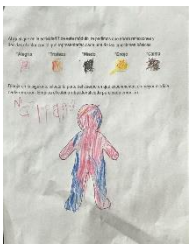
- Que las personas sean conscientes de sus propias emociones.

Para algunos adultos nos es difícil reconocer y nombrar las emociones, por ello en el nivel preescolar se presenta la situación de conflicto y expresiones negativas. Es por ello que considero como docentes debemos dar prioridad a la educación socioemocional para que NN, desde edad temprana sepan nombrar y reconocer las emociones, ya que es fundamental para mejorar nuestro día con día y nuestro entorno inmediato. Propongo diseñar, desarrollar y evaluar actividades auténticas, de su diario vivir que apoyen a identificar las expresiones corporales y sentimientos, las interpretaciones o valoraciones que hacemos. Así como identificar la parte de cuerpo en la experimentamos en mayor medida las emociones dentro de un ambiente agradable, libre de violencia y en un trabajo colaborativo, donde todos podamos dar nuestra opinión y participar activamente en las actividades a través de juegos, cuentos donde aprendan a tranquilizarse con ayuda de la relajación, respiración, que sepan identificar dentro de su cuerpo sus emociones y poco a poco con el trabajo frecuente y cotidiano logremos regular nuestras emociones de manera positiva. Como dice: Víctor Franco "cuando las cosas están bien disfrútalas, cuando las cosas estén mal transfórmalas y cuando las cosas no se puedan transformar transfórmate tú".

Aquí un ejemplo de actividades que nos sugiere la guía de actividades de desarrollo socioemocional par el contexto escolar preescolar. Primaria y secundaria, así como las referencias bibliográficas.
https://www.youtube.com/watch?v=phQMsDS3PLY .
https://www.youtube.com/watch?v=BtRf9MFpB2s
https://www.youtube.com/watch?v=BtRf9MFpB2s