1988).

2.2.5.2 El abrazo con forma de A

Ambos de pie, frente a frente, con los brazos alrededor de los hombros, el costado de la cabeza en mutuo contacto con el cuerpo inclinado hacia adelante, sin contacto alguno por debajo de los hombros. ¡Listo! He ahí un abrazo con forma de A. El periodo pasado en la formación en A suele ser breve, pues entre tipo de abrazos se utiliza generalmente para decir “hola” o “adiós” (Keating, 1988).

2.2.5.3 El abrazo de mejilla

Es un gesto muy tierno y suave, que tiene, con frecuencia, una cualidad espiritual. Se lo puede experimentar cómodamente sentado, de pie o hasta con un abrazante sentado y el otro de pie, pues no requiere contacto físico total. (Keating, 1988).

2.2.5.4 El abrazo sándwich

Es una variedad menos conocida. Empero, una vez que usted experimente su calidez y seguridad querrá compartirlo con frecuencia. Se trata de un abrazo para tres. Dos están frente a frente; el tercero en el medio, cara a cara con uno de los otros. Cada miembro exterior rodea la cintura del otro y aprieta. El del centro rodea con los brazos la cintura del abrazante que está frente a sí. Como alternativa, los dos exteriores pueden abrazarse por los hombros y los tres reunir las cabezas. Los cuerpos se tocan cómodamente (Keating, 1988).

2.2.5.5 El abrazo impetuoso

Tiene el récord de brevedad. Un abrazante corre y echa los brazos al cuerpo del otro, le da un rápido apretón antes de soltarlo y sale a toda velocidad. El así abrazado debe estar alerta para responder al apretón, a fin de recibir el máximo beneficio de este abrazo. En una de sus variedades, coreográficamente más difícil, ambos corren el uno hacia el otro y se estrechan rápida y mutuamente (Keating, 1988).

2.2.5.6 El abrazo grupal

Es muy popular entre los buenos amigos que comparten una actividad o proyecto. El grupo se forma en círculo, con los miembros tan próximos como sea posible, brazos rodeando hombros y cinturas; luego aplican una fuerza estrechante. En una de sus variedades, los participantes del abrazo grupal, dispuestos como queda indicado, avanzan hacia el centro, cerrando el círculo, se amontonan durante varios segundos y luego retroceden, separándose con un grito de alegría, un suspiro o un rápido apretón de despedida (Keating, 1988).

2.2.5.7 El abrazo de costado

El abrazo de costado o lateral es magnífico para dar y recibir mientras dos caminan juntos. Cuando pasee junto a otra persona, tomados por la cintura o por el hombro, suministre de vez en cuando un generoso apretón (Keating, 1988).

2.2.5.8 El abrazo por la espalda

También conocido con el nombre de sujeta-cinturas. El abrazante se aproxima al otro desde atrás, le rodea la cintura con los brazos y lo estrecha con suavidad. El sujetacinturas por la espalda es el abrazo perfecto para dedicar a quien está en la cocina, pelando verduras, lavando los platos o realizando cualquier tarea rutinaria que se realice de pie (Keating, 1988).

2.2.5.9 El abrazo de corazón

Se considera al abrazo de corazón la forma más elevada del abrazo. Se inicia con un contacto ocular directo, mientras los dos abrazantes permanecen de pie, cara a cara. Luego, los brazos rodean hombros o espalda. Las cabezas se juntan y se establece un contacto físico total. El abrazo es firme, pero suave. En tanto ambos respiran juntos con lentitud y facilidad, se concentran en la ternura que fluye de un corazón al otro. Este tipo de abrazo no tiene límite de tiempo; puede durar varios segundos, anulando todas las distracciones cercanas.

El abrazo de corazón es pleno y largo, afectuoso y tierno, abierto y genuino, fuerte y solidario. El abrazo de corazón viene bien: Cuando los abrazantes son muy viejos amigos, con muchos antecedentes de convergencias en el camino. Cuando son amigos muy recientes unidos por una experiencia compartida y una fuerte emoción común. De una madre y padre a su hija o hijo cuando quiere consolarlo.

2.2.5.10 El abrazo a la medida

El abrazo más efectivo para usted es el que le siente bien, considerando el ambiente, la situación, la compañía y lo que usted necesite personalmente del abrazo: afecto, fuerza y apoyo, reafirmación de un lazo amistoso, distensión o cualquier sensación agradable presente en un abrazo (Keating, 1988).

2.2.5.11 El abrazo de tobillo

Firme envolvimiento de un tobillo ajeno, generalmente por parte de un abrazante de baja estatura (niñas y niños). Requiere respuesta inmediata, como la de ser alzado del suelo para un abrazo de oso (Keating, 1988).

2.2.5.12 El abrazo de adivinanza

Abrazo juguetón para viejos amigos. Convierte en un juego gentil cualquier saludo común, como “hola” o “buenos días” (Keating, 1988).

2.2.5.13 El abrazo de cabeza

O abrazo craneano. Firme, capaz de proporcionar apoyo y fuerzas, suele brindarse a un abrazado que está sentado cuando el abrazante permanece de pie. Es un don de energía para quien se siente aturdido, frágil o deprimido (Keating, 1988).

2.2.5.14 El abrazo Zen

Para el Abrazo Zen se puede emplear cualquier tipo de abrazo. Los favoritos son el abrazo de mejilla y el de corazón. Un contacto muy directo (pies con pies y manos con manos), también se presta perfectamente. Puede mantener los ojos abiertos o cerrados. Concéntrese en la respiración; deje que se torne profunda y pareja. Comenzará a sentir que se distiende. Está concentrada en el momento presente. Deje que los pensamientos desaparezcan. Solo

quedará entonces la experiencia de sus sentidos. Tiene conciencia de la calidez que está compartiendo, del aliento que entra y sale, de estar en contacto con el otro (Keating, 1988).

Como ya se hizo referencia en líneas anteriores, los tipos de abrazos son el eje fundamental para el programa de abrazoterapia, y son cuatro tipos de abrazos en los que se realiza mayor énfasis; primero el Abrazo de Oso, para generar una sensación de apego y por lo tanto confianza entre la educadora y la niña, niño de su Aula; segundo, el Abrazo de Corazón, ya que al ser el tipo de abrazo que tiene mayor significado en su expresión, en su cercanía por el contacto cariñoso y delicado, se infiere que este abrazo es el más cercano a generar felicidad; tercero, el Abrazo Sándwich, que al ser dado por dos educadoras y haciendo que una niña o niño esté en el medio, se genere la sensación de protección; y cuarto, el Abrazo Grupal, con el que se genera la sensación de pertenencia al grupo, en el caso de las niñas y niños es muy importante, ya que, con este tipo de abrazo las niñas y niños crean conciencia que formarán parte de un grupo de pares. Por tal motivo, es que se consideran como los cuatro tipos de abrazos más importantes para el presente trabajo (Keating, 1988).

2.2.6 ¿Qué nos brinda un abrazo?

Para el presente trabajo se consideran importantes cuatro aspectos o dimensiones, tanto para las educadoras, como para las niñas y niños de la Unidad Educativa “Tokio” “Existen varios factores de vital importancia cuando se desea brindar un abrazo terapéutico, entre los que se puede mencionar la seguridad, la protección, la confianza, la salud, la autovaloración, la fortaleza, la pertenencia, el aprecio, la felicidad, la celebración entre otros” (Sepúlveda, 2007).

Por consiguiente:

- **La Confianza:** Se obtiene de la sensación de seguridad y protección que recibimos. La confianza nos puede hacer avanzar cuando el miedo se impone a nuestro deseo de participar con entusiasmo en algún desafío de la vida.
- **La Felicidad:** Es el asombro, el entusiasmo, el humor, la satisfacción y la serenidad son algunas de las tonalidades de la felicidad.
- **Pertenencia:** Cuando se tiene la sensación de pertenecer a un grupo, nuestra autovaloración aumenta. A los primeros grupos que una persona pertenece son la familia, posteriormente a los amigos y a cualquier criatura viviente, con los que se crean lazos.
- **La Protección:** Al igual que la seguridad el sentirnos protegidos es importante para todos, pero lo es más para los niños y los ancianos quienes dependen del amor y cuidado de quienes los rodean.

Se consideran como las cuatro formas más importantes de expresión que se interrelacionan mediante los abrazos, para que las educadoras trabajen en el aula con las niñas y niños de la Unidad Educativa “Tokio” y con las respectivas familias de dicha población.

La ciencia y el instinto dicen que una buena manera de alcanzar el espíritu viviente sensible es mediante el contacto físico. Y una de las formas más importantes del contacto es mediante el abrazo. Con un abrazo nos comunicamos como individuos.

Cuando las palabras son incómodas o difíciles de decir, “Dilo con Abrazos”, a veces se hallan las palabras adecuadas, pero resultan muy difícil de pronunciarlas en voz alta, sobre todo si las personas son tímidas o si los sentimientos que se sienten son abrumadores. En tales ocasiones se puede contar con el idioma de los abrazos. De tal manera, es que con ello se desea lograr el fortalecimiento de las habilidades socioafectivas en los niños y su profesora.

2.2.6.1 La confianza

Confianza se refiere, a la familiaridad en el trato. En ese sentido, la confianza puede reforzarse o debilitarse de acuerdo a las acciones de la otra persona. La confianza supone una suspensión, al menos temporal, de la incertidumbre respecto a las acciones de los demás. Cuando alguien confía en el otro, cree que puede predecir sus acciones y comportamientos, por lo tanto, simplifica las relaciones sociales (Alcántara, 1990).

“La capacidad de desarrollar una confianza y un respeto saludables por uno mismo es propia de la naturaleza de los seres humanos, ya que el solo hecho de poder pensar constituye la base de su suficiencia, y él único hecho de estar vivos es la base de su derecho a esforzarse por conseguir felicidad” (Alcántara, 1990). Por lo tanto, la confianza es la

seguridad o esperanza firme que alguien tiene de otra persona o de algo. También se trata de la presunción de uno mismo y del ánimo o vigor para obrar.

2.2.6.2 La felicidad

Definir el concepto de felicidad es una tarea ardua, seguramente sea una de las definiciones más controvertidas y más complicadas. El ser humano ha tendido siempre a perseguir la felicidad como una meta o un fin, como un estado de bienestar ideal permanente al que llegar, sin embargo, parece ser que la felicidad se compone de pequeños momentos, de detalles vividos en el día a día y quizá su principal característica sea su capacidad de aparecer y desaparecer a lo largo de nuestras vidas (Manzano, 2007).

Otra de las controversias en torno a este tema es donde buscar la felicidad, si en acontecimientos externos y materiales o en nuestras propias disposiciones internas. Aún en nuestros días es difícil responder a esa cuestionaste (Manzano, 2007).

La felicidad es un concepto con profundos significados, incluye alegría, pero también muchas otras emociones, algunas de las cuales no necesariamente son positivas (compromiso, lucha, reto e incluso dolor). Es la motivación, la actividad dirigida a algo, el deseo de ello, el logro o la satisfacción de los deseos, lo que produce en las personas sentimientos positivos más profundos (Manzano, 2007). Algunos autores describen la felicidad de la siguiente manera:

- “No hay deber que descuidemos tanto, como el deber de ser felices”. (Stevenson, Robert Louis).
- “La falta de las cosas que el hombre desea es un elemento indispensable de la felicidad”. (Russell, Bertrand).
- “La felicidad no es un ideal de la razón, sino de la imaginación”. (Kant, Inmanuel).
- “Los hombres olvidan siempre que la felicidad humana es una disposición de la mente y no una condición de las circunstancias”. (Locke, John).

Cada uno tiene su propio camino que lo conduce a un estado de paz y de satisfacción. Nadie ha descubierto todavía un camino único hacia la felicidad. Sin embargo, existen muchos tipos de riqueza, pero la más importante es ser feliz y estar contento con lo que se posee.

2.2.6.3 La pertenencia

La pertenencia entendida como el hecho o la circunstancia de formar parte de un conjunto, ya sea un grupo, una comunidad, una organización o una institución, hace mención al grupo social del que forma parte una persona al compartir valores, creencias, gustos o comportamientos. La sensación de pertenencia a éstos conjuntos permite que el individuo se sienta acompañado por pares y ayuda a desarrollar su identidad, ya que se reconoce y se presenta ante el resto de la sociedad como parte de un grupo (Sepúlveda, 2007).

El ser humano es quien crea su propio grupo social y todos los fenómenos sociales, culturales y físicos que tienen lugar en él son los que unen a todos sus miembros y los hacen sentir parte de ese todo, pero no de otro grupo (Sepúlveda, 2007).

2.2.6.4 La protección

La definición de protección entendida como la acción y efecto de proteger (resguardar, defender, o amparar a algo o a alguien), es la capacidad de tener un cuidado preventivo ante un eventual riesgo o problema. La protección puede ser física (concreta) o simbólica (abstracta). En el primer caso, podemos nombrar al equipamiento para la protección individual y física entre cosas que se utilizan para ciertos trabajos o ante inclemencias del clima. La protección más abstracta, en cambio, está dada por un marco legal o normativo, puede ser activa o pasiva.

Por tanto, la infancia es el momento en el cual el ser humano es más vulnerable, dado que aún no ha acabado de desarrollarse física ni mentalmente (Sepúlveda, 2007).

2.2.7 El poder de la abrazoterapia

El tener contacto no solo es bonito, es una necesidad. Es una herramienta que debe ser utilizada en el campo de la salud por personal de la medicina, de la enfermería, y auxiliares, en centros residenciales, servicios sociales, auxiliares de ayuda a domicilio, profesionales de la psicología, centros de día, personal que está en contacto con grupos de especial vulnerabilidad. Estudios científicos apoyan la teoría que la estimulación por

contacto es absolutamente necesaria para nuestro bienestar tanto físico como emocional (Torrado, 2012).

El tacto terapéutico, esencial para la curación, es usado para reducir el dolor, la depresión y ansiedad, como también para aumentar el deseo de vivir a pacientes, y para los bebés prematuros que carecen del contacto físico mientras están en la incubadora y así ayudarles a crecer y prosperar, personas mayores que están en centros, personas usuarias atendidas en dispositivos de atención social (Torrado, 2012).

Varios experimentos han demostrado que el contacto físico puede:

- Hacernos sentir mejor acerca de nosotros mismos y nuestros alrededores.
- Tener un efecto positivo en el desarrollo de lenguaje en menores al igual que la capacidad intelectual.
- Causar cambios psicológicos medibles tanto en el abrazador como el abrazado.

Apenas estamos empezando a comprender el poder que tiene el contacto personal. Aun cuando existen muchas formas de poder ser tocados, muchos científicos y psicólogos recomiendan los abrazos como una forma muy especial de contribuir al bienestar físico-emocional. Para esto tenemos diversas formas de poder dar un abrazo adecuado, es decir, con la persona y situación adecuada, según se requiera (Torrado, 2012).

2.2.8 La psicología positiva

Tradicionalmente la ciencia psicológica ha dedicado mucho esfuerzo a estudiar los aspectos negativos y patológicos del ser humano (ansiedad, estrés, depresión, esquizofrenia entre otros), dejando de lado a menudo el estudio de aspectos más positivos como, por ejemplo, la creatividad, la inteligencia emocional, el humor, la sabiduría, la felicidad, la resiliencia (Seligman, 2011).

El impulso definitivo para la creación de la psicología positiva fue dado por el psicólogo estadounidense Martin Seligman de la Universidad de Pennsylvania y antiguo Director de la Asociación Americana de Psicología. Seligman encabeza el rubro de la Psicología Positiva. Fue en 1998, cuando este conocido investigador, decidió dar vuelta la tendencia de la Psicología, que se enfocaba solamente en las emociones negativas y en cómo tratarlas para enfocarse en cómo lograr que las personas sean felices, que su nivel de bienestar crezca. Postula que el afecto y las emociones positivas son importantes para la felicidad de las personas. Tras destacar la necesidad de investigar de forma decidida los aspectos saludables del ser humano, propuso la creación de la Psicología Positiva como corriente específica dentro de la Psicología, y contó para ello con investigadores de gran renombre como Mihaly Csikszentmihalyi (quien fue director del Departamento de Psicología de la Universidad de Chicago) (Seligman, 2011).

Según este autor, que lleva encabezando el rubro de la Psicología Positiva y estuvo en Chile compartiendo su conocimiento, postula mediante una guía de cómo según él se puede poner en práctica la felicidad: “El Bienestar es más que sonreír y sentirnos bien”, es una de las

primeras cosas que apunta Seligman cuando comienza a hablar de cómo aplicar su modelo de Psicología Positiva, el cual ha ido desarrollando mediante estudios en los Estados Unidos por casi 13 años, “las emociones positivas son importantes para la felicidad” (Seligman, 2011).

Se ha dedicado a estudiar y a comprobar científicamente las implicancias del pensamiento y las emociones positivas y buscar cuales de las intervenciones populares en los libros de auto-ayuda realmente funciona, (Seminario Sobre la Felicidad organizado por Enhancing People, el Instituto Chileno de la Psicología Positiva en Santiago). Así, es como él llegó a su modelo que resume las claves en la palabra “PERMA”, según sus siglas en inglés:

- **P – (Positive Emotions) Emociones Positivas:** Se refleja en la cantidad de palabras positivas y emociones positivas que sentimos durante el día. Mientras mayor sea el número en relación a las emociones negativas, mayor nuestro bienestar.
- **E – (Engagement) Involucramiento:** Se refiere a la capacidad de involucrarse de manera positiva en los actos del día a día, aunque nos parezcan poco placenteros, si logramos darle la vuelta usando nuestras fortalezas en esa situación, entonces nuestro nivel de bienestar se eleva.
- **R – (Relationship) Relaciones:** Manejar las relaciones de manera constructiva nos ayuda también a mantener nuestro nivel de bienestar alto.
- **M – (Meaning) Significado:** El pertenecer a algo más grande que uno mismo es uno de los pasos para el bienestar. Por ejemplo el ayudar a alguien entrega más felicidad según Seligman que comprar.

- **A – (Accomplishment) Logro:** El sentir que se pueden hacer las cosas es uno de los pasos, pero asociado a que quienes realmente tienen éxito son quienes tienen mayor capacidad de determinación y no abandonan.

Se pueden encontrar antecedentes de la psicología positiva en filósofos como Aristóteles, que dedicó parte de sus escritos a la εὐδαιμονία (eudaimonía, término griego habitualmente traducido como felicidad), pero también en psicólogos como Abraham Maslow o Carl Rogers, pertenecientes a la corriente llamada Psicología Humanista. Una de las características definitorias de la Psicología Positiva respecto a sus antecedentes históricos radica en que dentro de sus principios se establece que se enmarcará dentro del método científico. De esta forma, los hallazgos obtenidos, así como las aplicaciones tendrán la garantía de haber sido validadas científicamente (Maslow, 1999).

Fue el autor Abraham Maslow, quien describe en su jerarquía de necesidades humanas, la necesidad de aprecio, que se divide en dos aspectos; “El aprecio que se tiene a uno mismo (amor propio, confianza, pericia, suficiencia), y el respeto y estimación que se recibe de otras personas (reconocimiento, aceptación)”. La expresión de aprecio más sana que se manifiesta “es en el respeto que le merecemos a otros, más que el renombre, la celebridad y la adulación” (Maslow, 1999).

2.2.9 La afectividad medio indispensable entre los sentimientos y emociones

La afectividad es considerada como un factor fundamental facilitador de las primeras experiencias comunicativas en niños. Entre la madre y el niño se establece un sistema de

interacción afectivo que da lugar al apego, establecido con las personas que interactúan con él de forma privilegiada. Las emociones desempeñan un papel fundamental en el establecimiento de lazos afectivos entre el adulto y el niño. Las expresiones de estas emociones en edad temprana son “la sonrisa”, “la ansiedad ante el extraño” y “la negación”, considerados como organizadores del desarrollo afectivo del niño y niña, como hitos de su evolución emocional (Damián, 2015).

En los años pre escolares, el desarrollo social y afectivo-emocional aprovecha adquisiciones de anteriores y se amplía para incluir competencia social congeniar con otros, incluidos sus compañeros. Educadores y profesores, manejo de comportamientos, seguir instrucciones y cooperar con peticiones, percepción social identificar pensamientos y sentimientos en uno mismo y en otros y capacidades de autorregulación tener control emocional y conductual (Damián, 2015).

Alrededor del año y medio el niño se empeña en hacer todo por sí mismo, ya que obtienen el placer al experimentar. Son las conductas del "yo solo" que irán creciendo hasta el tercer año.

Cuando los padres o educadoras quieren interferir ayudando o prohibiendo al niño la realización de ciertas actividades; se desarrollan conductas de oposición (rabieta, pataleta, negaciones). Es la edad de la terquedad u obstinación. En el fondo estas conductas son una forma de autoafirmación, un deseo en el niño de ser una persona individual. Así pues, la crisis de personalidad con la que acaba esta etapa y empieza la siguiente, es un hecho social (Damián, 2015).

La colisión de las apetencias del niño con las restricciones de la sociedad a través de los padres y educadoras. La actitud de los padres en este período de expansión de la motricidad e insaciable curiosidad es fundamental ya que, por un lado, serán fuente de seguridad, y por otro ejercerán en control trazando los límites entre lo permitido y lo prohibido. Se empieza a dar cuenta de la existencia de normas, (control de esfínteres). Así, una de las novedades es la palabra "NO" (Damián, 2015).

2.2.9.1 Desarrollo afectivo del niño en la infancia

Desarrollo afectivo del niño preescolar. La afectividad se entiende como una necesidad que tenemos los seres humanos, desde la cual se establecen vínculos con otras personas. Un clima afectivo adecuado, se entendería como el espacio propicio para alcanzar ese desarrollo afectivo (Amaya, 2014).

Así mismo, una adecuada expresión de los afectos a lo largo del desarrollo evolutivo de los hijos, incide en otros factores de carácter individual, favorece el desarrollo saludable del auto concepto, la autoestima, la aceptación personal, la seguridad en sí mismo. Por lo tanto, la expresión de afecto está presente desde los primeros momentos de vida de todo individuo, y lo acompaña durante toda su existencia, iniciada ésta en el seno de la familia (Amaya, 2014).

En este inicio del desarrollo humano, las relaciones se fortalecen a través de las sensaciones que se perciben del mundo, las personas y las cosas, las emociones y las demostraciones afectivas que les ofrecen sus padres y otros adultos que les rodean. Allí son

aspectos fundamentales el contacto físico, el tono de la voz, la cercanía, las miradas, etc. Más adelante, cuando el lenguaje se torna en un elemento fundamental de comunicación e interacción, los mensajes de valoración y cariño han de ser motivadores esenciales. De esta forma se logra transmitir la seguridad afectiva, autonomía, confianza que permitirá un desarrollo madurativo correcto del individuo (Amaya, 2014).

Según (Amaya, 2014) la afectividad es “la capacidad de reacción de un sujeto entre los estímulos que promueven del medio externo o interno, cuyas principales manifestaciones son los sentimientos y las emociones”. En este sentido, la adquisición de la competencia del lenguaje juega un papel clave en el proceso de desarrollo afectivo y social del niño, debido a que en su ingreso al nivel preescolar logra a través de éste expresar sus sentimientos de manera más precisa y por tanto establecer relaciones con otros (Amaya, 2014).

Por otra parte, la afectividad es una habilidad que se va adquiriendo en el entorno social y cultural, favoreciendo la creación de su propia personalidad. En este entramado, las relaciones que establezca el niño con los demás, los modelos culturales y las formas comunicativas, tienen mucha influencia en el desarrollo afectivo, emocional y por tanto social del niño, fortaleciendo competencias entre otras, para el uso adecuado del lenguaje y la interacción social (Amaya, 2014).

Para finalizar este apartado, se reconoce que en este entramado de relaciones que el niño vivencia desde sus primeros años de vida, se fundamentan y consolidan aspectos necesarios para su desarrollo posterior, que para el caso que nos interesa correspondería a

la vida escolar. Dado que el ingreso del niño a la escuela, solo podrá ser exitoso en la medida en que sus bases de desarrollo emocional y afectivo sean suficientes para facilitar el tránsito que devenga la vida familiar a la vida social y la interacción con otras personas. De igual forma, de las estrategias que desarrolle el docente de preescolar, dependerá el fortalecimiento de esos vínculos, lazos y sentimientos que demanda el desarrollo emocional y afectivo del niño, para adaptarse entonces al ámbito escolar de una manera plena, consciente y satisfactoria (Amaya, 2014).

El rol social del infante. La formación de valores y de buenos hábitos se inicia en el hogar. Durante la primera infancia se consolida una buena parte del desarrollo psicosocial del individuo. Por ello, mientras el individuo tenga una base moral sólida, será más fácil lograr un desarrollo conservacionista, basado en el respeto y adquisición de valores de convivencia y conciencia ciudadana, respeto a los demás, tolerancia, entre otros (Amaya, 2014).

Parte del desarrollo afectivo y social de los individuos tienen que ver con la formación de los componentes culturales, paradigmas, actitudes y valores, desde los cuales la cultura juega un papel determinante en la manera de pensar, de sentir y de actuar de la gente con relación a las relaciones que establece con los otros y con el medio (Amaya, 2014).

Por ello, autores como (Fraile & López, 2013), asumen que los niños (la infancia) ha logrado realidades cambiantes que la asumen como una “categoría social permanente que se proyecta sobre los individuos que temporalmente la integran. Lo cual no quiere decir

que se mantenga invariable o ajena, dado que está sujeta a los cambios que se producen en la sociedad, las diferentes dinámicas y condiciones en las cuales resulta inmerso.

Por ello, no podemos afirmar que los niños de ahora asuman el mismo rol social que asumieron los niños de hace dos décadas, dado que estos han ido asumiendo los cambios sociales y las directrices mundiales de este nuevo siglo. La educación, por tanto, no debe desconocer esta situación, sino que deberá planear acciones que respondan a tales dinámicas.

Desde esta misma mirada, (Barraza,1998) asume que: El infante empieza a socializar desde el momento de su nacimiento y a la medida de su crecimiento empieza a moldear la interrelación con los otros y su conocimiento sobre el mismo lo que va a adquirir una imagen a través de los demás.

Desde este enfoque pedagógico, se asume entonces que la escuela y la familia moldean el medio social en el cual se inserta al niño, apropiando en gran parte una alta responsabilidad sobre las acciones que éste construya como parte de su personalidad. La autora considera que en este engranaje, el desarrollo moral al igual que el intelectual y cognoscitivo, influyen en el proceso de asimilación y entendimiento de conceptos, que se relaciona con el desarrollo de valores y conductas aprehendidas desde el medio familiar y escolar. A medida que el niño crece adquiere madurez en el proceso de entendimiento y fortalece el desarrollo de la afectividad. Estos elementos le permitirán su desenvolvimiento en el medio social, y asunción de actitudes, competencias y habilidades fundamentales para su vida.

2.2.9.2 El rol de la familia y la escuela en el desarrollo afectivo del niño.

La familia se constituye en el pilar fundamental para el desarrollo psicomotor del niño, ya que es esencial en la transmisión de conocimientos, valores, actitudes y hábitos que son necesarios e importantes para la supervivencia. Una familia que se denote fuerte, cariñosa y protectora, constituirá el entorno idóneo para el crecimiento y desarrollo de los niños y las niñas, convirtiéndose en el mejor comienzo para garantizar la plena satisfacción de los derechos de su infancia.

En cuanto a las condiciones necesarias para alcanzar un adecuado desarrollo de la afectividad en el niño menor de siete años, la familia constituye el primer contexto de desarrollo del niño y el más duradero. En ella el niño inicia su vida, sus experiencias y aprendizajes básicos, que lo condicionan de manera significativa y que lo moldean culturalmente. Además, es en la familia en donde se establecen las primeras relaciones afectivas y se fortalecen los vínculos emocionales y de la personalidad de los individuos.

De la manera como asuman los padres la crianza de sus hijos, depende en gran parte la manera como reconocen el mundo, asumen los valores y reglas socialmente establecidas. La familia es el lugar donde la personalidad del niño crece y se desarrolla armónicamente, si las circunstancias familiares y ambientales son adecuadas y favorecen el desarrollo del niño, claro está.

Al llegar a la etapa escolar, el niño se adentra a un nuevo escenario desconocido para él, pero en gran parte necesario para seguir su proceso de socialización y desarrollo

emocional. Se puede afirmar que la escuela es colaboradora con la familia en la educación de los niños, aunque nunca la suplirá o desplazará. Su intención es fortalecer los procesos educativos que el niño trae desde la familia, y encauzarla a espacios más amplios de actuación y desempeño de los individuos.

Por tanto, en el proceso de desarrollo de la afectividad del niño preescolar, la familia y la escuela han de tener una excelente relación y comunicación permanente, para reconocer objetivos en común y encauzar acciones que favorezcan el desarrollo integral de los niños. Se trata de aunar esfuerzos para contribuir significativamente en la transformación de los hombres y mujeres que requiere la sociedad actual.

Por ello, se considera que: La influencia y la valoración personal que los padres hagan del proceso educativo juegan un papel importantísimo en la actitud que el niño adolescente adopte respecto de la escuela. El clima sereno y equilibrado condiciona, y casi determina, la socialización infantil, facilitando la receptividad y adaptación del niño en su proceso de escolarización (González, 2005).

La función de la escuela es influir y consolidar el desarrollo afectivo y social del niño, como elementos que van de la mano y que son decisivos en el desarrollo de la personalidad, ofreciéndole al pequeño nuevas y más amplias opciones de reconocer y relacionarse con el entorno y los demás.

Por ello, y siguiendo a (González, 2005) debemos tomar en cuenta que “la educación debe orientarse al pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos, el desarrollo cognitivo

debe complementarse con el desarrollo emocional”. Por tanto, la labor de la escuela es favorecer las relaciones interpersonales, a partir de generar un clima favorable para que el niño logre combinar el desarrollo cognitivo junto al desarrollo afectivo y emocional.

Finalmente, es necesario reconocer acciones conjuntas entre familia y escuela, por lo que el desarrollo de la afectividad del niño, conlleva al menos los siguientes aspectos, que recomiendan los autores (Arceo, Rojas & González, 2002) en su texto estrategias docentes para un aprendizaje significativo.

Por ello se deberá adoptar desde el ámbito preescolar una concepción constructivista del aprendizaje para iniciar procesos de intervención educativa y pedagógica que permita favorecer el desarrollo psicológico de los niños, particularmente en aspectos como:

- La identificación y atención a la diversidad de intereses, necesidades y motivaciones de los alumnos en relación con el proceso enseñanza-aprendizaje.
- El replanteamiento de los contenidos curriculares, orientados a las motivaciones sobre contenidos significativos y apropiados a los contextos sociales y culturales de los niños.
- El reconocimiento de la existencia de diversos tipos y modalidades de aprendizaje escolar, dando una atención más integrada a los componentes intelectuales, afectivos y sociales de los niños.

- La búsqueda de alternativas novedosas para la selección, organización y distribución del conocimiento escolar, asociadas al diseño y promoción de estrategias de aprendizaje e instrucción cognitiva.
- La importancia de promover la interacción entre el docente y sus alumnos, así como entre los alumnos mismos, con el manejo del grupo mediante el empleo de estrategias de aprendizaje cooperativo.
- La revalorización del papel del docente, no sólo en sus funciones de transmisor del conocimiento, guía o facilitador del aprendizaje, sino como mediador del mismo, enfatizando el papel de la ayuda pedagógica que presta reguladamente al niño.

2.2.9.3 Herramientas pedagógicas para el desarrollo de la afectividad

En el espacio de la educación preescolar, etapa, en la que prima el juego, la fantasía y la percepción del mundo, los sujetos están ansiosos de entender lo que les sucede, lo que les rodea; por tanto, es su interés y motivación permanentes conocer lo que el mundo les presenta día a día, ansiosos de encontrar respuestas que le satisfagan en su mundo personal, de reconocerse y ser reconocidos.

Los niños y niñas que ingresan al grado de transición son poseedores de unos saberes que han adquirido en sus relaciones consigo mismo, con las personas que le rodean, con los objetos, en sus medios familiares y escolar. En estos encuentros, todas las experiencias que vivencian les permite desarrollar nuevos conocimientos, modificar los que tenían y crear expectativas frente a otros. Lo anterior quiere decir que los niños siempre, desde que nacen, están en disposición de aprendizaje, y lo logran por sí mismos, pero en especial con

la mediación de sus pares y adultos que le rodean. De aquí la importancia de pensarlos como seres en construcción (como lo estamos todos durante toda la vida), con preguntas al mundo, con anhelos de conocer y con posibilidades de formar parte de la sociedad del conocimiento.

Se trata de ofrecer los espacios y contextos adecuados a las necesidades y características de los niños del nivel preescolar que favorezcan el desarrollo de la afectividad. Por ello, se espera que el medio escolar en correspondencia con la familia genere las siguientes acciones (Amaya, 2014).

- Desarrollos sociales y afectivos para la sana convivencia, de modo que se logre orientar el comportamiento más adecuado en situaciones de interacción y aprender a decidir de forma autónoma. Lo cual implica saber generar las estrategias oportunas y necesarias para lograr un adecuado desarrollo de la personalidad de los niños y niñas en términos de la interacción con los demás.
- La aprehensión de valores, hábitos y actitudes que le llevan a pertenecer a un grupo social. Aquí es fundamental ofrecer experiencias reales, significativas que reconozcan la realidad de cada niño.
- Apropiación de nuevos saberes, la apropiación, pertinencia y autonomía del uso de procesos de interacción y de aprendizaje mediados por los diferentes contextos en los cuales se desenvuelve el niño. Esto requiere la internalización de valores, actitudes y normas de comportamiento que deberán contribuir al fortalecimiento de su propia percepción, sus sentimientos, manejo y reconocimiento de emociones.

- Adquisición de aprendizajes mediados por los componentes afectivo y emocional, que involucran el conocimiento de sí mismo, la autoestima, la autonomía, la expresión y control de sentimientos y emociones, saber escuchar y entender a los demás, etc. Para que las acciones tengan sentido se ha de motivar al niño hacia el reconocimiento, la aceptación y la valoración, pero también necesita expresar sin temor lo que sienten (enfado, alegría, tristeza, gozo, sorpresa) y poder manifestar y reconocer igualmente dichos estados en los otros, porque como seres sociales, pueden observar y percibir en los otros estos sentimientos.
- Generar desde el aula y la familia, espacios y situaciones de acuerdo con los intereses y necesidades infantiles, y que, además, permitan establecer relaciones y una buena convivencia. Para ello es necesario incentivar hacia el reconocimiento de la diversidad, la participación y la autonomía; desarrollando estrategias, en donde se privilegian la motivación, la creatividad y el juego que potencia al desarrollo de competencias.
- Finalmente asumir, tanto padres como docentes, que su papel ha de fundamentarse en contribuir en la formación del respeto, aceptación de sí mismo y de las diferencias, por medio de actitudes y valores que le permitan actuar en sus grupos (Amaya, 2014).

2.2.10 Desarrollo y habilidades socioafectivas

El Desarrollo Socio-Afectivo, incluye la capacidad para socializar con los demás, explorar su entorno, expresar sus ideas y sentimientos. El Área Socio-afectiva, es el proceso mediante el cual los niños y niñas aprenden a comportarse, donde las reglas son fundamentales para su adaptación al medio social. En la interacción con sí mismo y los demás, interviene el afecto y las emociones (Goleman, 1997).

Comprenderse a sí mismos, comprender y tolerar a otros, manejar emociones y comportamientos o saber relacionarse sanamente con sus pares son algunas de las Habilidades Socioafectivas. Todas pueden ser desarrolladas, sólo depende de estimularlas debidamente. Y para éste fin se propone fortalecer dichas habilidades socioafectivas en educadoras de niñas y niños de 4 a 5 años (Goleman, 1997).

El Área de Psicología de los indica en el Eje de Desarrollo Socio-Afectivo, que es la capacidad para socializar con los demás, explorar su entorno, expresar sus ideas y sentimientos. El área socio-afectiva, es el proceso mediante el cual los niños y niñas aprenden a comportarse, donde las reglas son fundamentales para su adaptación al medio social. En la interacción consigo mismos y los demás, donde interviene el afecto y las emociones. Por tal motivo las educadoras deben ser capaces de brindar una atención con calidad y calidez (Goleman, 1997).

Cuando se habla de habilidades sociales y afectivas, se dice que la persona es capaz de ejecutar una conducta de intercambio con resultados favorables, es decir, no destructivos. Diversos autores han desarrollado clasificaciones para organizar estas habilidades en subgrupos, áreas o dimensiones (Goleman, 1997).

En esta línea, un primer acercamiento a estas habilidades fue realizado por Howard Gardner, quien en su obra Estructuras de la Mente (Frames of Mind, 1983), elabora una teoría de la inteligencia, criticando la idea de que ésta sea una entidad única y general, y proponiendo la existencia de una serie de “inteligencias” independientes. Bajo la denominación de “Inteligencias Múltiples”, incluye habilidades diversas bajo la

clasificación de: Inteligencia Lingüística, Inteligencia Musical, Inteligencia Lógico-matemática, Inteligencia Espacial, Inteligencia Cinestésico-corporal e Inteligencias Personales. Dentro de esta última, incluye la Inteligencia Interpersonal e Intrapersonal, propuesta que abre el campo a la investigación de las habilidades socio, afectivas y éticas (Goleman, 1997).

También contribuye a reforzar las ideas de Howard Gardner con relación a las habilidades inter e intrapersonales, al fortalecer el concepto de “Inteligencia Emocional”. Este autor clasifica las habilidades emocionales de la siguiente forma:

- Competencias personales: determinan el modo en que nos relacionamos con nosotros mismos: incluye la conciencia de sí mismo (conciencia de emociones y afectos, recursos y debilidades, intuiciones, confianza en sí mismo); autorregulación (control de estados, impulsos y recursos internos); y motivación (motivación de logro, compromiso, iniciativa y optimismo).
- Competencias sociales: determinan el modo en que nos relacionamos con los demás; incluye empatía (conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los demás); y habilidades sociales (influencia sobre otros, comunicación, liderazgo, canalización del cambio, resolución de conflictos, colaboración, habilidades de trabajo en equipo).
- Al igual que dichos autores, múltiples agrupaciones y teóricos posteriores han realizado diversas propuestas para clasificar las habilidades socio, afectivas y éticas. Entre ellos, suele existir acuerdo respecto de cuáles son las habilidades más relevantes.

No obstante, se observan ciertas diferencias en relación al énfasis atribuido a unas por sobre otras, y a las formas en que éstas son clasificadas. En esta línea, (¿Qué son las habilidades socioafectivas y éticas?), ha revisado las propuestas de clasificación de una serie de programas internacionales de formación en habilidades socio afectivas y éticas.

Entre ellas, las más relevantes son las del Programa SEL (Social and Emotional Learning) de Illinois, Estados Unidos; el Programa SEAL (Social and Emocional Aspects of Learning) de la Estrategia Nacional Primaria de Inglaterra; y la propuesta de Competencias Ciudadanas de Colombia.

El Desarrollo Socio-Afectivo requiere una labor de medición en que se aprovechen al máximo las potencialidades de la interacción: Educadores, Familia, Grupos Sociales, Niñas, Niños; forma parte de la conducta adaptativa del sujeto. En la infancia se van desarrollando formas y relaciones que afectan en gran parte el grado de afectividad con que funcionan e interactúan las niñas y los niños en su entorno. El desarrollo socio-afectivo positivo crea los cimientos de aprendizaje de una lengua y el desarrollo de las competencias o capacidad social para interactuar.

Algunos autores describen la conducta socialmente habilidosa postulando que para relacionarse unos con otros, tiene gran importancia el entorno socio-cultural, contexto interpersonal, la conducta aprehendida, y de cómo esa conducta repercute en varios ámbitos de la vida, como la familiar, laboral incluso la de pareja. Entonces, se puede asegurar que las habilidades sociales están directamente relacionadas con las habilidades afectivas, por

eso en el presente trabajo se postula que es posible fortalecer dichas habilidades socioafectivas. A continuación, se cita a los siguientes autores:

Un autor indica que quién considera a la conducta socialmente habilidosa como “ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación inmediata, respetando esas conductas en los demás y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación minimizando la probabilidad de futuros problemas” (Caballo, 1986).

Como dice el autor Erich Fromm, “sólo en contadas ocasiones nuestra cultura trata de aprender el arte de amar; dedicamos casi todas nuestras energías a otras cosas y muy pocas a aprender a amar”. (Fromm, 1987). Para éste autor el desarrollo de la vida afectiva, lo primero es promover un ambiente en el que el ejercicio de valores como el respeto, la solidaridad, la cooperación, la cordialidad, sean una norma de la convivencia cotidiana.

Otro autor indica que la vida afectiva es la capacidad individual para experimentar sentimientos, emociones y pasiones. “En su nivel más elemental está formado por el conjunto de experiencias y reacciones de agrado y/o desagrado, que constituyen el estado de ánimo” (Blanco, 1989).

Un estudio realizado considera que la dificultad para establecer una definición surge de la dependencia que tiene la conducta socialmente habilidosa con el contexto. “El contexto es cambiante, depende del marco cultural al que atendemos, a sus normas culturales y a sus

patrones de comunicación. Unido a lo anterior, si se piensa que, en una interacción social, cada uno de los participantes aporta sus propios recursos cognitivos (valores, creencias, conocimientos)”.

De acuerdo con el autor Monjas son las “conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal. Implica un conjunto de comportamientos adquiridos y aprendidos y no un rasgo de personalidad. Son un conjunto de comportamientos interpersonales complejos que se ponen en juego en la interacción con otras personas” (Monjas, 1999).

Existe otro autor que refiere que el tema de las habilidades sociales ha recibido una marcada atención en los últimos años; “Este incremento se debe fundamentalmente a la constatación de su importancia en el desarrollo social y psicológico del individuo en todos los ámbitos de su vida, sean estos escolares, universitarios y posteriormente de trabajo, sin dejar de lado a la familia y los amigos” (Jiménez, 2000).

El término habilidad puede entenderse como “destreza, diplomacia, capacidad, competencia, aptitud. Su relación conjunta con el término social nos revela una impronta de acciones de uno con los demás y de los demás para con uno, es decir, implica una conducta de intercambio” (Sanz, 2003).

Estudios recientes han mostrado, por ejemplo, que la influencia de los ingresos económicos sobre la felicidad sólo es relevante hasta cubrir las necesidades básicas. A partir de un determinado nivel, mayores niveles de ingresos parecen no aportar mayores niveles de

felicidad. Por el contrario, la cantidad y calidad de relaciones interpersonales aparece como el factor que más a menudo aparece asociado a un mayor nivel de bienestar psicológico percibido. Otros factores como el optimismo, la autoestima y la gratitud, o rasgos básicos de personalidad como la extraversión y la estabilidad emocional, también aparecen relacionados con mayores niveles de felicidad (Oblitas, 2008).

Actualmente, los avances científicos permiten a los psicólogos utilizar herramientas eficaces, las cuales permiten a las personas, no sólo tratar el malestar emocional, sino prevenir su aparición mediante el entrenamiento de técnicas y estrategias que nos hacen más fuertes y más sanos. La orientación preventiva fue la idea original del psicólogo Martin Seligman y constituye una de las bases de esta nueva corriente, con la que se realiza el presente trabajo.

A continuación, se cita a dos autores que trabajan en desarrollar una nueva área en la Psicología, denominada Psicología Afectiva, este autor indica: “La Psicología Afectiva, es justamente esa rama que le estaba faltando al potente árbol de la Psicología. Una rama cuyos frutos son precisamente, mentes estructuradas, mentes afectivamente preparadas para crear la mayor obra humana: nuestra propia vida”. En otras palabras, la Psicología Afectiva es una poderosa herramienta para hacer realidad un viejo anhelo artístico: “el hombre como creador de sí mismo” (Paz, 2010).

La Psicología Afectiva se ocupa principalmente de estudiar la génesis de las cualidades humanas, de sus factores propiciadores o frenos. Por ejemplo, la génesis del entusiasmo o de la bondad. Asunto en el cual estamos absolutamente atrasados. La Afectividad es la

facultad mental más antigua, de todas las funciones mentales, y como cosa curiosa la menos conocida por la especie humana. El vínculo afectivo madre-cría. El primero y definitivo de todos los vínculos afectivos conocidos, significa que la afectividad antecede por cerca de 300 millones de años a las operaciones mentales y a los conocimientos. Hace ya 30 años que Howard Gardner con su “teoría de las Inteligencias Personales” abrió la puerta para empezar a conocer el motor de nuestra existencia, de nuestra dimensión afectiva. (De Zubiria, 2013).

“Conocer y Desarrollar nuestra Mente Afectiva nos ofrece dos claros beneficios: en primer lugar, indudablemente representará una progresiva mejora en nuestra calidad de vida, en la medida en que nos permitirá construir un mejor vínculo afectivo con nosotros mismos y con los demás y en segundo lugar, para interiorizar lo que vamos aprehendiendo sobre nuestra dimensión afectiva, se hace necesario enseñarle a los demás.

Esto representa una clara oportunidad de trabajo, un Trabajo con Sentido; Formar Seres Humanos. Un Psicólogo Afectivo y Formador Afectivo es un Artesano de la Mente, cuya práctica nos permite aprehender a vivir y convivir con Sabiduría y BienEstar. Como diría Buda: se da forma a sí mismo y ayuda a los otros en este propósito” (Paz, 2013).

De todas las definiciones, las que aportan las siguientes autoras, indica que; “ayudar a nuestros hijos a utilizar la inteligencia emocional es ayudarles a tener habilidades para afrontar los retos de la vida cotidiana con confianza y seguridad en ellos, en los demás y en el futuro”. (Celeiro, Golobardes, 2013). Pretenden dar las herramientas para poder entender y reflexionar sobre la inteligencia emocional en niños y adolescentes (a la vez que de sus

cuidadores) y aportar algunas herramientas prácticas útiles en el día a día tanto en casa como en la escuela.

En ese sentido, se considera que el vínculo afectivo, es la confianza básica y bienestar para desarrollarse intelectual, emocional, social y moralmente. Ya que, la carencia de afectos en esta etapa produce efectos negativos difíciles de superar en el futuro. Por consiguiente, priorizar el trabajo generando un vínculo afectivo entre educadora, niñas y niños, es trabajar en:

- Una relación de cariño cálida y cercana con las personas que lo cuidan.
- Dar seguridad, confianza y el sentimiento de sentirse querido. Se caracteriza por el placer mutuo de estar juntos.
- Recibir demostraciones de cariño, cuidados y atención, demostrándolo en las actividades diarias en Aula.

No hay una definición universalmente compartida y aceptada por todos los investigadores, sino numerosas definiciones que inciden en una u otra característica de lo que constituye una conducta socialmente habilidosa, donde la persona sea capaz de demostrar afectividad hacia los demás. Sin embargo, se ha comprobado que entre las características mencionadas por los autores citados, hacen referencia que el vínculo afectivo, juntamente con la confianza y el sentimiento de bienestar son necesarios para desarrollarse intelectual, emocional, social y moralmente, y que la capacidad de compartir y amar, e incluso las habilidades intelectuales y sociales, tienen sus raíces en las experiencias vividas durante la

primera infancia en el seno familiar, ya que es allí donde una persona desde niña o niño va formando una visión del mundo, de la sociedad y de sí mismo, al tiempo que adquiere herramientas intelectuales y prácticas para adaptarse al medio en que le toca vivir y también construye su personalidad sobre las bases del amor propio y de la confianza en sí mismo.

El Desarrollo Socio-Afectivo, incluye la capacidad para socializar con los demás, explorar su entorno, expresar sus ideas y sentimientos. El Área Socio-afectiva, es el proceso mediante el cual los niños y niñas aprenden a comportarse, donde las reglas son fundamentales para su adaptación al medio social. En la interacción con sí mismo y los demás, interviene el afecto y las emociones (Amaya, 2014).

2.2.10.1 Componentes de la habilidad socioafectiva

Según lo descrito en el entrenamiento en habilidades socioafectivas. Tiene los siguientes componentes: componentes conductuales, de expresión no verbal y componentes verbales.

Esquemáticamente:

- Componentes conductuales (comunicación no verbal), mirada, expresión facial, sonrisas, postura corporal, gestos, distancia, contacto físico y apariencia personal.
- Componentes verbales (ritmo, entonación y volumen de voz).

Los componentes que permiten calificar una conducta como socialmente habilidosa son: la mirada, el contacto ocular, la conversación, el contenido y la fluidez, la duración, la calidad de la voz y los gestos con las manos.

Tales componentes son de vital importancia para ser trabajados con las educadoras, puesto que lo que se desea lograr es que ellas tengan los conocimientos adecuados del manejo de la comunicación verbal y no verbal y el comportamiento demostrando de esa manera que poseen habilidades socioafectivas adecuadas que garanticen un buen relacionamiento con los superiores, entre compañeras, hacia las niñas y niños y sus respectivas familias.

El desarrollo socioafectivo incluye los procesos de actualización del conocimiento del entorno y de sí mismo, que permiten reconocer conductas afectivas en el propio sujeto y en los demás, con el fin de alcanzar una mejor adaptación en el medio. Poco a poco estas conductas adquieren más complejidad al unirse otras áreas de desarrollo que deben ir adquiriendo y fortaleciendo de acuerdo al nivel en que se encuentren.

Es necesario reconocer que el proceso de desarrollo socioafectivo evoluciona y además hay autores que afirman que, para el recién nacido, el adulto, en los primeros momentos, es un objeto más del mundo exterior que cubre sus necesidades básicas. Los procesos afectivos son relaciones íntimas y privilegiadas que no se producen con todas las personas, pero son necesarias para tener un desarrollo equilibrado.

Hernández (1998) comenta “educar, además de ser una de las ingenierías más difíciles, es fundamentalmente un proyecto de valores”.

La pertinencia de esta idea está claramente justificada en el momento histórico actual en un mundo cambiante, complejo y desafiante, en que es necesario enfrentarse a situaciones, problemas y retos muy diferentes, a los que se deben dar respuestas adecuadas que

conduzcan hacia el bienestar personal, a la vez que contribuyan a la mejora de la sociedad. Es evidente que existe un estrecho vínculo entre educación y sociedad.

Sin duda alguna las primeras experiencias de la vida del niño y una gran parte de las experiencias posteriores, pertenecen al mundo emocional y afectivo: esto me gusta, esto no me gusta, esto tranquiliza, da miedo, entre otros. La evolución de esta variedad de sensaciones terminará dando origen a comportamientos complejos y conductas altamente elaboradas.

Es importante recalcar que investigaciones han confirmado que las interacciones padres - hijos en los primeros años de vida son fundamentales en el desarrollo de la estabilidad emocional, en la adquisición del lenguaje y en la consecución de hábitos y actitudes adecuadas.

La familia es el contexto de socialización del ser humano y es un entorno constante en la vida de las personas, a lo largo del ciclo vital se irá complementando con otros entornos: escuela, amigos entre otros.

Según (Paz, 2015) en su artículo publicado en su sitio Web, comenta que la familia va a aportar elementos de construcción a los individuos en tres áreas:

- Comportamientos sociales (afecto, desarrollo emocional).
- Aprendizajes básicos.

- Sistema de control de comportamiento (disciplina, normas, valores).

Lo anterior refleja y afirma que el primer ambiente que el niño vivencia es el ambiente materno y el entorno familiar. La relación del niño con su entorno y su familia motivará en unos casos y favorecerá en otros, la aparición de las conductas y facultades propias del comportamiento humano.

Sin embargo, no se puede olvidar la importancia que tiene la escuela y por ende el docente en el desarrollo socioafectivo de sus estudiantes, es esencial que los maestros sepan ver al alumno en lo que es, en su identidad. Es fundamental que le valoren y que confíen en él, ya que sólo podrá confiar en sí mismo el niño que ha visto que se confía en él y que se le valora en lo que es.

Sin lugar a dudas, el maestro que ha alcanzado una madurez socioafectiva, que sabe ver al niño, que confía en él, que tiene todas las actitudes positivas de respeto y cuidado por su crecimiento, podrá ayudarle a estimular su autoconocimiento, crear su autoconcepto, permitirle que se controle emocionalmente, también que la docente estimule su autoestima, para que pueda valorarse y a la vez relacionarse con las demás personas, logrará que el niño(a) pueda vivir sin necesidad de actuar o ponerse máscaras para conseguir la aprobación de los demás (Fernández, 2004). El desarrollo socioafectivo se divide en 4 áreas importantes las cuales son:

- a) Desarrollo social:** El ser humano al nacer ya forma parte de una cultura, de un medio social donde se desarrolla. Ese medio pasa a ser una importante fuente de

información, de experiencia y de aprendizajes tanto de pautas elementales de actuación como de comportamientos más complejos. La socialización se convierte en un proceso por el cual los niños y niñas a lo largo de su desarrollo, observan, imitan, aprenden, interiorizan e interrelacionan con los elementos socioculturales de su medio ambiente.

b) Desarrollo afectivo: Es un desarrollo “intimista”, que todos necesitamos. Un niño al nacer busca no sólo estímulos, busca la seguridad y el calor de sus allegados.

c) Desarrollo moral: La autora destaca que éste desarrollo se inicia con aceptación de hábitos morales, normas y valores, conociendo, comprendiendo e interiorizando los límites socioculturales de nuestro entorno.

d) Desarrollo sexual: Está íntimamente ligado al desarrollo de la personalidad del individuo, al concepto social y sociocultural donde vive, y a las reglas de la moral social que predominan en el momento en el que el niño (a) esté desarrollando sus procesos mentales.

Estas cuatro áreas de desarrollo son esenciales para comprender el área social y afectiva, según el momento del ciclo vital en el que se encuentre el individuo y así poder hacer una valoración del nivel en que se encuentra el niño o la niña.

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque de investigación

En el presente trabajo tiene un enfoque mixto, es decir, cuantitativo y cualitativo, en razón de que los resultados obtenidos mediante la aplicación de instrumentos, fueron expresados de forma numérica, es decir, en frecuencias y porcentajes, y representados en cuadros y gráficos; asimismo, analizados de forma cualitativa.

“Las investigaciones cuantitativas tratan de temas o datos que pueden ser medidos, contados, en general expresados en términos numéricos. En cambio, las investigaciones cualitativas enfocan tópicos conceptuales, simbólicos, normativos y otros no susceptibles de ser expresados en números o cantidades” (Yapu, 2006).

3.2 Tipo de estudio

Además, el trabajo es de tipo descriptivo, porque pretende conocer las técnicas o medios que utilizan las educadoras para medir y estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas de niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa Tokio de la ciudad de La Paz; asimismo, se describe el nivel de desarrollo de las habilidades sociocognitivas de los mismos niños en base a un cuestionario diseñado para el efecto. Con base en los resultados se proponen actividades basadas en la técnica de Abrazoterapia como medio para fortalecer las habilidades socioafectivas de los niños y niñas.

Con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan éstas. (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

3.3 Diseño de la investigación

El diseño de investigación es no experimental, porque no se manipularon las variables, sino que se observaron los hechos tal como se presentaron en su contexto natural; además, los datos fueron recabados en un solo momento.

La investigación no experimental, “se trata de estudios en los que no hacemos variar en forma intencional las variables independientes para ver su efecto sobre otras variables. Lo que hacemos en la investigación no experimental es observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para analizarlos” (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014, p. 152).

3.4 Universo de estudio

La población de estudio estuvo conformada por educadoras y padres de familia de los niños y niñas de la primera sección del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz-2 que suman un total de 3 educadoras y 15 padres de familia (15 niños/as).

Los niños y niñas que asisten a la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz-2 se encuentran en situación de vulnerabilidad, ya que provienen de familias de escasos

recursos económicos que viven en situación de maltrato por parte de sus padres y por lo tanto, enfrentan muchos desafíos en su desarrollo durante los primeros años de su vida, los cuales afectan su oportunidad de recibir nutrición, estimulación y cuidado adecuado.

Por lo que no pueden alcanzar todo su potencial, impidiendo su desarrollo físico, cognitivo, social y afectivo-emocional. Al nacer en familias pobres tienen más probabilidades de tener bajos niveles de educación, porque los padres tienen trabajos de baja calidad y salarios bajos. Lo que implica también una falta de conocimiento en la disciplina y respeto por los derechos de la niña o niño.

Las madres y padres de familia de las niñas y niños en la gran mayoría se dedican al comercio informal, y otra parte a trabajar en varios lugares de manera temporal, lo que implica que los ingresos sean fluctuantes, además que deben ausentarse de sus hogares por largos periodos y eso implica que descuidan y crean desapego en sus hijas e hijos. Es decir, que las niñas y niños de familias con esas características son la población a la que se pretende llegar, porque evidentemente se encuentran en una situación de desventaja y como ya se mencionó, ellos deberán enfrentar muchos desafíos en su desarrollo durante los primeros años de su vida.

3.5 Muestra

Teniendo en cuenta que el número de sujetos de la población de estudio es reducido, no fue necesario estimar una muestra, sino que se consideró a la totalidad de sujetos de la población, es decir, se efectuó un censo:

Muestra de estudio

Educadoras	3
Padres de familia	15
Niños/as	15

Fuente: elaboración propia.

3.6 Métodos

El presente trabajo utilizo el método de la deducción, ya que nos permite observar y describir los hechos dentro la institución educativa, es decir los aspectos concernientes a los problemas que presentan los diferentes niños y niñas de pre-escolar por la falta de interés de los padres de familia hacia sus hijos y la dificultades y problemas que estos presentan por producto de comprensión y despreocupación de los padres y madres de familia.

La deducción es el razonamiento mental que conduce de lo general a lo particular y permite extender los conocimientos que se tienen sobre una clase determinada de fenómenos a otro cualquiera que pertenezca a esa misma clase (Rodríguez y otros, 1994, p. 37).

3.7 Técnicas e instrumentos

Para la recopilación de información se utilizaron las siguientes técnicas e instrumentos:

- a) Para medir la variable Habilidades socioafectivas, se utilizó la Escala de Habilidades sociales (Lacunza, Castro y Contini, 2009), que consta de un total de 16 ítems que identifican las habilidades afectivas y sociales de los niños/as de 5 años, a través de la percepción de sus respectivos padres. El cuestionario está diseñado para ser respondido por los padres de familia en una escala tipo Likert de tres respuestas

Nunca = 1, Algunas veces = 2, Frecuentemente = 3. (Ver instrumento en Anexo N° 1).

- b) Para medir la variable Técnicas de Abrazoterapia, se aplicó una entrevista abierta a las educadoras de la primera sección del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz-2 con el propósito de conocer los conocimientos que poseen sobre la técnica de la abrazoterapia y su percepción sobre los beneficios de esta técnica como herramienta para estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños/as (Ver instrumento en Anexo N° 2).

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

En el presente capítulo se analizan e interpretan los resultados obtenidos en el trabajo de campo, con el propósito de conocer el nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas y las técnicas que utilizan las educadoras para estimular su desarrollo en los niños y niñas del nivel preescolar de la Unidad Educativa “Tokio” de la ciudad de La Paz.

4.1 Nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2

Escala de Habilidades Sociales, aplicada a una muestra de 15 padres de familia, para determinar el grado de desarrollo de las habilidades socioafectivas de sus respectivos hijos/as menores de 5 años de edad que asisten a la Unidad Educativa “Tokio” de la ciudad de La Paz.

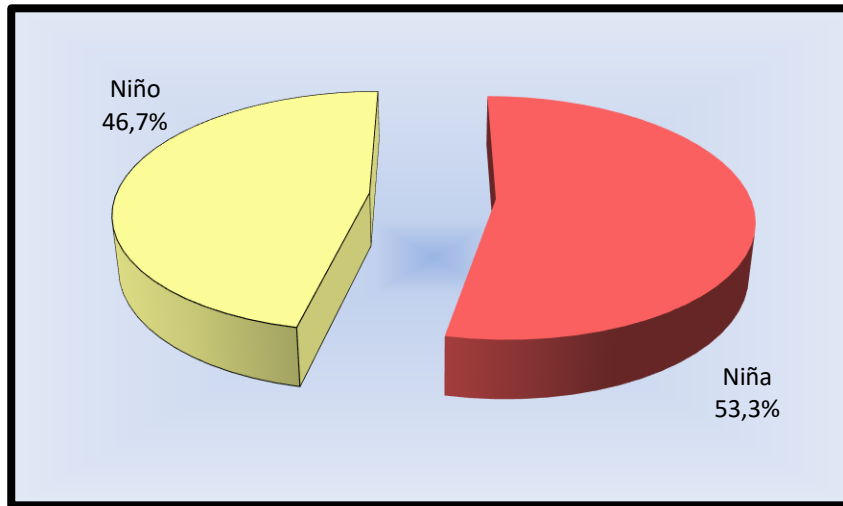
4.1.1 Sexo de los niños

Cuadro N° 1: Sexo

	Frecuencia	Porcentaje %
Niñas	8	53,3
Niños	7	46,7
Total	15	100,0

Fuente: Elaboración Propia

Gráfico N° 1: Sexo



De acuerdo a los resultados del instrumento aplicado, se puede observar, que el 53,3% una leve mayoría son niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” de la ciudad de La Paz, en tanto que el restante 46,7% corresponde a los niños.

Como se puede observar no existe una marcada diferencia, por tanto se podría afirmar que el instrumento ha sido aplicado sin considerar de manera específica a uno de los sexos y se aplicó de manera general.

4.1.2 Nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas

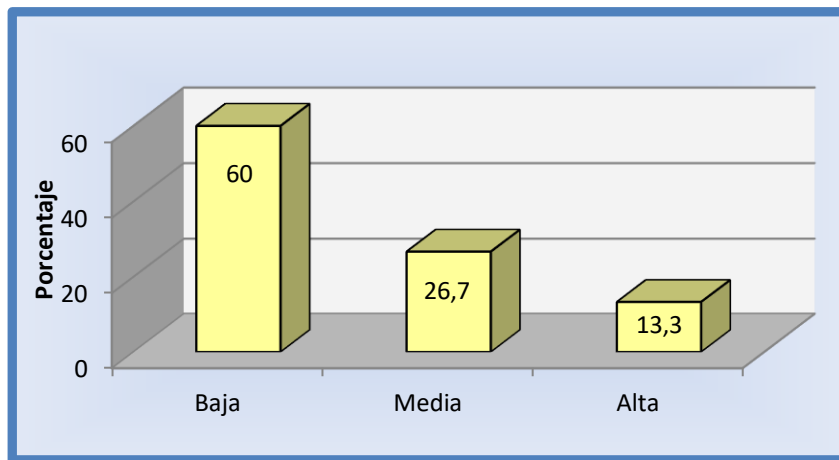
En el siguiente cuadro se muestran los resultados obtenidos mediante la Escala de Habilidades Sociales, donde se observa el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños/as a nivel general:

Cuadro N° 2: Resultado general

	Frecuencia	Porcentaje %
Baja	9	60,0
Media	4	26,7
Alta	2	13,3
Total	15	100,0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 2: Resultado general



De acuerdo a los resultados del cuadro y gráfico precedente, los resultados generales muestran que la mayoría de los niños y niñas en un 60% tienen un bajo nivel de habilidades socioafectivas, los resultados reflejan que el 26,7% alcanzan un nivel medio de las habilidades sociales, y el restante 13,3% está en un alto nivel.

Estos resultados muestran que la mayoría de los niños/as presenta un bajo desarrollo de sus habilidades socioafectivas, según la percepción de sus padres; lo que significa que tienen dificultades para expresar emociones, agradables y desagradables, que fomentan la interacción social. El bajo desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños/as puede dificultar sus capacidades posteriores para responder de manera adaptativa a las diferentes situaciones que se desarrollen en su vida personal y social.

Por tanto es necesario buscar estrategias para fortalecer las habilidades socioafectivas de los niños/as que les permita utilizar los recursos necesarios para conseguir sus objetivos y que su conducta, sus emociones y sus pensamientos tengan coherencia interna, dotándolos de competencias para vivir y convivir socialmente de forma saludable y respetuosa.

4.1.3 Nivel de desarrollo de las habilidades socioafectivas por dimensiones

4.1.3.1 Habilidades afectivas

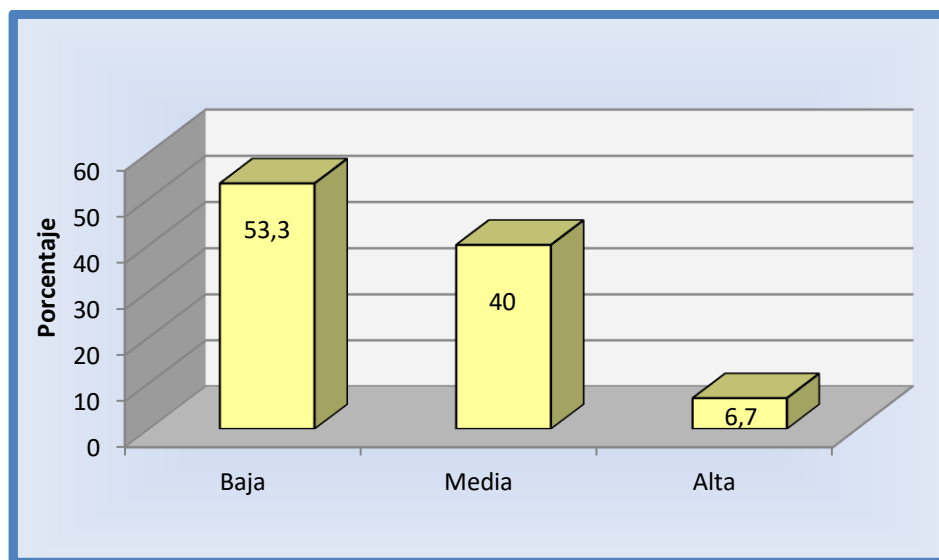
En el siguiente cuadro se muestran los niveles de desarrollo de las habilidades afectivas que muestran los niños/as de 5 años, expresados mediante la percepción de sus respectivos padres:

Cuadro N° 3: Habilidad afectiva

	Frecuencia	Porcentaje %
Baja	8	53,3
Media	6	40,0
Alta	1	6,7
Total	15	100,0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 3: Habilidad afectiva



De acuerdo a los resultados de la investigación, en relación a las habilidades afectivas en los niños del nivel inicial, un mayoritario 53,3% presenta un nivel bajo de habilidad afectiva, seguido del 40% que está en una situación media y el restante 6,7% presenta un nivel alto.

Los resultados muestran que cerca de la mitad de los niños/as presentan bajo desarrollo de sus habilidades afectivas, en percepción de sus padres. Esto implica que cerca de la mitad de los niños/as presentan limitaciones en cuanto al control de las emociones y el afecto con relación a los demás y a sí mismos.

De acuerdo a los resultados la mayoría de los niños y niñas presenta problemas porque no responde a otras personas cuando es oportuno, no saluda ni se despide, no muestra con otros niños conductas de cortesía ni utiliza frases como “por favor”, “gracias”, “perdón”, prefiere no acercarse a otros niños, además que es amable con los adultos conocidos y

menciona halagos para sus padres o la maestra), estos aspectos se deben de mejorar a través de una estrategia de habilidades afectivas.

4.1.3.2 Habilidades sociales

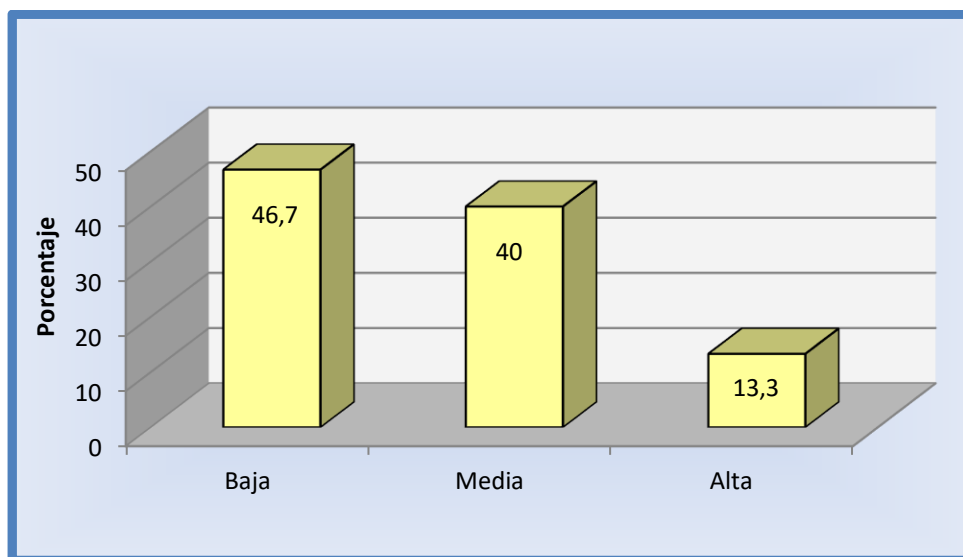
A continuación se muestran los resultados relativos al desarrollo de las habilidades sociales de los niños/as de 5 años que asisten a la Unidad Educativa Tokio de la ciudad de La Paz, desde la percepción de sus padres:

Cuadro N° 4: Habilidad social

	Frecuencia	Porcentaje %
Baja	7	46,7
Media	6	40,0
Alta	2	13,3
Total	15	100,0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 4: Habilidad social



En torno a la habilidad social se puede señalar que tampoco los puntajes alcanzados en la Escala de Habilidades Sociales son alentadores, un 46,7% está en un nivel bajo, el 40% en un nivel medio y por último el 13,3% presenta un nivel alto de habilidad social para poder relacionarse con sus nuevos compañeros.

Las habilidades sociales son un conjunto de rasgos comportamentales emitidos por una persona que sirven para expresar sentimientos, opiniones, deseos, actitudes, comprendiendo y respetando las opiniones y comportamientos de los demás.

Sin embargo, los resultados obtenidos muestran que la mayoría de los niño/as presenta bajo desarrollo de sus habilidades sociales. Esto se expresa en sus dificultades de relacionamiento, no les gusta unirse en el juego a otros niños, ni quieren ayudar a sus compañeros cuando tiene dificultades, en las actividades que desarrollan; también refleja que no les gusta unirse a una conversación ni a las actividades, se les dificulta poder mantener una conversación sencilla con un adulto.

Estos resultados plantean la necesidad de estimular y fortalecer el desarrollo de las habilidades sociales a través de estrategias o técnicas apropiadas para la edad de los niños, de manera que se contribuya a su desarrollo personal y social. Una de estas técnicas es la Abrazoterapia.

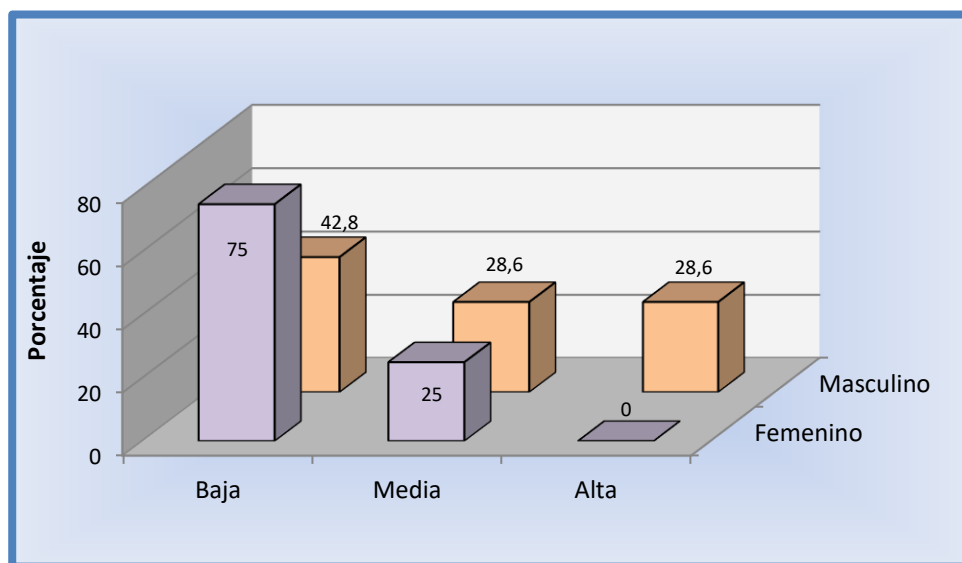
4.1.4 Habilidades socioafectivas según sexo

Cuadro N° 5: Habilidades socioafectivas, según sexo

Habilidades socioafectivas	Niñas		Niños	
	Frecuencia	Porcentaje %	Frecuencia	Porcentaje %
Baja	6	75,0	3	42,8
Media	2	25,0	2	28,6
Alta	0	0,0	2	28,6
Total	8	100,0	7	100,0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 5: Habilidades socioafectivas, según sexo



La investigación realizada muestra que de acuerdo al sexo de los niños y niñas, las niñas presentan en un 75% un nivel bajo de nivel socioafectivo, y un 25% está en un nivel medio, en este factor los niños están mejor posicionados, por ejemplo el 42,8% presentan un nivel bajo, seguido de un 28,6% en un nivel medio y otro 28,6 en un nivel alto.

Las respuestas proporcionadas por los padres y madres de familia muestran que los niños presentan un bajo nivel de habilidades socioafectivas, que perjudica un normal desarrollo

en el proceso de adaptación a la educación pre escolar, situación que es más notoria en las niñas.

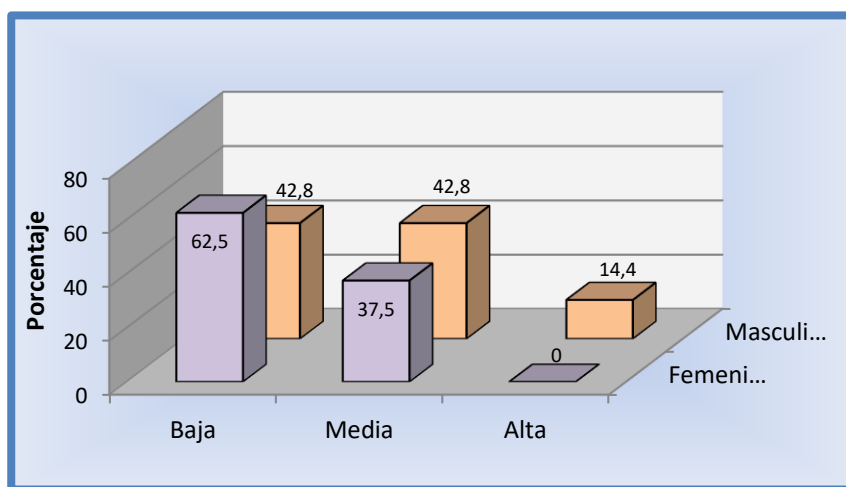
4.1.4.1 Habilidad afectiva, según sexo

Cuadro N° 6: Habilidad afectiva, según sexo

	Niñas		Niños	
	Frecuencia	Porcentaje %	Frecuencia	Porcentaje %
Baja	5	62,5	3	42,8
Media	3	37,5	3	42,8
Alta	0	0,0	1	14,4
Total	8	100,0	7	100,0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 6: Habilidad afectiva, según sexo



En relación a la habilidad afectiva que presentan los niños y niñas del nivel inicial de enseñanza, se puede advertir que en un 62,5% las niñas y el 42,8% de niños presentan niveles bajos de habilidad afectiva, en tanto que el 37,5% de niñas y el 42,8% de niños están en un nivel medio, y tan sólo el 14,4% de niños presenta un nivel alto de habilidad afectiva.

Los resultados muestran que los niños y niñas presentan un nivel bajo de habilidad afectiva, siendo las niñas quienes tienen mayores problemas al momento de demostrar afecto no sólo a sus compañeros sino en el seno de su misma familia, aunque esta situación es menor en los niños también está presente, y les dificulta mostrar actitudes de cortesía con sus compañeros y el docente, llegando incluso a mostrar esta actitud en el seno familiar.

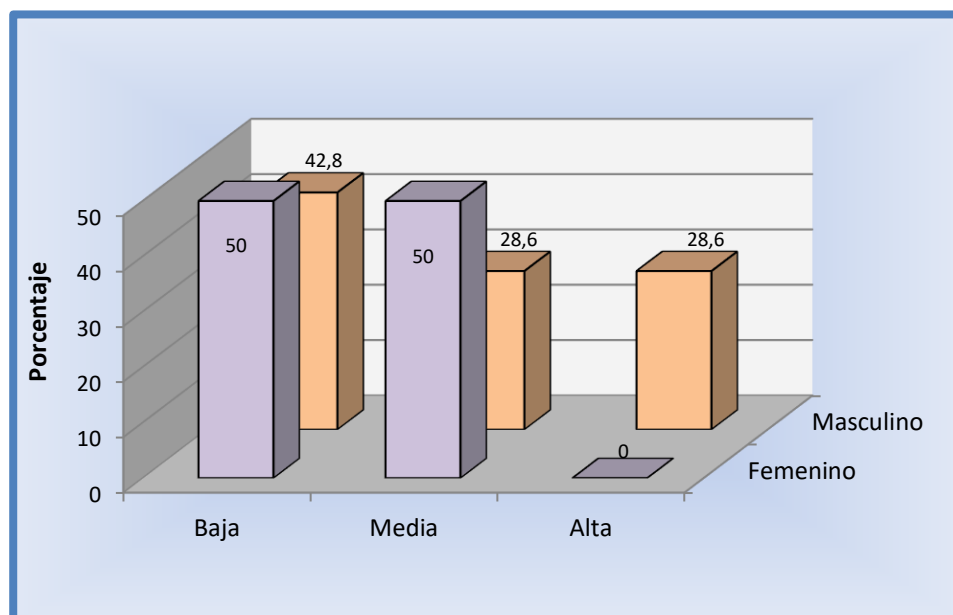
4.1.4.2 Habilidades sociales, según sexo

Cuadro N° 7: Habilidades sociales, según sexo

	Niñas		Niños	
	Frecuencia	Porcentaje %	Frecuencia	Porcentaje %
Baja	4	50,0	3	42,8
Media	4	50,0	2	28,6
Alta	0	0,0	2	28,6
Total	8	100,0	7	100,0

Fuente: Elaboración propia

Gráfico N° 6: Habilidades sociales, según sexo



Respecto a la habilidad social, como se observa en el cuadro y gráfico anterior, un 50% de las niñas y el 42,8% de los niños presentan niveles bajos de habilidad social, también se puede advertir que el 50% de niñas y el 28,6% de niños se encuentran en un nivel medio, y sólo en entre los niños se muestra que el 28,6% presenta un nivel alto de habilidad social.

Los resultados muestran que las niñas y niños en el nivel inicial de enseñanza presentan problemas de socialización, situación más patente en las niñas quienes no participan de manera activa en las actividades y juegos con otros compañeros de aula, prefieren estar aisladas, tampoco les gusta conversar las niñas son más reservadas, en cambio un mayor porcentaje de niños son más extrovertidos y buscan amigos para desarrollar juegos, aunque también presentan este problema pero en menor porcentaje, razón por la que se sugiere promover competencias sociales en niños/as del nivel pre-escolar, para lograr alcanzar un desarrollo pleno.

4.2 Resultados de la entrevista realizada a educadoras del nivel inicial de la Unidad Educativa Tokio de la ciudad de La Paz

En el presente acápite se presentan los resultados obtenidos mediante la entrevista realizada a educadoras del nivel inicial de la Unidad Educativa Tokio, con la finalidad de conocer las técnicas que utilizan para medir y estimular el desarrollo socioafectivo de los niños y niñas:

- Las educadoras del nivel inicial, en su totalidad, reconocen que no acostumbran evaluar las habilidades socioafectivas de los niños/as.
- Las educadoras no miden las habilidades socioafectivas, solo se basan en la teoría tradicional Enseñanza - aprendizaje.

- Para las educadoras no es de suma importancia tocar el tema de las habilidades Socioafectivas en los niños/as, no utilizan las técnicas adecuadas y mucho menos la técnica de la Abrazoterapia.
- Como es tradicional, las educadoras acostumbran estimular el desarrollo de las habilidades a los niños/as mediante dinámicas de juegos lúdicos rondas, bailes, danzas y otros, pese a ello demuestran confianza, felicidad, pertenencia y protección a los niños/as.
- Las educadoras del nivel inicial no conocen la técnica de la Abrazoterapia y no acostumbran utilizar esta técnica en los niños/as.
- Las educadoras consideran que la Abrazoterapia como técnica, puede ayudar en cierta manera a los niños/as y este puede mejorar su rendimiento, pero no conocen esta técnica de Abrazoterapia y no acostumbran a tocar el tema y no la implementan.
- Por otra parte, las educadoras consideran que la Abrazoterapia como técnica les puede beneficiar en el rendimiento y desarrollo socioafectivo de los niños/as.

CAPÍTULO V

PROPUESTA: TÉCNICAS DE ABRAZOTERAPIA PARA FORTALECER LAS HABILIDADES SOCIOAFECTIVAS DE NIÑOS/AS DEL NIVEL INICIAL

5.1 Fundamentación

Es importante considerar que la abrazoterapia es una técnica ancestral con pinceladas innovadoras, donde se llega a utilizar el abrazo como herramienta terapéutica, para lograr la unificación e integración equilibrada del cuerpo, la mente y las emociones.

La abrazoterapia, es por tanto una práctica de suministrar abrazos, un método de apoyo y un arte, que tiene el propósito de hacer sentir bien, aliviar el dolor y mejorar la autoestima. Es un tratamiento del malestar mediante el simple método físico del abrazo.

Se considera que cuando las personas se abrazan y sienten el contacto con la otra persona se siente el espíritu solidario y alegre, que hace posible llevar una nueva vida a los sentidos y permite reafirmar la confianza en los propios sentimientos de quienes llevan adelante esta práctica.

Son requisitos para abrazar considerar que todo el mundo lo puede practicar. “El abrazo es para todos”, simplemente es necesario existir, ser respetuoso y mostrar afecto, además de pedir permiso a la otra persona antes de darle un abrazo

En estos últimos tiempos se está difundiendo ampliamente la “abrazoterapia”. Parece increíble todo lo que puede curar, compensar, mejorar y prevenir un simple y amoroso abrazo.

En algunas culturas está mal visto. No es muy cómodo para algunos demostrar sensibilidad. Pero está comprobado que el contacto físico, mucho más allá del contenido sexual, tiene poderes curativos y amplía nuestro bienestar emocional.

Cuando dos o más personas se tocan y abrazan con espíritu solidario y alegre, se está llevando vida a los sentidos del cuerpo y se está reafirmando la confianza en nuestros propios sentimientos.

Es una forma de expresar lo que se siente más allá de las palabras. Es el idioma universal de los abrazos. No solo se debe utilizar el lenguaje también se debe utilizar la sabiduría intuitiva, sin palabras y escuchar con el corazón. Así será más fácil percibir el significado más profundo del misterio que se llama amor.

Los abrazos, además de hacer sentir bien, se emplean para aliviar el dolor, la depresión y la ansiedad. Provocan alteraciones fisiológicas positivas en quien toca y en quien es tocado. Acrecienta la voluntad de vivir a los enfermos. Es de todos bien sabido que cuatro abrazos al día son necesarios para sobrevivir, ocho para mantenerse y doce para crecer como personas.

Apenas se está empezando a comprender el poder que tiene el contacto personal. Aun cuando existen muchas formas de poder ser tocados, muchos científicos y psicólogos recomiendan los abrazos como una forma muy especial de contribuir al bienestar físico-emocional.

Para esto tenemos diversas formas de poder dar un abrazo adecuado, es decir, con la persona y situación adecuada, según se requiera.

5.2 Objetivos de la propuesta

Facilitar a las educadoras y padres de familia, una herramienta efectiva para promover el desarrollo de las habilidades socioafectivas en niños de 4 y 5 años de edad.

- Crear un espacio vivencial para el abrazo y el aprendizaje afectivo.
- Facilitar la reflexión sobre la importancia del abrazo para incorporarlo en la vida diaria.
- Favorecer las relaciones interpersonales del grupo.
- Compartir y expresar sentimientos y emociones.
- Descubrir la energía y el poder sanador del abrazo.

5.3 Desarrollo de la propuesta

Para el desarrollo del taller, se debe considerar los siguientes aspectos:

- Duración: 10 sesiones

- En principio siempre es importante brindar una explicación teórica sobre el significado del abrazo y los distintos tipos de abrazo
- Dinámicas para practicar el abrazo y comprender la importancia y el poder del contacto físico con otras personas del grupo

Actividad 1: El Abrazo del oso

Materiales: no se requiere

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: “Esto es un abrazo” ¿Un qué?

Abrazarnos y aprender los nombres de los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio”. En círculo, de pie, la educadora ofrecerá un abrazo al o la niña de su izquierda diciendo “Me llamo Ana y esto es un abrazo”, la niña responde “un qué” y repetirá “Me llamo Ana y esto es un abrazo”. La persona que recibe el abrazo a su vez le dirá y ofrecerá al niño o niña de su izquierda lo mismo “Me llamo Juan y esto es un abrazo”, a lo que la otra contestará “un qué”, “un abrazo”, y así sucesivamente hasta que todos se hayan abrazado mutuamente, fundiéndonos todos juntos en un abrazo final.

Variante: En círculo, la educadora empieza el abrazo dándoselo al otro. Éste a su vez se lo pasa a la siguiente y así sucesivamente hasta completar todo el círculo.

Variante más complicada: En círculo. A dice a B que está a su derecha: “Esto es un abrazo” y le da uno. B pregunta “¿Un qué? Y A responde “Un abrazo” y se lo da. C pregunta a B: “¿Un qué? Y B pregunta a A: “¿Un qué? Y A contesta a B: “Un abrazo” y se lo da. B se

vuelve a C y le dice: Un abrazo” y le da uno. Y así sucesivamente. La pregunta “¿Un qué?”, siempre vuelve a A, quien vuelve a mandar abrazos. Mientras tanto A dice a su vez a la persona de la izquierda “Esto es un apretón”, se lo da y este pregunta “¿un qué?” siguiendo la misma fórmula. Cuando abrazos y apretones se encuentran en el otro lado del círculo ¡es divertidísimo!

Actividad 2: El Abrazo del oso

Materiales: ninguno específico

Tiempo: 30 minutos

Dinámica: Conociendo los distintos tipos de abrazo

A continuación se explicará los distintos tipos de abrazos para ello lo ejemplificaremos por parejas en los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio”.

- **Abrazo de Oso**

En el tradicional abrazo de oso, un abrazador/a usualmente es más alto y corpulento que el otro aunque esto no es necesario para sostener la calidad emocional de un abrazo de oso. El abrazador/a más alto puede estar parado derecho o inclinado sobre el más pequeño, brazos sosteniendo firmemente el cuerpo de la persona procurando tener la cabeza alineada sobre la otra persona o según se pueda. Los brazos deberán sostener cualquier área que sea entre la cintura y el pecho. Ambos cuerpos se aprietan firmemente y puede llegar a durar entre 5 y 10 segundos. La seguridad que se tiene al dar el abrazo es de suma importancia.



El abrazo del oso

Pregunta: ¿A quién darías este abrazo?

Los abrazos de OSO son para:

- Quienes comparten un sentimiento o una causa común
- Papá, mamá, hermanos/as, abuelos/as, ¿o quién?
- Compañeros de curso, del barrio
- Cualquiera que desee decir, sin palabras: ¡Eres estupendo/a! O: “Cuenta conmigo para lo que sea”, O “comparto el dolor o la alegría que sientes”

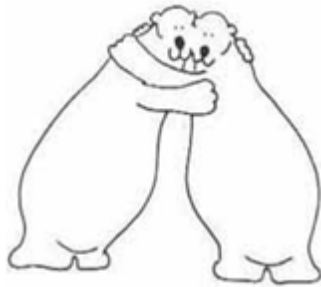
Pregunta a los niños y niñas: ¿Qué expresión dirías con este abrazo?

- **Abrazo con forma de A**

Ambos de pie, frente a frente, con los brazos alrededor de los hombros, el costado de la cabeza en mutuo contacto y el cuerpo inclinado hacia delante, sin contacto alguno por debajo de los hombros.

Este tipo de abrazo suele ser de duración breve ya que se utiliza generalmente para decir “Hola” o “Adiós”.

Este abrazo es cortés y afectuoso. Es apropiado para las relaciones recientes, colegas o aquellas situaciones que requieren cierto grado de formalidad. Al estar libre de amenazas, resulta cómodo para los abrazantes tímidos o no ejercitados.



Abrazo con forma de A

Este abrazo es apropiado o apto para:

- Tía-abuela a quien uno no ha visto desde que dejó el biberón.
- El amigo de su amigo (¿los amigos de tus amigos son mis amigos?)

Preguntar a los niños y niñas: ¿Para quién más se nos ocurre este tipo de abrazo?

- **Abrazo sándwich**

El abrazo sándwich es una variedad menos conocida. Sin embargo, una vez que usted experimente su calidez y seguridad querrá compartirlo con frecuencia.

Se trata de un abrazo para tres. Confiere seguridad y transmite solidaridad.

Dos están frente a frente; el tercero, en el medio, cara a cara con uno de los otros. Cada miembro exterior rodea la cintura del otro y aprieta. El del centro rodea con los brazos la cintura del abrazante que está frente a sí. Como alternativa, los dos exteriores pueden abrazarse por los hombros y los tres reunir las cabezas. Los cuerpos se tocan cómodamente. El abrazo sándwich proporciona una especial sensación de seguridad, muy beneficiosa si está viviendo un período difícil y necesita apoyo adicional.



Abrazo sándwich

El abrazo sándwich se presta para:

- Tres buenos amigos.
- Padre, madre e hijo. El hijo puede ser pequeño, adulto o de cualquier edad.

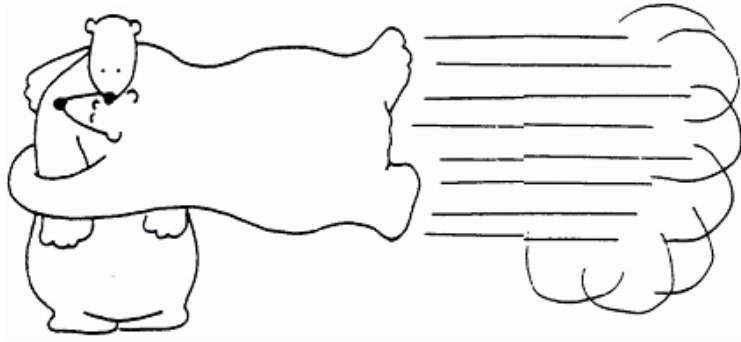
Pedir a los niños y niñas: ¡Armar su propio sándwich!

- **Abrazo impetuoso**

El abrazo impetuoso tiene el récord de brevedad. Un abrazante corre y echa los brazos al cuerpo del otro, le da un rápido apretón antes de soltarlo y sale a toda velocidad. El así abrazado debe estar alerta para responder al apretón, a fin de recibir el máximo beneficio de este abrazo.

En una de sus variedades, coreográficamente más difícil, ambos corren el uno hacia el otro y se estrechan rápida y mutuamente. Nota de advertencia: evite la colisión. El choque a pleno de dos cuerpos lanzados el uno contra el otro, o el brusco encuentro de dos cabezas, puede anular algunas de las buenas sensaciones.

Estas varían según la situación, pero con frecuencia el abrazo impetuoso viene acompañado por un distraído afecto, pues uno de los abrazantes (o ambos) tiene prisa. Si la abrazada no espera el gesto, también puede haber una sensación de sorpresa. El abrazo impetuoso es un modo práctico de cumplir con un montón de abrazos rápidos cuando se dispone de poco tiempo. Para un manejo más efectivo de la tensión, incluya también una dosis liberal de abrazos más suaves y duraderos.



Abrazo impetuoso

Utilice el abrazo impetuoso:

- En el curso, durante el recreo o con la familia.
- Para desear suerte a alguien antes de una actividad de la Unidad Educativa.
- En el reencuentro luego de las vacaciones

Preguntar a los niños y niñas: ¿Qué función puede tener el abrazo impetuoso?

- **Abrazo de costado**

El abrazo de costado o lateral es magnífico para dar y recibir mientras dos caminan juntos. Cuando pasee junto a otra persona, tomados por la cintura o por el hombro, suministre de vez en cuando un generoso apretón.

También es un abrazo alegre y juguetón para esos momentos que se pasan formando fila con un amigo. ¡Así, esperar "haciendo cola" es un placer!



Abrazo de costado

El abrazo de costado proporciona momentos jubilosos...

- Cuando caminamos hacia la parada del autobús luego de clases.
- En una caminata en las excursiones o cuando se sale de paseo fuera de la Unidad Educativa.
- Mientras esperamos para ver una película,
- Para inscribirnos al siguiente curso luego de vacaciones.

Preguntar a los niños y niñas: ¿Cuándo utilizaría usted un abrazo de costado?

- **Abrazo Grupal**

El abrazo grupal es muy popular entre los buenos amigos que comparten una actividad o proyecto.

La educadora debe hacer gustar el abrazo grupal, que el mismo sea más conocido y aplicado con más frecuencia, simplemente por lo agradable que resulta.

Los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio” se forma en círculo, con los miembros tan próximos como sea posible, brazos rodeando hombros o cinturas; luego aplican una fuerza estrechándose. En una de sus variedades, los participantes del abrazo grupal, dispuestos como queda indicado, avanzan hacia el centro, cerrando el círculo; se amontonan durante varios segundos y luego retroceden, separándose con un grito de alegría, un suspiro o un rápido apretón de despedida.

Además de una agradable sensación de apoyo, seguridad y afecto, los abrazos grupales suelen proporcionar una idea de unidad y arraigo universal.



Abrazo grupal

Los abrazos grupales son buenos para:

- Los grupos en el curso.
- Los compañeros de clase o de equipo.
- Entre todos los miembros de la familia

Preguntar a los niños y niñas: ¿Cuánto disfrutarían de un abrazo como éste?

Actividad 3: Actividades y ejercicios

Materiales: ninguno específico

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: Desarrollo creativo de los niños y niñas. Los verdaderos abrazoterapeutas no dejan que las circunstancias se les interpongan en la labor.

Propuesta de actividades y ejercicios:

- Pide a alguien del curso que te ofrezca un abrazo de los descritos
 - Propón otros nombres a los tipos de abrazos señalados
 - Inventar otras formas de abrazo y darles un nombre
- **Proponer en común**
 - ¿Qué tipo de abrazo descrito puedes ofrecer más a menudo?
 - ¿Qué sentimientos te transmiten estos abrazos?: afecto, simpatía, interés, júbilo, alegría, consuelo...

Nota: Si el Taller tuviera varios días de duración, durante esos días, cada niño y niña al entrar y finalizar las sesiones de grupo se darían abrazos como forma de poner en práctica los aprendidos. ¿SI o NO?

Actividad 4: El idioma especial de los abrazos

Materiales: ninguno específico

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: El idioma especial de los abrazos

Objetivo: Ampliar la relación entre compañeros además de ser más cooperativos a través de dar y recibir abrazos.

Material: Sala amplia

Desarrollo: Se colocan dos filas paralelas de niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio”, unos frente a otros, a una distancia mínima de 2 metros. La educadora irá indicando un tipo de saludo de los explicados. Cada persona se acerca al que tiene en frente y se lo entregan.

Gradualmente se van introduciendo nuevos abrazos con su correspondiente forma de abrazar, cada vez a un ritmo más rápido. Los miembros del grupo no deben equivocarse.

Ya se tiene un LISTADO DE ABRAZO (detallado en páginas anteriores)

- Abrazo Oso
- Abrazo A

- Abrazo impetuoso
- Abrazo de costado
- Abrazo estirado
- Abrazo grupal
- Abraza como quieras
- Dado que este abrazo no se ha explicado, se cogerá por sorpresa a los miembros del grupo (observar las reacciones).

Variante: Los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio” se moverán libremente por el aula, la educadora irá indicando el tipo de abrazo que deben darse...

Actividad 5: ¡El pueblo manda!

Materiales: ninguno específico

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: ¡El pueblo manda!

Podemos cambiar por “La Sociedad necesita”, o “El mundo demanda”. Desarrollo: la educadora explica que va a dar diferentes órdenes, que para que sean cumplidas debe haber dicho antes la siguiente consigna:

“EL PUEBLO MANDA”, por ejemplo: “El pueblo manda un abrazo de corazón”, o “El Pueblo demanda un abrazo de Oso”. Solo cuando se diga la consigna, la orden que se dice

debe realizarse. Se pierde (abrazos) si no se cumple la orden o cuando NO se diga bien la consigna EXACTAMENTE (recordemos que es EL PUEBLO MANDA). Así por ejemplo si se dice “El Pueblo dice que se dé abrazo de costado”, los que obedezcan pierden (abrazos) siendo eliminados, ya que la consigna es “El pueblo manda”.

Las órdenes deben darse lo más rápido posible para que el ejercicio sea ágil, así los niños y niñas puedan disfrutar de la actividad, la educadora deberá poner un máximo empeño para que los niños y niñas se diviertan con estas actividades.

Actividad 6: Aprendamos a Abrazarnos

Materiales: Tantas tarjetas como personas hay en el grupo

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: Aprendamos a Abrazarnos

Explicado los distintos tipos de abrazos que a lo largo de este taller se va a fomentar, dar y recibir, se procederá a repartir a cada niño y niña del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio” una tarjeta, en ella se incluye un dibujo con este tipo de abrazo y una acción o acto que debe emprender hacia uno o más miembros del grupo.

- **Ejemplo**



Una vez repartidas las tarjetas, la educadora debe dar las siguientes órdenes:

- Otorga este abrazo a la educadora
- Concede este abrazo a todas las, y los compañeros del curso
- Proporciona este abrazo a todos los varones del curso
- Brinda este abrazo a las niñas que tengan el pelo negro
- Regala este abrazo a quienes su nombre empiece con “J”
- Convida con este abrazo a tus amigos y gritando ¡yujuuu!
- Alégrate el día con un abrazo. Date a ti misma este abrazo.
- Obsequia a todos los que su nombre empieza con “A” con este abrazo.
- Agasaja a todas las niñas con este abrazo girando.
- “Abrázame, como si fuera esta la última vez”
- Saluda con este abrazo a alguien del grupo durante 30 segundos

Los abrazos a repartir son: tipo oso, de mejilla, grupal, sándwich, en forma de A, impetuoso, de costado. Éste último será el menos potenciado entre los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio”.

La educadora dará el inicio gritando ¡¡¡ Y ahora...A ABRAZARNOS!!!

Actividad 7: El abrazo expresión de afecto

Materiales: equipo de Música y **canción:** Abrázame de Julio Iglesias.

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: El abrazo expresión de afecto

Todos en círculo, al ritmo de la música, la educadora de espaldas al grupo da una palmada a alguien, éste debe volverse y darle un abrazo (de los distintos modos de abrazar explicados o como quieran) y continuar en silencio hasta otra persona.

Intercambiarse los papeles abrazadores y abrazados, los niños y niñas podrán dirigir la dinámica.

Variantes: Puede dar un abrazo y decir una palabra, hacer un gesto (ej. acompañado de un beso, con un apretón de manos...), un efecto sonoro de los explicados.

Actividad 8: Abrazos musicales cooperativos

Materiales: Equipo musical, canción.

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: Abrazos musicales cooperativos

Se trata de saltar al compás de una música, abrazándose a un número progresivamente mayor de miembros del grupo, hasta llegar a un gran abrazo final.

Esta dinámica favorece el sentimiento de grupo, desde una acogida positiva de todos los niños y niñas. Además de romper el posible ambiente de tensión que puede haber en un primer encuentro grupal.

- No puede quedar ningún niño o niña sin ser abrazada.

Desarrollo: suena la música, los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio” danzan por la sala. La educadora detiene la música y da la orden por ejemplo “abrazos de 3 personas”, los niños y niñas se abraza de tres en tres. Continúa la música y vuelve a detenerla, ahora el abrazo de 6...y así sucesivamente de 8, de 10, de uno, , hasta llegar a un abrazo final.

Se puede solicitar abrazo de “A” de 5 (según los diferentes tipos de abrazos comentados y aprendidos previamente).

Todas las dinámicas puede acabar con una pequeña evaluación, preguntando a los niños y niñas que les parece este tipo de juegos y que cada uno exprese cómo se ha sentido.

Actividad 9: Lo que nos dicen los abrazos

Materiales: Tarjetas en las que previamente se han escrito fragmentos de frases sobre los abrazos.

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: Lo que nos dicen los abrazos

Esta dinámica utiliza las frases referidas a los abrazos, el mismo puede ser seguida también con refranes.

Desarrollo: cada frase se escribe en dos tarjetas, es decir se divide en dos mitades. Para facilitar lo se pondrá 1 (la primera parte) y 2 (la otra mitad de la frase). Cada persona ha de encontrar su otra mitad para que la frase tenga sentido. Una vez unida a la otra mitad se mantendrá una mini-entrevista de unos 3 minutos en el que se preguntará e intercambiara: el nombre, edad, cuando fue la última vez que recibiste o diste un abrazo.

Por parte de quien o a quien (compañero o compañera de curso quiere dar o recibir el abrazo), Cómo llego a sentirse el niño o niña:

Significado de la frase:

Y una vez hecha la entrevista la educadora regalará un abrazo alegrándose de ser parte del curso y la alegría de compartir.

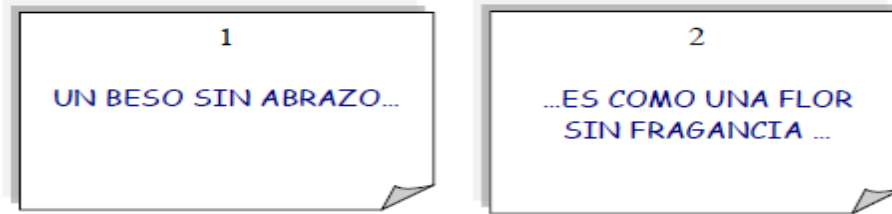
Variantes: También puedes usar las citas célebres de los abrazos hablando un poco de la autoría de los mismos (escritores/as, poetas, cantantes, sus obras....

- **Frases**

Tarjeta N°	1º parte		2da parte	
1	1	Que ningún juez declare mi inocencia, porque...	2	...en este proceso buscaré solamente la sentencia de tu abrazo.
2	1	Un abrazo en esta vida...	2	consuela, ayuda y tranquiliza
3	1	Nada funciona mejor ...	2	...que tener a alguien que te abrace.
4	1	Sueño con la dulzura de una palabra...	2	...y el calor de un abrazo.
5	1	Nadie necesita más un abrazo...	2	...que la persona que menos lo merece.
6	1	Abrazar es...	2	...dar vida al corazón.
7	1	Un beso sin abrazo...	2	...es como una flor sin fragancia
8	1	Hay un único lugar donde el ayer y hoy se encuentran...	2	...se reconocen y se abrazan.
9	1	Tantos siglos de civilización...	2	...y no hemos aprendido a abrazarnos.
10	1	Un abrazo es un apretón de manos...	2	...hecho desde el corazón

Para un desarrollo adecuado de la dinámica, las tarjetas podrían ir acompañado de dibujos o imágenes para que no tengan mucho problema al momento de identificar la otra mitad, durante todo el proceso la educadora debe cooperar con los niños y niñas del nivel Inicial de la Unidad Educativa “Tokio”

Ejemplo de tarjeta:



La punta doblada identifica que estos se pertenecen.

Actividad 10: Los estados de ánimo

Materiales: Tarjetas en las que previamente se han escrito fragmentos de frases sobre los abrazos.

Tiempo: 20 minutos

Dinámica: Los estados de ánimo

En pareja, cada uno de los niños y niñas tomará una tarjeta en el que se indica un determinado estado de ánimo o situación (triste, feliz, enamorado, hundido, aburrido, enfadado, somnoliento, aburrido, enfermo, deprimido, ansioso etc...), el niño/a tendrá que adoptar ese estado de ánimo y el otro le dará un abrazo de los descritos (en la actividad 2), según el estado o situación anímica de la persona



Variante: Igual, solo que describiendo situaciones. Para ello se utilizará el juego de rol, es decir se dramatizará la situación descrita adoptando cada uno su papel...Por ejemplo, “Un amigo que hace años que no ves y regresa; Una amiga te cita para tomar un té, te encuentras con un compañero/a que cambio de curso, o un amigo que estudia en otra Unidad Educativa...Ante estas situaciones ¿Que abrazo le ofreces?”

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

- Los resultados de la investigación han mostrado que la mayoría de los niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2, presentan bajos niveles de desarrollo de las habilidades socioafectivas, lo cual implica que tienen dificultades para expresar sus sentimientos hacia otras personas y relacionarse con sus pares; es decir, tienen poco desarrollo de las habilidades para conocer y controlar sus propias emociones, así como para demostrar afecto y preocupación por los demás, con el fin de establecer relaciones positivas y manejar situaciones difíciles.
- Los resultados obtenidos muestran que no existen diferencias destacables, en función del sexo, en el nivel de desarrollo de sus habilidades socioafectivas; sin embargo, se ha observado que las niñas presentan un desarrollo, relativamente, menor de sus habilidades en comparación con los niños, a pesar de que estas diferencias son mínimas; por tanto, se puede decir que el desarrollo de las habilidades socioafectivas no está condicionado por el sexo de los niños/as.
- Por otra parte, se ha podido evidenciar que las educadoras del nivel inicial de la Unidad Educativa “Tokio” distrito La Paz -2., carecen de medios o estrategias para medir y estimular el desarrollo socioafectivo de los niños y niñas, lo cual dificulta evaluar el desarrollo de las habilidades sociales y afectivas, así como implementar

actividades pertinentes para estimular el desarrollo de estas habilidades, tan necesarias para el desarrollo y socialización integral.

- Sin embargo, las docentes del nivel inicial muestran predisposición para implementar actividades basadas en técnicas de abrazoterapia, para estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños y niñas, que les servirán en su desarrollo posterior para una interrelación efectiva tanto en el contexto escolar como en el ámbito social.
- Las educadoras desconocen la técnica de la abrazoterapia, sin embargo, coinciden en que esta técnica puede ser efectiva para fortalecer las habilidades socioafectivas de los niños/as, entendiendo que el abrazo permite el contacto físico de forma agradable y es una necesidad vital que tienen todos los seres humanos, mucho más durante la primera infancia.
- Considerando los resultados obtenidos en la investigación, el estudio culmina con el diseño de una propuesta, consistente en la elaboración de 10 actividades basadas en la técnica de la abrazoterapia, orientadas al desarrollo de las habilidades socioafectivas de niños del nivel inicial.
- Finalmente, se puede decir que los objetivos propuestos en el presente trabajo de investigación se han cumplido satisfactoriamente, con la elaboración de actividades basadas en la técnica de Abrazoterapia, para mejorar las habilidades socioafectivas

de los niños y niñas del nivel inicial de la Unidad Educativa Tokio de la ciudad de La Paz.

- Se propuso bastante énfasis en la búsqueda de información que respalde la teoría científica de los beneficios de la Abrazoterapia. Se encontraron experimentos que respaldan el beneficio en el desarrollo físico y mental por la segregación de las hormonas oxitocina y somatotropina, evidenciando que hay una estrecha relación entre el cerebro y los abrazos.

6.2 Recomendaciones

- Se recomienda que el programa diseñado en el presente estudio pueda ser utilizado por las educadoras no solo para estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas, sino para fortalecer la autoestima empatía y comunicación asertiva de los niños/as, asimismo para que reflexionen sobre el trato que brindan a los niños/as de la Unidad Educativa “Tokio” Distrito La Paz -2 y si ver el vínculo afectivo entre padres, madres e hijos/as
- Las técnicas de abrazoterapia propuestas en el presente trabajo, son herramientas que puede ser efectivas para desarrollar habilidades socioafectivas, ya que les permite desarrollar capacidades y estrategias de paciencia, respeto y cuidado para el trabajo con niñas y niños de la primera infancia y también para la adecuada comunicación con los padres de familia.

- Para que las educadoras puedan implementar técnicas de abrazoterapia en las aulas de educación inicial, es necesario que deban capacitarse en esta temática, de manera que reconozcan la importancia de brindar afecto a las niñas y niños, para su adecuado desarrollo físico y mental. Esto es fundamental si se considera que manejar la afectividad, las emociones negativas, y las conductas agresivas generalmente son aprendidas de manera inadecuada de modelos sociales, familiares, escolares y otros.
- También es necesario que la Dirección de la Unidad Educativa “Tokio” Distrito La Paz -2, deban propiciar la organización de charlas o talleres dirigidos a los padres de familia, sobre habilidades socioafectivas y abrazoterapia, de tal modo que se pueda trabajar en contribuir al desarrollo de los niños/as, garantizando que crezcan en un ambiente propicio para que puedan desarrollar las destrezas y aptitudes que poseen.

BIBLIOGRAFÍA

- Alcaldía Mayor de Bogotá (2013). *Desarrollo socioafectivo. Reorganización curricular por ciclos. Herramienta pedagógica para padres y maestro*. Bogotá Colombia: Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaría de Educación.
- Alcántara, A. (1990). “*Cómo educar la autoestima*”. España: Alianza Editorial.
- Amaya, L. (2014). *Desarrollo de la Afectividad en los Niños del Grado Preescolar Del Gimnasio Ismael Perdomo*. Recuperado de <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1443/1/RIUT-JCDA-spa-2015-Desarrollo%20de%20la%20afectividad%20en%20los%20ni%C3%B1os%20del%20grado%20preescolar%20del%20Gimnasio%20Ismael%20Perdomo.pdf>
- Arceo, F.; Rojas, G. & González, E. (2002). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo: una interpretación constructivista*. (p. 465). McGraw-Hill.
- Barberry, L. (2007). “*El Lenguaje de los Abrazos*”. España: Mandala.
- Barbery, L. (2007). *La Abrazoterapia*. Recuperado de http://www.abrazoterapia.com/abrazote/enbuenasmanos_01.php
- Barraza, L. (1998). *Conservación y medio ambiente para niños menores de 5 años*. Especies (7) 3:19-23
- Benavides, A. (2012). *Fortalecimiento de conductas socio-afectivas en niños(as) de 8 a 10 años, pertenecientes a la institución educativa municipal Francisco José de Caldas, sede central primaria*. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades, Programa de Psicología. San Juan de Pasto, Colombia.

- Bermúdez, M. (2000). *Déficit de autoestima. Evaluación, tratamiento y prevención en la infancia y adolescencia*. Madrid: Pirámide.
- Blanco, F. (1989). “*Psicología General*”. Barcelona: Ed. C.E.A.C.
- Broch, M. (2014). *La Autoestima en niños de 4-5 años, en la Familia y Escuela*.
Recuperado de
<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2502/broch.alvarez.pdf>
- Caballo, V. (1986). “*Evaluación de las habilidades sociales*”. (3ª Ed.) Madrid: Pirámide.
- Caraballo, Alba (2019) 7 beneficios de los abrazos para los niños. En:
<https://www.guiainfantil.com/>
- Castillo, Myriam (2011). *La socioafectividad en la educación desde la complejidad*. Colombia.
- Celeiro, S., Golobardes, M. (2013). “*La Inteligencia Emocional. Guía Práctica Para Padres y Educadores*”. España: Ed. Tagus
- Cifuentes, D. (2015). *Desarrollo socio-afectivo. Primera Infancia*. España: Universidad de la Laguna.
- Damián, M. (2015). “*La Falta de Afectividad en el Desarrollo Psicoemocional de los Niños del Primer Año de Educación General Básica*”. Recuperado de
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/2083/1/UNACH-FCEHT-TG-E.PARV-2015-000008.pdf>
- De Zubiria, M. (2013). “*La Afectividad: La más antigua de todas las funciones mentales*”. Colombia: Ed. FiPC.
- Feldman, J. (2008). *Autoestima: ¿Cómo desarrollarla? Juegos, actividades, recursos, experiencias creativas*. Madrid: Narcea.
- Fernández, B. (2004). “*Inteligencia Emocional e Inteligencia Tradicional*”. España: Paidós

- Fraile, P. & López, S. (2013). *Infancia y salud mental pública en España: siglo XX y actualidad*. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 33(117), 95-111. Recuperado de: <http://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v33n117/07.pdf>
- Fromm, E. (1987). *“El arte de amar”*. Barcelona: Paidós.
- Galván, A. (2010). *La Abrazoterapia y Origen*. Recuperado de <https://www.aliciagalvan.com/articulos/alternativas/abrazoterapia/>
- Goleman, D. (1997): *“La Inteligencia Emocional”*. Buenos Aires: Ed. Javier Vergara.
- González, E. (2005). *Educación en la afectividad*. Facultad de educación. Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de: <http://www.surgam.org/articulos/504/12%20EDUCAR%20EN%20LA%20AFECTIVIDAD.pdf>
- González-Martínez, M. (1999). *Algo sobre la autoestima. Qué es y cómo se expresa*. Revista Aula, 11, pp. 217-232.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Hernández, S. (1998). *“Metodología de la Investigación”*. Colombia: Mac Graw-Hill Interamericana.
- Hernández, S., Fernández, C. & Baptista, L. (1998). *“Metodología de la Investigación”*. Colombia: Mac Graw-Hill Interamericana, p.227
- Jiménez, B. (2000). *El desarrollo de habilidades sociales, ¿Determinan el éxito académico?* Recuperado de <http://www.redcientifica.com/doc/doc200006230601.html>.
- Keating, K. (1986). *“Abrázame”*. Argentina: Javier Vergara Editor S.A.
- Keating, K. (1988). *“Abrázame 2”*. Argentina: Javier Vergara Editor S.A.

- Lacunza, Ana; Castro, Alejandro; Contini Norma (2009) Habilidades sociales preescolares: una escala para niños de contextos de pobreza. *Revista de Psicología* Vol. XXVII (1)
- Manzano, J. (2007). *La felicidad es una experiencia intermitente*. Recuperado de <http://jesusmanzano.es/2007/12/la-felicidad-es-una-experiencia-intermitente.html>
- Maslow, A. (1999). “*Jerarquía de las necesidades humanas*”. Barcelona: Edit. Océano-Ámbar.
- Monjas, I. (1999). “*Programa de enseñanza de habilidades de interacción social para niños y niñas de edad preescolar*” Madrid: CEPE.
- Naranjo, M. (2007). *Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo*. Revista INIE.
- Oblitas, L. (2008). *Psicología de la salud: Una ciencia del bienestar y la felicidad*. Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2008/psicologiasalud.pdf>
- Paz, A. (2010) “*Ensayo Psicología Afectiva*”. Recuperado de <http://soyandrespaz.wordpress.com/2010/06/15/ensayo-1-psicologia-afectiva-la-nueva-psicologia/>
- Paz, A. (2013) “*Afectividad Humana*”. Recuperado de <http://soyandrespaz.wordpress.com/tag/afectividad-humana/>
- Paz, A. (2015). *La Incidencia de la familia en el comportamiento de los adolescentes*. Recuperado de <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/10046/1/UPS-GT000876.pdf>
- Pérez, Maryam (2018). *Rasgos del desarrollo socioafectivo de la infancia, presentes en el proceso de aprendizaje enseñanza de estudiantes de 8 a 12 años de un centro*

- educativo privado de la zona 12 de Villa Nueva*. Tesis de grado de Licenciada en Educación y Aprendizaje. Guatemala de la Asunción: Universidad Rafael Landívar, Facultad de Humanidades.
- Riveros, M. (2019). *Estrategias didácticas para desarrollar el pensamiento creativo de niños/as de educación inicial en familia comunitaria escolarizada*. Tesis de grado. La Paz – Bolivia: Universidad Mayor de San Andrés, Carrera de Ciencias de la Educación.
- Rodríguez, Francisco y otros (1994). *Introducción a la Metodología de las Investigaciones Sociales*". La Habana. Ed. Política.
- Rodríguez, I. (2007). *Para una sociología de la infancia: aspectos teóricos y metodológicos*. Madrid: CIS.
- Sanz, M. (2003). *“Entrenamiento en Habilidades Sociales aplicado a jóvenes tímidos”*. España: Universidad de Salamanca.
- Seligman, M. (2011). *Guía “Los cinco pasos para la felicidad”*. Estados Unidos: Pensilvania.
- Sepúlveda, C. (2007). *“Abrazoterapia”*. Colombia.
- Torrado, A. (2012). *Taller de abrazoterapia: Técnicas participativas para el trabajo con personas mayores*. Recuperado de:
http://malagaeuropa.eu/Content/source/pdf/20120328132405_379_226.pdf
- Torrado, Ana (2012) *Taller de abrazoterapia: Técnicas participativas para el trabajo con personas mayores*. Jornadas Europeas del Envejecimiento Activo. Taller de Abrazoterapia. Centro Cívico de la Diputación Provincial de Málaga
- Trujillo, C. (2017). *Uso de la metodología juego-trabajo para el desarrollo socio-afectivo de los niños y niñas de 4 a 5 años*. Tesis de Licenciatura en Ciencias de la

Educación, Mención Profesora Parvularia. Quito, Ecuador: Universidad Central del Ecuador, Carrera de Educación Parvularia.

Vallés, A. (1998). *Como desarrollar la autoestima de los hijos*. Madrid: Editorial EOS.

Yapu, M. (2006). *Pautas metodológicas para investigaciones cualitativas y cuantitativas en ciencias sociales y humanas*. La Paz, Bolivia: Universidad para la Investigación Estratégica en Bolivia U-PIEB.

ANEXOS

ANEXO N° 1

Escala de Habilidades Sociales (Para padres/cuidadores) de niñas y niños de 5 años

Nombre:

Persona que responde: Fecha actual: __/__/__

De las siguientes afirmaciones señale cuál es la respuesta que mejor describe los comportamientos habituales de su niño. Elija solo una de las opciones indicadas.

Tenga en cuenta que para responder, debe considerar los comportamientos efectivos del niño, es decir, su COMPORTAMIENTO OBSERVABLE durante los últimos 3 meses. Evite las posibles interpretaciones o inferencias.

Las opciones de respuesta son las siguientes:

NUNCA = 1

ALGUNAS VECES = 2

FRECUENTEMENTE = 3

		Nunca	Algunas veces	Frecuentemente
1	Sonríe y responde a otras personas cuando es oportuno			
2	Saluda y se despide de las personas de un lugar conocido			
3	Se presenta espontáneamente a otros niños y adultos			
4	Hace “pequeños favores” a otros niños			
5	Con otros niños muestra conductas de cortesía utiliza frases como “por favor”, “gracias”, “perdón”)			
6	Suele ser uno de los primeros en acercarse a otros niños que no conoce			
7	Se une al juego de otros niños			
8	Ayuda a un amigo cuando está en dificultades			
9	Ayuda a otros niños en actividades y juegos			
10	Inicia una conversación simple con otros niños			
11	Cuando abandona a un grupo de niños los saluda cordialmente			
12	Se une al dialogo y/o actividades que mantienen otros niños			
13	Participa activamente en actividades y conversaciones con otros niños			
14	Es amable con los adultos conocidos			
15	Menciona halagos para sus padres u otros adultos conocidos (ejemplo, la maestra)			
16	Puede mantener una conversación sencilla con un adulto			

Las preguntas: 1, 2, 5, 6, 11, 14, y 15 miden la habilidad afectiva

Las preguntas: 3, 4, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 16 miden la habilidad social

De manera general la calificación de la puntuación es la siguiente:

Baja	De 16 a 26 puntos
Media	De 27 a 37 puntos
Alta	De 38 a 48 puntos

En la habilidad afectiva la puntuación es la siguiente:

Baja	De 7 a 11 puntos
Media	De 12 a 16 puntos
Alta	De 17 a 21 puntos

En la habilidad social la puntuación es la siguiente:

Baja	De 9 a 14 puntos
Media	De 15 a 21 puntos
Alta	De 22 a 27 puntos

ANEXO N° 2

GUÍA DE ENTREVISTA PARA EDUCADORAS DEL NIVEL INICIAL DE LA UNIDAD EDUCATIVA TOKIO DE LA CIUDAD DE LA PAZ

Años de servicio en la UE: _____

1. ¿Ud acostumbra evaluar las habilidades socioafectivas de los niños/as del nivel inicial?
2. ¿A través de qué instrumento o medio evalúa las habilidades socioafectivas de los niños/as?
3. Según Ud., ¿Qué tan importante es desarrollar las habilidades socioafectivas de los niños/as?
4. ¿Ud conoce o utiliza alguna técnica para estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños/as?
5. ¿Ud conoce la técnica de la abrazoterapia?
6. ¿Cuál es la utilidad de la técnica de la abrazoterapia?
7. ¿Ud cree que la técnica de la abrazoterapia sería pertinente para estimular el desarrollo de las habilidades socioafectivas de los niños/as?