

Llevar educación emocional a escuelas y comunidades de BCS

Posted on 11 de agosto de 2024 by Diario Humano



La educación emocional, pieza clave para afrontar situaciones de desequilibrio emocional y prevenir el desgaste psicológico

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. –De acuerdo a las y los expertos en conducta humana, si un niño, niña o joven aprende a conocer, reconocer y gestionar sus emociones, puede mejorar su pensamiento efectivo y le será más fácil afrontar una situación de desequilibrio emocional que lo saque de su zona de confort, sea por enojo, miedo o alguna otra emoción.

Es por ello que la Procuraduría General de Justicia del Estado (PGJE) de Baja California Sur, a través de la Dirección de Prevención de Delito y Servicio a la Comunidad lleva a la población infantil y juvenil y adulta pláticas sobre la importancia de las emociones, llegando a 1 mil 323 personas en los municipios de La Paz y Los Cabos; en el marco de la estrategia “Échale Montón”.

Pedro Alba Susarrey, director de Prevención del Delito y Servicio a la Comunidad informó lo anterior y agregó que de enero a julio llevaron pláticas sobre este importante tema a 11 escuelas de nivel básico, 3 Centros de Desarrollo Comunitario, Comités de Vecino Vigilante en diversas colonias, a Casa Cuna Casa Hogar y en la Escuela Normal Urbana.

De acuerdo a la psicóloga de esta dirección, Itzel Pérez Castro, la educación emocional ayuda al desarrollo personal de los niños y niñas y a crear las condiciones correctas para la adquisición de conocimientos.

De ahí la importancia de conocer y reconocer las emociones desde temprana edad, pues éstas están presentes en todos los ámbitos y momentos de la vida de las personas.

Alba Susarrey destacó que la Dirección de Prevención del Delito y Servicio a la Comunidad se sumó a las estrategias “Párale a la Violencia” y “Échale Montón” impulsadas por el Gobierno del Estado y es a través de las pláticas preventivas “Mis emociones” y “Soy adolescente: mis cambios físicos y emocionales”, que se muestra a las y los participantes, cómo el control emocional ayuda a manejar mejor los problemas, disminuyendo el desgaste psicológico para hacer frente a las dificultades a las que se enfrentan cada día, eligiendo cómo y cuándo expresarlas, colaborando a generar una cultura de diálogo y relaciones interpersonales respetuosas.