Apuntes de Bioética
Vol. 5 No. 2 (2022): Apuntes de Bioética Vol. 05. N° 2, 89-104
Bioethics and Education

Impact of natural environments on the emotional education of children after the COVID-19 pandemic

Angélica Esther Morales Roncal Independiente. Chiclayo, Perú
María Nery Sampén Díaz Independiente. Chiclayo, Perú

The covid-19 health crisis left a great challenge in relation to the emotional well-being of children, both for parents and for schools. In this sense, it seeks to integrate them back into a real context, recovering what had been suspended: the right to health, education, contact with nature, spontaneous play, free from fear of contagion and the experimentation of positive emotions; characteristic of affection and socialization.

Emotional intelligence is fundamental in human beings because it guarantees a full and healthy lifestyle, which is why the objective of this research is to analyze the impact of natural environments on the emotional education of children, especially after a pandemic context. The result obtained proves that, throughout history, the natural environment contributes to cognitive and emotional development; For this reason, the psycho-pedagogical model of the five socio-emotional competencies that promotes emotional education from schools through playful activities in natural environments has been developed, which favors the development of these competencies and favorable interpersonal ties in children.

Palabras clave: Ambientes naturales; educación emocional; derechos humanos; juego; competencias socioemocionales

Abstract

The covid-19 health crisis left a great challenge in relation to the emotional well-being of children, both for parents and for schools. In this sense, it seeks to integrate them back into a real context, recovering what had been suspended: the right to health, education, contact with nature, spontaneous play, free from fear of contagion and the experimentation of positive emotions; characteristic of affection and socialization.

Emotional intelligence is fundamental in human beings because it guarantees a full and healthy lifestyle, which is why the objective of this research is to analyze the impact of natural environments on the emotional education of children, especially after a pandemic context. The result obtained proves that, throughout history, the natural environment contributes to cognitive and emotional development; For this reason, the psycho-pedagogical model of the five socio-emotional competencies that promotes emotional education from schools through playful activities in natural environments has been developed, which favors the development of these competencies and favorable interpersonal ties in children.

Keywords: Natural Environments; Emotional Education; Human Rights; Play; Socioemotional Competencies

Introducción

Durante el año 2020 el mundo atravesó una crisis sanitaria que obligó a todas las personas a

permanecer en casa, por ende, se negó el acceso a determinados lugares como: escuelas, parques, lugares turísticos que provistos de áreas verdes y de recreación facilitan las emociones positivas, de disfrute, en las personas. En ese contexto, la vida emocional se vio vulnerada y al mismo tiempo mostró su relevancia en el ser humano.

La Organización Mundial de la Salud en el 2019 determinó que un 6,2% de niños menores de 5 años presentaban sobrepeso. Sin embargo, para el año 2020 un 7,5% de niños menores de 5 años ya tenían este problema de salud, es decir, una prevalencia del 2% sobre la población mundial de niños (Organización de las Naciones unidas para la Alimentación y la Agricultura [FAO] et al., 2021). Durante la cuarentena los adolescentes también sufrieron un impacto en sus hábitos alimentarios, estos aumentaron de peso en un 25% de los adolescentes encuestados. Según los datos previos de la pandemia, las cuatro quintas partes de los adolescentes del mundo no realizaban actividad física, al atravesar la crisis sanitaria el sedentarismo y el sobrepeso eran una realidad.

Estos datos representan una evidencia de la forma como la pandemia ha afectado a la población infantil, lo que significa en la dimensión ética una vulneración del derecho a la salud, pues por las restricciones sanitarias establecidas, los niños no mantuvieron un seguimiento de su desarrollo integral, sobre todo emocional. Asimismo, el derecho a la educación, orientada al desarrollo armónico de la personalidad, se restringió, pues el cierre de los colegios dejó a casi un tercio de los niños de todo el mundo, sin acceso a este derecho; se suma además el derecho al juego, aspecto clave en el logro de sus aprendizajes (Ayuda en Acción, 2020).

Según Bueno (2021) señala que los niños que residían en viviendas pequeñas durante la pandemia se han llevado la peor parte, puesto que cerraron los centros de recreación, escuelas, parques infantiles, clubes deportivos e iglesias; espacios que les permitían socializar en ambientes amplios y establecer el contacto con su entorno natural de una manera real. En este sentido, la autora continúa diciendo que, en Uruguay, en abril del 2020, los niños de 6 a 12 años promediaban las 6 horas diarias de exposición a dispositivos electrónicos teniendo un impacto en su integridad y calidad de vida.

En relación con las clases virtuales, un 50% de niños, señalaron haberse sentido agobiados, un 62% se avergonzaba de prender la cámara. Por último, el mayor tiempo conectado a internet o el acceso a gran cantidad de información durante la pandemia ha afectado el estado de ánimo de manera negativa, de acuerdo con lo reportado (Organización de las Naciones Unidas-Mujeres [ONU-Mujeres], 2020).

En el ámbito local, en un colegio particular de Chiclayo (Perú), se observó que en los estudiantes se había generado una sobreexposición a las pantallas por motivo de las clases virtuales, mostrando un deseo constante de usar un aparato electrónico. Sin embargo, con el retorno a la presencialidad, se ha evidenciado la satisfacción emocional de los estudiantes al compartir con sus compañeros actividades académicas en equipos colaborativos y en espacios libres, así como el juego espontáneo en ambientes donde se sienten libres y únicos.

Por esta experiencia, se cree importante demostrar que es necesario el medio natural para conseguir un óptimo desarrollo emocional en los niños, porque como diría Rousseau, “el niño no sabe algo porque se lo hayas dicho sino porque lo ha comprendido” (Gago, 2020) y la mejor forma de aprender sobre nosotros mismos es experimentando situaciones que estimulen nuestras habilidades en un contexto real.

Así, consideramos que la educación debe estar enfocada a la promoción del bienestar integral de los estudiantes, incluyendo todas las dimensiones de la persona, incluyendo las espirituales, sociales y emocionales. Al respecto, el Proyecto Educativo Nacional (PEN) al 2036, considera vital tanto el logro del bienestar socioemocional como una profunda vida espiritual, porque constituyen la base para la formación de valores, principios, talentos, lo que contribuye al desarrollo del

potencial de toda persona (Consejo Nacional de Educación, 2020).

Es preciso indicar que toda persona debe gozar de experiencias educativas con sentido y propósito, de manera que se necesitan de espacios provistos de áreas verdes, donde al respetar y valorar la naturaleza, aseguren su autorrealización y autonomía, clave de la educación socioemocional. Así lo menciona Bisquerra (2007) al afirmar que las áreas verdes y espacios naturales, proporcionan las condiciones para la educación emocional en los niños.

Por tales motivos, esta investigación analiza el impacto de la naturaleza en la educación socioemocional y para lograrlo, en primer lugar, se revisará la importancia del entorno natural en la educación a lo largo de la historia; donde se comprende los beneficios del aire libre en la adquisición de conocimientos y en la formación emocional de los seres humanos.

Posteriormente, se explica los principales modelos sobre educación emocional, la propuesta psicopedagógica con relación al medio ambiente y su impacto en el desarrollo de las competencias socioemocionales.

Para conocer el fundamento de la educación, se recuerda a la escuela clásica en el año 387 a.C. cuando Platón instituye una academia aledaña a un huerto, lo mismo hizo Aristóteles, su discípulo, 52 años más tarde al fundar el Liceo en medio de un huerto desde donde impartía sus clases (Gago, 2020). La característica principal de la escuela clásica era el contacto con la naturaleza, la cual era el objeto de estudio, por lo que conocerla era fundamental para encontrar el sentido del ser humano, por lo tanto, estar en contacto con ella se hacía relevante.

Según Gago (2020) menciona que años más tarde, en la edad media, la educación se vinculó con un estatus social alto, lugares privados y cerrados, donde el protagonismo lo tenía el guía de la clase. En la edad moderna Jean-Jacques Rousseau se enfrentó a un modelo de enseñanza memorístico, alejado de la naturaleza y con modelos artificiales del S. XVII y XVIII, al publicar “Emilio o De La educación” donde fomenta un modelo de educación en relación con el medio natural con el fin de que el niño pueda vivir su propia experiencia y desarrollarse libremente.

Así mismo, García-Sampedro (2019) comenta que Comenio, un pionero en pedagogía, hacia el año 1670 presentaba en sus escritos ejemplos sobre buenas prácticas educativas en ambientes abiertos. Además, introdujo el concepto del adulto como un guía en el proceso educativo, idea innovadora que se mantiene en educadores que promueven actividades educativas al aire libre.

Freire (2011) en su libro educar en verde, señala que en la actualidad existe un predominio tecnológico que ha propiciado un estilo de vida sedentario en los niños y trae consigo enfermedades como la obesidad, problemas musculares, agresividad, depresión, etc. Diferentes afecciones físicas y psicológicas que, entre otras causas, se encuentra la falta de contacto con la naturaleza. Ante esta situación se propone, como alternativa de solución, promover actividades al aire libre (deporte, paseos, etc.), porque facilitan la segregación de hormonas como la serotonina o llamada también de la “felicidad” que contribuye a equilibrar el estado emocional.

La educación emocional busca que los niños sean conscientes de sus propias emociones, aprendan a regularlas y a gestionarlas adecuadamente ante diferentes situaciones individuales y grupales. En ese sentido, la naturaleza provee al ser humano un espacio de reconocimiento de sí mismo, donde él tiene un lugar y una responsabilidad de cuidado del resto de la creación, produciendo así reacciones emocionales de armonía, aceptación y equilibrio con todo lo que le rodea.

Si el aprendizaje de los contenidos curriculares en medio de la naturaleza se optimiza, con mayor razón la educación de las emociones puede alcanzar resultados importantes, dado que esta permite la expresión y manejo emocional ante dificultades del entorno o con los compañeros. En este sentido, cabe resaltar la importancia de generar espacios de aprendizaje fuera del aula con el propósito de estimular aquellos aspectos socioemocionales que se vulneraron durante estos dos

años de confinamiento: la salud mental, el juego, la educación en ambientes apropiados para el desarrollo integral de los niños.

La educación socioemocional es una propuesta educativa a la problemática social actual que no están atendidas íntegramente en las escuelas. La ansiedad, el estrés, la depresión y la violencia son algunas de las problemáticas que demuestran la importancia de atender la integridad de la persona desde sus edades más tempranas y es justamente la educación emocional la que propone el desarrollo de competencias socioemocionales, que son básicas para la vida (Bisquerra, 2012).

A lo largo del tiempo se ha venido estudiando las emociones a través de modelos teóricos como el de inteligencia emocional de Salovey y Mayer en 1990, planteamiento que reconocía a la persona como un "pensador con corazón", es decir, capaz de percibir, regular y expresar sus emociones adecuadamente. Asimismo, en 1995 apareció el modelo de inteligencia emocional de Daniel Goleman; quien establece la existencia de un cociente emocional como complemento del cociente intelectual y donde añade componentes emocionales como el de motivación y empatía (Salovey, Mayer & Caruso, 2004).

En 1997, Reuven Bar-On plantea el modelo de inteligencia emocional, que se estructura de la siguiente manera: habilidades intrapersonales, donde se encuentran la autoconciencia emocional, asertividad, autoestima, autoactualización e independencia; habilidades interpersonales, en este grupo se encuentra la empatía, relaciones interpersonales y responsabilidades sociales; adaptabilidad, dentro de este factor está la solución de problemas, comprobación de la realidad y flexibilidad; manejo de estrés, en este aspecto encontramos la tolerancia al estrés y regulación de impulsos y finalmente el estado de ánimo general, en el cual encontramos la felicidad y optimismo (Bar-On, R, 2006).

Al respecto, Díaz (2014) señala que este modelo resalta conceptos que otras investigaciones dejan de lado en la inteligencia emocional, como el concepto de optimismo, flexibilidad y contraste de la realidad, según el autor, es un modelo que completa de alguna manera los modelos más estudiados como el de Mayer y Salovey y Daniel Goleman y permite enriquecer y conocer de manera significativa el concepto de inteligencia emocional.

2.1 . Modelo de competencias socioemocionales del Grupo de investigación y orientación psicopedagógica (GROP)

El modelo de competencias socioemocionales plantea que la educación emocional o la formación en la competencia socioemocional, es la base para una convivencia y bienestar personal, por lo que se hace necesaria su presencia constante en la práctica educativa de manera intencional y planificada (Bisquerra & Pérez-Escoda, 2007).

Este modelo psicopedagógico, a diferencia de los modelos anteriores, se analiza con preferencia situaciones emocionales que influyen en el ámbito educativo y además propone una definición de competencia emocional basada en aspectos propuestos por los modelos de inteligencia emocional, por ello considera a la competencia emocional como el "conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales" (Bisquerra & Pérez-Escoda, 2007).

Según Bisquerra y Pérez (2007) este modelo se estructura en cinco bloques de competencias:

Bloque 1: conciencia emocional, es la capacidad para tomar conciencia de las emociones, de las propias emociones y de los demás, y detectar el clima emocional de un contexto determinado. Además, incluye micro competencias como: Toma de conciencia de las propias emociones, dar nombre a las emociones (uso del vocabulario emocional), empatía (comprender las emociones de los demás), tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento, detectar creencias que inciden en la vida, concentración y finalmente la conciencia ética y moral.

Bloque 2: regulación emocional, es la capacidad para manejar y gestionar las emociones de forma apropiada. En este bloque se encuentran las siguientes competencias: expresión emocional apropiada, regulación de emociones y sentimientos, regulación emocional con conciencia ética y moral, regulación de la ira para la prevención de violencia, tolerancia a la frustración, estrategias de afrontamiento y competencia para autogenerar emociones positivas.

Bloque 3: autonomía emocional, es el conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal. Incluyen las siguientes micro competencias: autoestima, motivación, autoeficacia, responsabilidad, actitud positiva, pensamiento crítico, análisis crítico de normas sociales, asumir valores éticos y morales y finalmente la resiliencia.

Bloque 4: competencia social, es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas, esta competencia incluye: dominar las habilidades sociales básicas(agradecimiento, pedir disculpas, mantener una actitud dialogante), respeto por los demás, practicar la comunicación receptiva (atender los gestos), practicar la emoción expresiva (iniciar y mantener una conversación, etc.), compartir emociones, comportamiento prosocial y cooperación, trabajo en equipo, asertividad, prevención y solución de conflictos, la capacidad de gestionar situaciones emocionales y por último el liderazgo emocional.

Bloque 5: Competencias para la vida y el bienestar es la capacidad para afrontar satisfactoriamente, los desafíos diarios de la vida, las competencias de este grupo son: fijar objetivos adaptativos, tomar decisiones, buscar ayuda y recursos, ejercer la ciudadanía activa, sentir bienestar emocional, fluir, sentir emociones estéticas.

Este modelo de competencias sociales y emocionales pone énfasis en la educación emocional para realizar intervenciones orientadas hacia la prevención y el desarrollo humano.

Esta propuesta psicopedagógica que da el GROP, nos ha permitido ser conscientes de la falta de educación emocional que han sufrido los niños confinados durante mucho tiempo, puesto que requerían de la estimulación social entre sus iguales, aprender a relacionarse en la diversidad, a respetar a los demás; así como a gestionar la ansiedad del nuevo grado, el estrés de una nueva tarea, etc. Competencias importantes para la vida, que se han dejado de desarrollar durante la crisis sanitaria que se ha vivido.

Figura 1

Competencias socioemocionales según el Grupo de Investigación en Orientación P sicopedagógica (GROP)



Fuente:Bisquerra y Pérez (2007).

Los espacios con áreas verdes son los lugares más utilizados para jugar, como los parques, los bosques, los jardines, porque generan climas de complicidad y alegría, lo que favorece relaciones saludables. Galyer y Evans (2001) refieren que en Nueva Zelanda un grupo de psicólogos observó que los niños que jugaban con sus cuidadoras mostraban mejor disposición ante las dificultades durante el juego simbólico y no lo interrumpían a diferencia de aquellos que no jugaban. El juego es una de las actividades más importantes para la regulación emocional, y un medio terapéutico para fomentar habilidades de autorregulación.

Por este motivo, jugar es una forma de mantener una actitud positiva ante la vida, en palabras de George Bernard, “no dejamos de jugar porque envejecemos, envejecemos porque dejamos de jugar” (Freire, s.f). Mantener actividades espontáneas, creativas con el único objetivo de disfrutarlas, disminuye el estrés, la ansiedad que se generan por el exceso de actividades y el sedentarismo tan arraigados en la actualidad.

Mari luz Díaz en una entrevista para un canal de televisión español “para todos la 2” manifiesta que el entorno natural o medioambiente favorece a que los niños se desenvuelvan con libertad, generando momentos de esparcimiento. Estas condiciones facilitan el aprendizaje y generan estados de ánimo estables que contribuyen a las relaciones interpersonales (Pfeffer, et al.,2014).

Así mismo, a nivel individual el juego espontáneo tiene grandes beneficios, permite estimular el desarrollo cerebral, fomenta el pensamiento creativo, mejora la salud física, la comunicación, aumenta la autoestima y la resiliencia. Además, el niño aprende sobre el mundo y su rol en él (Freire, 2011).

La resiliencia es una capacidad que se desarrolla al poner a prueba su actitud para resolver problemas muy comunes en el juego y sobre todo en el juego compartido. Además, el hecho de asumir retos dentro del juego aumenta la confianza de sí mismo, aumenta su potencial y le hace sentirse capaz. Por ello es necesario ante la constante autoevaluación de los niños.

Durante la pandemia se ha producido un exceso en el uso de redes sociales, donde el autoconcepto se pone en duda y se generaliza a todas las capacidades, por eso es importante desarrollar la autoestima a través de actividades lúdicas y en ambientes donde se puedan reconocer valiosos y capaces.

Por otro lado, cabe destacar la importancia de la actitud de los padres frente al juego de los niños. Por ejemplo, la apertura cuando permiten que ellos organicen el juego repartiendo roles, la capacidad de observación para descubrir la forma de su juego y posteriormente estimularlo, la comprensión y aceptación de la singularidad del niño cuando no logra integrarse a un tipo de juego con los compañeros o amigos. Todo ello ayuda a los padres en el acompañamiento del desarrollo de sus hijos. Sin embargo, el instinto natural a jugar del niño se puede extinguir, entre otras causas están la urbanización de la vida, la tecnología, las redes sociales, videojuegos, etc.

En este sentido, es importante cuidar los espacios con áreas verdes, para fomentar el juego al aire libre, un juego que sea espontáneo y que responda a la individualidad de cada niño, sin presión de los adultos. Es necesario que los padres de familia cuiden el juego de los niños, minimicen el uso de pantallas, creen espacios de juego con sus hijos y los mantengan como tradiciones familiares, sobre todo ahora que vamos saliendo de una crisis sanitaria que ha obligado el encierro y ha generado miedo. Así, en las escuelas se sugiere crear ambientes donde los niños continúen desarrollando su necesidad de jugar, donde se sientan libres, responsables de sí mismos y de los demás.

1. **Los ambientes naturales y la educación**
2. **La educación emocional**
3. **El juego y la educación emocional**
4. **Los ambientes naturales y la educación emocional**

Antonio Damasio, un reconocido neurocientífico portugués, ha demostrado que la cognición está directamente conectada a la emoción y esta última a las sensaciones del cuerpo, por lo tanto, nuestro entorno físico influye en lo que pensamos (Von, 2020). Así mismo, Rousseau menciona que el lugar natural del niño es la naturaleza y se muestra contrario a la postura del adulto en buscar modelos artificiales para el desarrollo cognitivo y emocional de este. (García-Sampedro, 2019). En consecuencia, los ambientes naturales influyen en las experiencias emocionales y pueden ser espacios donde se enseñe a los niños a autogestionar sus emociones y sentimientos.

Odile Rodríguez de la Fuente, directora de la Fundación Félix Rodríguez de la Fuente, afirma que, en los niños, la educación al aire libre impulsa la creatividad, fortalece la autoestima, desarrolla la empatía y fomenta un espíritu emprendedor (Terol, 2015). Estas competencias socioemocionales se han visto reflejadas en un modelo educativo que se lleva a cabo en Bosquescuelas, metodología educativa que se aplica en países como España, Alemania y Dinamarca.

La Bosquescuela nace en Dinamarca y tiene como finalidad contextualizar el currículo en espacios naturales y está basada en cuatro pilares, uno de ellos es el juego libre, que permite a los niños elegir con quién y donde jugar, explorando diferentes áreas naturales de forma autónoma. El segundo, las clases siempre se desarrollan en la naturaleza. El tercer pilar es prever excursiones semanales fuera del centro, a municipios cercanos, bibliotecas, etc. El último es fomentar el diálogo. Esta pedagogía ayuda a los niños a ir descubriendo sus potencialidades.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) en la agenda al 2030, a través de los 17 objetivos de desarrollo sostenible (ODS), plantea la necesidad de transformar el mundo. El ODS 4 referente a la educación inclusiva y de calidad, destaca entre otras finalidades asegurar que todos los alumnos:

adquieran los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para promover el desarrollo sostenible, entre otras cosas, mediante la educación y los estilos de vida sostenibles, los derechos humanos, la igualdad de género, la promoción de una cultura de paz … y la valoración de la diversidad cultural. (ONU, 2015, párr. 7)

Así mismo, el ODS 15 plantea la vida de ecosistemas terrestres y esto implica una educación y cultura ambiental, de manera que las próximas generaciones puedan actuar en relación con la sostenibilidad del medio ambiente. Según Morales, Sánchez y Santana (2021) refieren que estos

objetivos solo serán posibles a través de una educación ecosocial transformadora. Es decir, según la Declaración de Tbilisi, la educación ambiental debería suscitar una vinculación más estrecha entre los procesos educativos y la realidad. Para ello es preciso conjugar las competencias para la vida desde la educación emocional con la inteligencia ecológica.

Del mismo modo, Soler y Conagala (2013), acuñan esta relación a través del término “ecología emocional”. Es decir, es preciso concretar qué es la naturaleza para el hombre y qué representación se hace de ella; así como identificar las emociones que pueden llegar a generar conductas sostenibles.

En este sentido, Morales et al. (2021) realizaron una investigación en 117 estudiantes donde les pedían que realicen un dibujo sobre el medio ambiente asociándolos al tipo de emoción que manifestaban, se observó que las personas con mayor cuidado del entorno natural se muestran con calma y serenidad mientras que aquellas con mayor despreocupación de él se muestran más agobiados, angustiados, etc. Así se concluye que existe relación entre la representación del medio ambiente en contacto, las emociones positivas, y la adecuada relación con las personas.

En esta línea, en España algunas comunidades educativas están creando espacios que los denominan patios verdes para los niños; y con la finalidad de incentivar estas iniciativas, la comunidad de Madrid ha declarado el día 12 y 13 de mayo de cada año como “jornadas de renaturalización de los espacios educativos” donde celebran la conexión de los niños con la naturaleza y el cuidado del medio ambiente (Oliver, 2021). Esta buena práctica educativa se extiende en la realidad peruana desde un colegio privado de Chiclayo, donde se ha participado de la ejecución del proyecto “Nature at home” o “Naturaleza en casa” donde con gran entusiasmo los estudiantes participaron de la construcción de un biohuerto vertical; cada estudiante con un alto espíritu de responsabilidad lleva al colegio una planta según su preferencia. Se observa el compromiso asumido por los estudiantes de cuidar el desarrollo de dicha planta y se aprovechan estos espacios para brindar las clases de algunas áreas curriculares, sobre todo las áreas de Ciencias y humanidades. Todas estas acciones las realizan conscientes de los efectos positivos del contacto con la naturaleza y sobre todo el impacto emocional: tranquilidad, paz interior, etc. En consecuencia, hay una ganancia para la sociedad al tener ciudadanos saludables física y emocionalmente.

En esta línea, Martínez-Soto et al. (2016) desarrollaron una investigación de revisión sobre los efectos psico-ambientales de las áreas verdes en la salud mental, encontrando que los ambientes naturales tienen efectos favorables, puesto que reducen la fatiga mental, mejora el funcionamiento cognitivo, superación del estrés, cambios positivos en los estados emocionales, mejora la cohesión social, incrementan la productividad y eficacia, optimiza el desarrollo cognitivo de los niños mejorando su concentración y autodisciplina.

Estas investigaciones demuestran la importancia de “renaturalizar” las escuelas, como una solución a la problemática que atraviesan los niños, después de una pandemia como la de covid-19. Nos impulsa involucrar a los niños al contacto con la naturaleza, como una forma de devolverles el derecho a recibir educación en ambientes adecuados que les ayuden cognitiva y emocionalmente; a recuperar su salud tanto física como mental, promoviendo una relación sana consigo mismos y con los demás; devolviéndoles su derecho al juego en un ambiente amplio, natural y libre de prejuicios; con el único propósito de formar personas con estados de ánimo saludables que sean conscientes de buscar, cada vez que lo requieran, espacios que les ayuden a regular sus emociones, a socializar de manera real, reduciendo el uso de pantallas y fortaleciendo sus redes de apoyo. Que se atrevan en el mundo real a verse en la mirada del otro, reconocer en ella su misma naturaleza humana y fruto de ello, fomentar lazos de respeto, integración y responsabilidad.

Conclusiones

Atendiendo al objetivo de la investigación se ha llegado a las siguientes conclusiones:

Los modelos teóricos sobre inteligencia y educación emocional afirman la importancia de la educación en competencias socioemocionales como un aspecto fundamental en el desarrollo del ser humano y el manejo del estrés y la ansiedad. Así mismo señalan que estas habilidades se suelen desarrollar en ambientes naturales puesto que promueven emociones positivas y fortalecen las relaciones humanas a través de diferentes actividades lúdicas y académicas.

El juego libre y espontáneo es una actividad que debe cuidarse como parte del desarrollo de los niños, es decir que deben contar con un ambiente natural que les ayude a estimular su desarrollo cerebral y poner en práctica sus habilidades socioemocionales como garantía de un estilo de vida pleno y saludable.

La pandemia del covid-19 obligó al confinamiento, cerrando espacios recreativos, escuelas y obstaculizó el adecuado acompañamiento socioemocional y cognitivo de los niños vulnerando sus derechos a la salud, la educación y el juego.

La propuesta psicopedagógica de desarrollo de competencias socioemocionales del grupo de investigación de psicopedagogía (GROP) de la Universidad de Barcelona explica la importancia de la educación emocional como una propuesta educativa, que ayuda a prevenir la violencia, es decir promueve la salud mental, la educación a través del juego y en ambientes naturales, desarrollando vínculos interpersonales saludables en los niños.

Referencias

Ayuda en Acción (2020). *Los derechos de la infancia más afectados por la COVID-19.* https://bit.ly/3WAJJCq

Bar-On, R. (2006). El modelo Bar-On de inteligencia emocional-social (ESI). *Psicothema*, 18, supl., 13-25. https://bit.ly/3EvkfR7

Bisquerra, R. & García, E. (2018). La educación emocional requiere formación del profesorado. *Revista del consejo escolar del estado. Participación educación emocional y convivencia*. 5(8). https://bit.ly/3TtyZ7t

Bisquerra, R. & Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias socioemocionales. *Revista de educación XX1*. Vol 10 pp. 61-82. https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297

Bisquerra, R. (2012). Educación emocional. *Padres Y Maestros / JournalofParents and Teachers*. (337), 5-8. https://bit.ly/3VfF6hn

Bueno, M. (2021). Obesidad infantil en tiempos de COVID-19. *Revista de especialidad de endocrinología pediátrica 2021*.12(1). https://bit.ly/3ejpglc

Consejo Nacional de Educación (2020). Proyecto Educativo Nacional-2036. *El Reto de la Ciudadanía Plena*. Lima: CNE. https://bit.ly/3VfZw9U

Díaz, M. (28 de marzo de 2014). *El tercer gran modelo de Inteligencia Emocional: Reuven Bar-On. Miguel Angel Díaz*. https://bit.ly/3MlxBkF

Freire, H. (2011). Educar en verde. Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza. Barcelona, España: Graó.

Freire. H (s.f). *Guía completa para guardianas del juego. Aprende a revitalizar, acompañar y cuidar*

el instinto de juego [PDF]. https://bit.ly/3AHraDZ

Gago, G. (2020). Educación en las emociones a través del contacto con el entorno natural. Universidad de Valladolid. Trabajo de fin de grado. https://bit.ly/3CKQw5q

Galyer, K. & Evans, I. (2001) Pretend Play and the Development of Emotion Regulation in Preschool Children. *Early Child Development and Care*. 166:1, 93-108, DOI: 10.1080/0300443011660108

García-Sampedro, M. (2019). «Outdoor learning»: revisión histórica. Proyecto Learning Outside the Classroom. *Revista Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers,* (379), 6-11. https://bit.ly/3RRYNsr

Martínez-Soto, J., Montero y López-Lena, M. & De la Roca, J. (2016). Efectos psico-ambientales de las áreas verdes en la salud mental. *Revista Interamericana de Psicología.* Vol 50, p. 204-214. https://bit.ly/3EwCAx7

Morales, A., Sánchez, L. & Santana, D. (2021). Agenda 2020 y representación socioemocional del medio ambiente en la Educación Primaria. https://doi.org/10.7203/dces.41.19413

Oliver, D. (2021). Patios escolares: espacios verdes para una mejor salud mental y física de los niños. *Diario El país*. https://bit.ly/3VjXqFM

Organización de las Naciones Unidas (2015). Transformar nuestro mundo. Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. https://bit.ly/2APa8W3

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola. Organización Panamericana de la Salud. Programa Mundial de Alimentos. Fondo de las Naciones Unidas para la infancia. (2021). Panorama regional de la seguridad alimentaria y nutricional -América Latina y el Caribe 2021: *Estadísticas y tendencias. Santiago de Chile, FAQ*. https://doi.org/10.4060/cb7497es

Organización de las Naciones Unidas-Mujeres (2020). El mundo para las mujeres y niñas. Informe anual 2019-2020. https://bit.ly/3rH4eA1

Pfeffer, D., Jones, D., et al (Productores) (2014). Educación emocional en la Naturaleza (Episodio). RTVE, Para todos la 2.

Salovey, P., Mayer, J. & Caruso, D. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Finding, and Implications. Psychological Inquiry Vol. 15, No. 3, 197-215. Recuperado de https://bit.ly/3Vv7knY

Soler, J. & Conagala, M. (2013). *Ecología emocional*. Amat Editorial.

Terol, E. (2015). La naturaleza es el aula, noticias sobre el medio ambiente. https://bit.ly/3SPRN0w

Von, A. (2020). Affect, emotion and ecocriticim. *Econozon@*. 11(2). https://doi.org/10.37536/ECOZONA.2020.11.2.3510

References

1. Ayuda en Acción (2020). Los derechos de la infancia más afectados por la COVID-19. https://bit.ly/3WAJJCq
2. Bar-On, R. (2006). El modelo Bar-On de inteligencia emocional-social (ESI). Psicothema, 18, supl., 13-25. https://bit.ly/3EvkfR7
3. Bisquerra, R. & García, E. (2018). La educación emocional requiere formación del

profesorado. Revista del consejo escolar del estado. Participación educación emocional y convivencia. 5(8). https://bit.ly/3TtyZ7t

4. Bisquerra, R. & Pérez-Escoda, N. (2007). Las competencias socioemocionales. Revista de educación XX1. Vol 10 pp. 61-82. https://doi.org/10.5944/educxx1.1.10.297
5. Bisquerra, R. (2012). Educación emocional. Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers. (337), 5-8. https://bit.ly/3VfF6hn
6. Bueno, M. (2021). Obesidad infantil en tiempos de COVID-19. Revista de especialidad de endocrinología pediátrica 2021.12(1). https://bit.ly/3ejpglc
7. Consejo Nacional de Educación (2020). Proyecto Educativo Nacional-2036. El Reto de la Ciudadanía Plena. Lima: CNE. https://bit.ly/3VfZw9U
8. Díaz, M. (28 de marzo de 2014). El tercer gran modelo de Inteligencia Emocional: Reuven Bar-On. Miguel Angel Díaz. https://bit.ly/3MlxBkF
9. Freire, H. (2011). Educar en verde. Ideas para acercar a niños y niñas a la naturaleza. Barcelona, España: Graó.
10. Freire. H (s.f). Guía completa para guardianas del juego. Aprende a revitalizar, acompañar y cuidar el instinto de juego [PDF]. https://bit.ly/3AHraDZ
11. Gago, G. (2020). Educación en las emociones a través del contacto con el entorno natural. Universidad de Valladolid. Trabajo de fin de grado. https://bit.ly/3CKQw5q
12. Galyer, K. & Evans, I. (2001) Pretend Play and the Development of Emotion Regulation in Preschool Children. Early Child Development and Care. 166:1, 93-108, DOI: 10.1080/0300443011660108
13. García-Sampedro, M. (2019). «Outdoor learning»: revisión histórica. Proyecto Learning Outside the Classroom. Revista Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers, (379), 6-11. https://bit.ly/3RRYNsr
14. Martínez-Soto, J., Montero y López-Lena, M. & De la Roca, J. (2016). Efectos psico-ambientales de las áreas verdes en la salud mental. Revista Interamericana de Psicología. Vol 50, p. 204-214. https://bit.ly/3EwCAx7
15. Morales, A., Sánchez, L. & Santana, D. (2021). Agenda 2020 y representación socioemocional del medio ambiente en la Educación Primaria. https://doi.org/10.7203/dces.41.19413
16. Oliver, D. (2021). Patios escolares: espacios verdes para una mejor salud mental y física de los niños. Diario El país. https://bit.ly/3VjXqFM
17. Organización de las Naciones Unidas (2015). Transformar nuestro mundo. Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. https://bit.ly/2APa8W3
18. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola. Organización Panamericana de la Salud. Programa Mundial de Alimentos. Fondo de las Naciones Unidas para la infancia. (2021). Panorama regional de la seguridad alimentaria y nutricional -América Latina y el Caribe 2021: Estadísticas y tendencias. Santiago de Chile, FAQ. https://doi.org/10.4060/cb7497es
19. Organización de las Naciones Unidas-Mujeres (2020). El mundo para las mujeres y niñas. Informe anual 2019-2020. https://bit.ly/3rH4eA1
20. Pfeffer, D., Jones, D., et al (Productores) (2014). Educación emocional en la Naturaleza (Episodio). RTVE, Para todos la 2.
21. Salovey, P., Mayer, J. & Caruso, D. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Finding, and Implications. Psychological Inquiry Vol. 15, No. 3, 197-215. Recuperado de https://bit.ly/3Vv7knY
22. Soler, J. & Conagala, M. (2013). Ecología emocional. Amat Editorial.
23. Terol, E. (2015). La naturaleza es el aula, noticias sobre el medio ambiente. https://bit.ly/3SPRN0w
24. Von, A. (2020). Affect, emotion and ecocriticim. Econozon@. 11(2). https://doi.org/10.37536/ECOZONA.2020.11.2.3510