Enseñar a los niños a manejar sus emociones

03/08/2017

Zárate, responsable del proyecto y la edil de Juventud | Jesús Cruces.

La sociedad está cada vez más sumergida en el mundo de la tecnología, muchos jóvenes parecen estar más pendientes de los teléfonos móviles que del mundo que les rodea; hay niños que se encierran en sí mismos y no hablan con sus padres sobre sus sentimientos e inseguridades. Estas son algunas de las razones por las que **la Concejalía de Juventud organiza por segundo año consecutivo el programa de educación emocional titulado "Aprender la Emoción"** para niños de entre **9 y 12 años**. A cargo de este proyecto está Alejandro Zárate, quien indica que el objetivo es "**ayudar a prevenir problemas en los menores**, asentar unas bases para conseguir que los niños se abran, **que sepan afrontar los cambios**, **acabar con el acoso escolar desde la prevención**, pero también se trabaja el fracaso escolar, las dificultades de aprendizaje, la afectividad sexual, entre otros. Lo principal es que los pequeños sepan manejar sus emociones".

Este es un **programa gratuito organizado por el Ayuntamiento de Elda** que se realizará entre los meses **octubre y noviembre** en el Centro Cívico y que acogerá a unos **50 menores** en grupos reducidos de unas 12 personas en sesiones de cerca de dos **horas semanales.** Los escolares aprenderán a manejar sus sentimientos y a expresarse no solo entre ellos sino con sus padres. **El plazo de inscripción finaliza el 28 de septiembre en el Centro Cívico**.

A cargo de "Aprender la emoción" se encuentra el

psicólogo Alejandro Zárate y su equipo. Para escoger a los niños que más necesitan esta atención **los psicólogos hablan con los familiares y sus centros** escolares y así conocer cada caso. El osicólogo explica que **en la mitad del programa se vuelven a reunir con los padres para conocer su opinión sobre la evolución de sus hijos** "para comprobar la evolución y ver si el programa es efectivo o se debe cambiar algo".

En cada sesión los protagonistas son los niños. Son **clases dinámicas, cercanas, didácticas pero lúdicas** para llegar a los pequeños. Durante dos meses se trabaja el **autoconocimiento** para que sepan **tomar mejores decisiones** y no se dejen influir; que tengan **autocontrol** para manejar reacciones intensas (rabietas); la **empatía** para que aprendan a ponerse en el lugar de otra persona; la **asertividad**para actuar de manera adecuada en cada situación y la**motivación**y la resolución de conflictos, entre otros.

Tras el **éxito de su prueba piloto en 2016** para menores de entre 12 y 14 años, han decido centrarse en los más pequeños para trabajar la prevención de problemas como son el **acoso, el fracaso escolar y la falta de motivación y autoestima.**

"Lo principal es que se conozcan para **no dejarse influenciar y ser autónomos**", explica Zárate. Pero, indica, que en muchas ocasiones **el problema también está en la falta de comunicación con los padres** y por ello se trabaja con los progenitores para "**enseñar a los adultos a comunicarse, a crear un ambiente de confianza con sus hijos** pues hay ocasiones en las que estos no saben cómo abordar ciertos temas". Zárate afirma que "**el cambio en los menores es palpable desde la primera sesión a la última**. Es asombroso, como profesores y psicólogos nos llena mucho".

La edil de Juventud, Laura Rizo, señala que al acceder a la concejalía tenía claro que quería desarrollar este proyecto "porque **no todo es ocio y tiempo libre**, debemos formar a los jóvenes para que en el futuro sean buenos seres humanos. Es paradójico porque **aunque hay redes sociales que aparentemente unen, pero emocionalmente estamos muy desconectados**. Paseas por Elda y ves en la plaza del Zapatero a un grupo de niños que en lugar de hablar entre ellos están con el móvil, eso me hace preguntarme ¿qué tipo de personas serán en el futuro? La tecnología avanza muy rápido y no sé si la sociedad está preparada".

Rizo espera que este programa continúe "**esté quien esté en la alcaldía, lo importante son los niños y conseguiremos un entramado social muy humano**", concluye.