

**ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA**



**TITULO**

**El juego simbólico como estrategia para la identificación y autorregulación de emociones en niños de 2° de preescolar**

**MODALIDAD**

**TESIS DE INVESTIGACIÓN**

**QUE PARA SUSTENTAR EXAMEN PROFESIONAL  
Y OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**PRESENTA**

**LIZBETH ARELY GÓMEZ GONZÁLEZ**

**ASESOR(A)**

**MTRA: SONIA VALDES VILLAFANA**

**TOLUCA, MÉXICO, JULIO 2020.**

## DEDICATORIAS

**A mis papás**, por tener su apoyo incondicional durante toda mi carrera, por ayudarme a construir mi material cuando me voy de práctica, por confiar en mí, por motivarme incluso en los momentos en los que bajaba la guardia, por darme estudios, por eso y muchas cosas más

**A mi hermano** por dame su apoyo, por ayudarme cuando lo necesite, por motivarme para terminar mi carrera, por darme consejos cuando no sabia que hacer.

**A mi sobrino** quien fue la personita que me ayudo a no estar tan estresada, por su amor incondicional hacia mí, por darme un abrazo cuando más lo necesite, y por no dejarme sola, solo con una sonrisa me alegraba el día.

**A Dios** por permitirme tener la experiencia de estudiar esta carrera, por tener un apoyo en los momentos difíciles, por permitirme llegar hasta aquí.

Me has permitido crecer como persona, me has dado la oportunidad de ser alguien en la vida.

**A mis maestros**, quienes compartieron conmigo sus conocimientos, y experiencias, por brindarme apoyo cuando tenia dudas, por creer en mi para ser una buena maestra, por contagiarme de amor y pasión por la docencia, y por ser un ejemplo a seguir.

**A mi asesora** por brindarme su apoyo y ayuda para realizar mi trabajo de investigación, por acompañarme en este proceso, por tener paciencia y además compromiso, porque las dos aprendimos, y este fruto es de ambas.

# Índice

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	5
<b>ELECCIÓN DE COMPETENCIAS</b> .....	7
<b>TEMA DE ESTUDIO</b> .....	9
<b>CONTEXTUALIZACIÓN</b> .....	11
<b>CAPITULO 1. COMPRENSIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	12
<b>1.1 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	13
1.1.1 Contexto social .....	14
1.1.2 Contexto institucional .....	14
1.1.3 Contexto áulico .....	15
<b>1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	18
<b>1.3 JUSTIFICACIÓN</b> .....	21
<b>1.4 IMPACTO SOCIAL</b> .....	23
<b>1.5 OBJETIVOS</b> .....	24
1.5.1 Objetivo general .....	24
1.5.2 Objetivos específicos.....	24
<b>1.6 HIPÓTESIS O SUPUESTO</b> .....	24
<b>CAPÍTULO II. EJES DE ANÁLISIS. AUTORREGULACIÓN, JUEGO Y EMOCIONES</b> .....	25
<b>2. EJES DE ANÁLISIS</b> .....	26
<b>2.1 La autorregulación de las emociones.</b> .....	26
2.1.1 ¿Qué es la autorregulación? .....	26
2.1.2 ¿Qué es la autorregulación de emociones? .....	29
2.1.3 Por qué es importante autorregularse.....	37
<b>2.2 Las emociones</b> .....	39
2.2.1 Las emociones y su clasificación.....	41
<b>2.3 Inteligencia emocional</b> .....	46

2.4 Educación emocional .....	49
2.5 El juego como estrategia de aprendizaje.....	53
2.5.1 El juego .....	53
2.5.2 ¿Qué es el juego simbólico?.....	55
2.5.3 Importancia del juego en preescolar.....	57
2.6 Otros tipos de juego .....	58
2.6.1 Juego cognitivo-conductual.....	58
2.6.2 Juego familiar.....	59
2.7 MARCO METODOLÓGICO.....	61
<b>CAPÍTULO III. PROPUESTA EN MARCHA EN EL JARDÍN DE NIÑOS “ROSARIO R. DE ALVARADO” .....</b>	<b>64</b>
<b>3.1 Aplicación y resultados de la propuesta de intervención, aspecto; autorregulación de emociones a través del juego simbólico. ....</b>	<b>66</b>
3.1.1 ESCRIBO, APRENDO Y CONOZCO .....	66
3.1.2 EL AMOR Y LA AMISTAD.....	67
3.1.3 LO QUE SIENTO.....	68
3.1.4 OFICIOS Y PROFESIONES.....	69
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>72</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>75</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>77</b>
<b>CRONOGRAMA.....</b>	<b>91</b>

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad el Jardín de Niños es considerado uno de los lugares más importantes en la vida de todas las personas pues es aquí en donde el niño tiene la oportunidad de desarrollarse plenamente, así como adquirir nuevas capacidades y habilidades que le serán útiles en la vida, como la relación con otras personas pues si bien es cierto, es importante considerar que los niños son sujetos activos, pensantes, con capacidades y potencial para aprender en interacción con su entorno... (SEP, 2017: 156).

Es por ello que la educación preescolar tiene vital importancia ya que es aquí en donde se forjan los primeros aprendizajes de los alumnos y que le servirán como base para los posteriores niveles educativos.

Las experiencias e interacciones con el medio físico y social en que se desenvuelve cada niño son estímulos fundamentales para fortalecer y ampliar sus capacidades, conocimientos, habilidades y valores; además de ello, factores biológicos influyen en las diferencias de los niños. (SEP, 2017: 156), es por ello que la educación que se brinda en el jardín de niños es importante pues es el primer lugar al cual el niño lleva y se desarrolla, desprendiendo actitudes y comportamientos que dan cuenta a lo mencionado, y que gracias a ello se van formando las nuevas conductas del ser humano.

Es por ello que la finalidad del presente documento tiene como objetivo principal, responder a la hipótesis planteada la cual es: *Mediante la implementación de situaciones didácticas que propicien la identificación y autorregulación de emociones será posible mantener una convivencia escolar armónica practicando el juego simbólico, en niños de educación preescolar,* así como también se atiende la competencia genéricas *aprende de manera permanente* y profesional *diseña planeaciones didácticas aplicando sus conocimientos pedagógicos y disciplinares para responder a las necesidades del contexto en el marco de los planes y programas de educación básica,* ambas dirigidas a fortalecer y mejorar la practica educativa

A raíz de ello surgen preguntas encaminadas a construir este trabajo de investigación con los dos ejes principales a atender los cuales son la autorregulación de emociones,

y el uso del juego simbólico para dar atención a las necesidades de lo alumnos, derivado de ello el cuestionamiento principal es: *¿Cómo se favorece la autorregulación de emociones en alumnos del 2 grado del Jardín de Niños “Rosario R. de Alvarado” mediante el juego simbólico?*, misma que va acompañada de otras preguntas que aportan información importante para el desarrollo de la investigación.

Así entonces este trabajo de investigación se integra por tres capítulos, en los cuales se describe información teórica y práctica que responde a las necesidades presentadas, tomando en cuenta el contexto y la realidad que se vive en las aulas del jardín de niños.

El primer capítulo lleva como título “COMPRENSIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN” en el cual se dan a conocer los principales agentes que propician la identificación de tema, es decir, se conoce el contexto, la realidad, necesidades y problemáticas presentes en el aula, así como también la justificación teórica, los objetivos y la hipótesis que se atiende en este documento.

El segundo capítulo se titula “EJES DE ANÁLISIS. AUTORREGULACIÓN, JUEGO Y EMOCIONES”, en el cual se describen cada uno de ellos con la intención de comprender más sobre el tema y tener en cuenta los referentes teóricos que dan sustento a mi trabajo de investigación.

El tercer capítulo es denominado “PROPUESTA EN MARCHA EN EL JARDÍN DE NIÑOS “ROSARIO R. DE ALVARADO” mismo en el que se describen las situaciones de aprendizaje aplicadas con los niños, y los resultados obtenidos de algunas de ellas, con el fin de atender a la problemática detectada.

Finalmente se encuentran las conclusiones, en donde se dan a conocer las reflexiones finales de la investigación, así como también de la práctica y el avance visto durante las intervenciones, siguiendo con un apartado de anexos en donde se muestran evidencias que dan sustento a lo trabajado con los alumnos.

## ELECCIÓN DE COMPETENCIAS

La escuela y la familia son las dos instituciones que a lo largo de los siglos se han encargado de criar, socializar y preparar a las nuevas generaciones para insertarse positivamente en el mundo social y cultural de los adultos. (MARTIÑÁ, 2003).

Ser docente conlleva una responsabilidad importante que va a sumar en su práctica educativa una serie de diferentes creencias, convicciones y escalas de valores, que de manera indiscutible va a transmitir en su discurso pedagógico con sus alumnos. De esta manera es relevante reconocer la noble labor del profesorado en México pues consta de un compromiso educativo que debe ser mostrado con neutralidad para conseguir en los niños formar en ellos libertad de pensamiento y de crecimiento, así como dotarlos de un amplio bagaje de conocimientos que posibiliten una actitud crítica para que pueda permear en nuestra sociedad.

Sin duda alguna considero importante resaltar la gran labor profesional que compromete a los profesionales de la educación, pues son seres que poseen capacidades para aceptar cambios y dar frente a ellos con una actitud positiva, a su vez que son personas que están en constante actualización con el fin de brindar una mejor calidad de educación a la sociedad actual, atendiendo a las necesidades que esta demanda.

Es por ello que elegí esta profesión, pues es de mi interés poder generar un pequeño cambio en las nuevas generaciones de manera que sea esto un beneficio para nuestra sociedad, fundamentalmente propiciar en ellos valores que se vean reflejados en una sana convivencia dentro y fuera del aula.

A lo largo de la Licenciatura en Educación Preescolar, se pretende desarrollar en las alumnas una serie de capacidades y habilidades que permitan un mejor desempeño en el quehacer profesional docente, así como la culminación de competencias que generen un mejor desenvolvimiento en el mismo, es por ello que considero importante retomar que dentro de las competencias genéricas que se han ido desarrollando a lo largo de mi estancia en la institución una de las que requiere mayor atención es: *aprende de manera permanente*, pues me parece importante que aunque concluya

mis estudios debo tener la capacidad de seguir actualizándome para brindar el mejor apoyo a mis alumnos, por lo que requiero de un constante trabajo de aprendizaje que sume una mayor capacidad a mi desempeño profesional y habilidad para poder aprender permanentemente.

De la misma manera dentro de las competencias profesionales requiero atender: *diseña planeaciones didácticas aplicando sus conocimientos pedagógicos y disciplinares para responder a las necesidades del contexto en el marco de los planes y programas de educación básica*, esto con el fin de mejorar la intervención en beneficio de los alumnos, pues por medio de las situaciones de aprendizaje, se da atención a las necesidades que los niños demandan.



## TEMA DE ESTUDIO

El poder realizar el trabajo de investigación es una puerta que nos da pauta para analizar, reflexionar, comprender la práctica docente y a su vez mejorarla, es por ello que con este trabajo se trata de dar respuesta a la necesidad de conocer sobre situaciones que se presentan en el Jardín de Niños, cabe mencionar que en lo que corresponde a la práctica docente se busca propiciar la adquisición de estrategias que permiten tomar decisiones en relación al actuar docente.

Considero importante mencionar que investigar en educación es responder bajo la perspectiva científica que conlleva concepciones y prácticas investigadoras, en donde el docente es quien participa en la articulación de sus teorías que se encuentran presentes en sus propias prácticas y que son los aspectos de los que se desea mejorar.

La investigación me permite identificar lo que los alumnos conocen y pueden realizar para que posterior a ello se puedan implementar estrategias que beneficien a los aprendizajes de los niños, de tal forma que sea importante exigirme ejecutar investigaciones que sustenten mi trabajo en el aula, esto en consecuencia me permita recalcar la problemática detectada y poder atenderla.

A partir del Programa Escolar de Mejora Continua del Jardín de Niños “Rosario R. de Alvarado” se acordó durante las sesiones del Consejo Técnico Escolar que dentro de las prioridades a atender se considera como problemática que el 23.86 de los alumnos se les dificulta regular sus emociones y solucionar conflictos mediante el diálogo lo que afecta la interacción entre pares y se identifican barreras en su aprendizaje para lograr socializar conocimientos, experiencias y tener un mejor desenvolvimiento con seguridad y confianza en las tareas que se le encomiendan, todo esto en base a los resultados de diagnósticos realizados por las educadoras.

En el diagnóstico realizado en el grupo del 2° grado grupo “B” se detectaron necesidades relacionadas con mi tema de investigación por lo que me centraré en el análisis y reflexión del área de desarrollo personal y social de Educación socioemocional, manifestando las necesidades que se presentan entorno a la

autorregulación de emociones de modo que éstas se ven reflejadas en el comportamiento de los niños dentro y fuera del aula, así como en distintas actividades que les ponen en juego el control de sus impulsos lo que impide en su mayoría limitar una convivencia escolar armónica.

## CONTEXTUALIZACIÓN

Dentro de los niveles que conforman la educación básica, es importante mencionar la educación preescolar, pues si bien es cierto es una de las primeras instancias educativas a las que llegan los niños y en donde se da la oportunidad de dar comienzo a los conocimientos base que permitirán a los niños tener la capacidad de obtener un amplio bagaje de aprendizaje en las distintas áreas de la educación.

De manera específica dentro de la educación preescolar, en el documento aprendizajes clave para la educación integral, educación preescolar se encuentra un área de desarrollo personal y social que considera a la educación socioemocional una parte importante en el desarrollo del alumno, ya que se define como: un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética (Pública S. d., 2017).

Dicho lo anterior el propósito de esta área es que los alumnos desarrollen un sentido de bienestar consigo mismos y que adema de ello puedan transmitirlo a los demás de manera que se generen ambientes de convivencia sanos y pacíficos.

Por otro lado, es necesario mencionar que el programa de educación preescolar 2004 da cierta importancia a uno de los campos formativos, en este caso es el de Desarrollo Personal y Social el cual se refiere a las actitudes y los procesos de la construcción de la identidad personal y de las competencias emocionales y sociales; la comprensión y la regulación de las emociones, y la habilidad para establecer relaciones interpersonales. También promueve la autorregulación al acordar límites y a su conducta. (Pública S. d., 2011).

Relacionando dichos planes se requiere en ellos que se desarrolle una identidad personal que fortalezca competencias en los aspectos sociales y emocionales.

## **CAPITULO 1. COMPRENSIÓN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN**

## **1.1 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA**

A partir del sexto semestre de la Licenciatura en Educación Preescolar fui asignada para realizar mi práctica profesional en el Jardín de Niños “Rosario R. de Alvarado” ubicado en la calle José Ma. Morelos No. 3 santa María Magdalena Ocotitlán, Metepec, Méx., con el fin de cumplir con el requisito correspondiente al Servicio Social de la institución.

Durante el sexto semestre se pretende llevar acabo la elaboración de un proyecto de intervención socioeducativa en y a partir del cual el estudiante fundamentará una parte de su servicio social y podrá articularlo con problemáticas que aun cuando estén presentes en el aula de clase, se extienden hacia la institución o la comunidad. (El trayecto de práctica profesional, pág. 16) (SEP 2012: 16)

El séptimo y octavo semestres tienen como propósito desarrollar en el estudiante la capacidad para articular los conocimientos teórico– disciplinarios y didácticos estudiados en cada uno de los trayectos formativos con las exigencias que la docencia le plantea en el aula y en la escuela. De manera particular tienen la finalidad de concretar las competencias profesionales y fortalecer su desempeño, tanto en la escuela normal como en la escuela de práctica, los cuales serán la base para su desarrollo como profesional de la docencia. (El trayecto de práctica profesional, pág. 17)

Es así que se pretende que el estudiante analice, reflexione e implemente estrategias que están relacionadas a la mejora de la educación socioemocional de manera que haya una articulación entre lo teórico y lo práctico referido a sus experiencias de intervención docente.

Desde la perspectiva Piagetiana el entorno se contempla como una técnica didáctica relacionada con el aprendizaje, es por ello que, para Piaget el sujeto aprende por un proceso de maduración individual, a través de sus propias acciones y en interacción con la realidad, es decir; que es el contexto una parte fundamental en el proceso de aprendizaje por el cual el alumno pasa pues se pone en contacto directo con la realidad.

Según Verónica Kaufmann y Adriana Serulnicoff (2000) el ambiente es “un entramado socio natural”, en el cual lo social y natural están en permanente interacción, modelándose mutuamente. El ambiente así definido se caracteriza por su complejidad. El/la docente busca ofrecer instrumentos para que niñas y niños puedan interpretar ese ambiente complejo, para ello es necesario convertirlo en objeto de conocimiento.

De esta manera el contexto y el ambiente generado propiciara entonces un proceso de aprendizaje adecuado para el alumno.

### **1.1.1 Contexto social**

En relación con el campo de estudio a tratar en esta investigación se ha realizado un diagnóstico con alumnos provenientes de la localidad de Santa María Magdalena Ocotitlán situada en el Municipio de Metepec, Estado de México ubicada exactamente a 2649 metros de altitud, a 2.5 kilómetros (en dirección Noroeste) de la localidad de San Salvador Tizatlalli, asimismo, de la capital del municipio (Metepec) está a 4.3 kilómetros en dirección Noroeste. (Anexo 1)

Directamente con el campo de estudio en el que se trabajará el jardín de niños “Rosario R. de Alvarado con CCT 15EJN0176W se encuentra ubicado en la localidad de la Magdalena Ocotitlán, Méx., a 3 minutos del puente de Metepec, es una comunidad semiurbana que cuenta con los servicios básicos (luz, agua, drenaje, transporte público, pavimentación y alumbrado público en algunas calles) cuenta además con una delegación, parroquia, biblioteca, centro de salud, canchas de basquetbol, base de taxis, a un costado se encuentra una primaria federal, el jardín de niños esta cercano al centro de la comunidad. (Anexo 2).

Desempleo y economía en Santa María Magdalena Ocotitlán  
El 36,95% de la población mayor de 12 años está ocupada laboralmente (el 52,54% de los hombres y el 22,18% de las mujeres).

### **1.1.2 Contexto institucional**

El jardín de niños “Rosario R. de Alvarado” cuenta con 7 aulas las cuales están equipadas con material didáctico y duradero, hay un salón de USAER, salón de usos múltiples, una bodega, 2 baños uno de niñas y uno de niños, patio principal y en el área verde están ubicados los juegos.

El jardín de niños cuenta con instalaciones adecuadas para el aprendizaje de los alumnos el personal se conforma por siete docentes frente a grupo que atienden a los grados 1 de 1°, 3 de 2° y 3 de 3°, tiene una directora, auxiliar administrativo, cuenta con una promotora de salud, un promotor de artísticas, uno de educación física, equipo completo de USAER y dos intendentes, la matrícula hasta el momento es de 163 alumnos inscritos. (Anexo 3).

Las principales necesidades que se detectaron dentro del Plan Escolar de Mejora Continua en el jardín de niños fueron:

- El 23.86 de los alumnos se les dificulta regular sus emociones, solucionar conflictos mediante el diálogo lo que afecta la interacción entre pares, se identifican barreras en su aprendizaje para lograr socializar conocimientos, experiencias, tener un mejor desenvolvimiento con seguridad y confianza en las tareas que se le encomiendan.

### **1.1.3 Contexto áulico**

El grupo en el que estoy realizando mis prácticas es el segundo grado grupo “B” a cargo de la educadora Adilene Ruth Archundia Carrillo egresada de la normal 3 de Toluca, cuenta con 22 alumnos de los cuales 11 son niños y 11 son niñas entre los 3 y 4 años, la mayoría provenientes de la comunidad.

El aula del 2° grado se encuentra en medianas condiciones, está ubicado entre el patio central y el área de juegos, la parte inferior del salón tiene ventanas en medias condiciones, es un aula con poca iluminación, guarda humedad, al mismo tiempo es muy calurosa, cuenta con material de ensamble, de construcción, espacio personal para los alumnos, área con material de higiene, 10 mesas de trabajo, 25 sillas, escritorio de la educadora, muebles para el material, una televisión, un DVD, una grabadora, material como juguetes, títeres, organizado en distintas áreas todo adecuado para los 22 alumnos.

De acuerdo con mi tema de investigación me centraré en el Área de Educación Socioemocional debido a las conductas observadas en los niños considero importante ahondar más en ello y apoyar, además que llama mi atención.

De manera general algunos alumnos muestran actitudes agresivas hacia sus compañeros por razones como querer tener el material, o por ocupar cierto lugar, necesitan mostrar actitudes sobre respeto de acuerdos, usar el diálogo para la resolución de conflictos, mostrar valores como el respeto, la tolerancia, paciencia, entre otros, controlar sus impulsos e identificar sus reacciones en distintas situaciones.

### **1.1.3.1 Diagnóstico**

GRADO: 2° GRUPO: "B"

Considerando la práctica previa de observación y ayudantía se pudo observar que a la mayoría de los niños se les dificulta un poco el sentido de convivencia, el compartir, en algunos controlar sus conductas, colaboran con sus compañeros cuando se les solicita, hasta el momento se han mostrado poco líderes, por ser los primeros días presentan signos de dependencia hacia un adulto por lo que se estará trabajando en actividades de cuidado de sus cosas, ordenamiento de las mismas y la autonomía.

Algunos alumnos muestran timidez al participar en rondas, juegos de simulación, la mayoría lo realizan con pena, por lo que se requiere afianzar la seguridad personal a través de diferentes actividades que provoque emoción y atracción a ello.

El egocentrismo aún es un poco notorio, por lo que se les dificulta realizar un trabajo en equipo, en algunos alumnos se pudo observar la agresividad al centrarse en lo que quieren tener como materiales e incluso pelear con sus compañeros por el lugar, etc.

Durante la observación me percate que establecen relaciones de compañerismo y suelen socializar sus experiencias con seguridad y fluidez ante sus compañeros, sin embargo, cuando se les llama la atención los niños se muestran cohibidos y tímidos, en pocos llegan a la situación de llorar.

Considerando la práctica previa de observación y ayudantía se pudo observar que en relación con el área de desarrollo de Educación Socioemocional a la mayoría de los niños se les dificulta un poco el sentido de convivencia, el compartir, en algunos controlar sus conductas, colaboran con sus compañeros cuando se les solicita, el cuidado de sus cosas, el ordenamiento de estas y la autonomía. Se encuentran en un proceso de adaptación a la rutina escolar, a un grupo escolar a las normas de relación, los alumnos muestran timidez al participar en rondas, juegos de simulación, la mayoría



lo realizan con pena, por lo que se requiere afianzar la seguridad personal a través de diferentes actividades que provoque emoción y atracción a ello, se les dificulta trabajar un poco en equipo para realizar un trabajo en común, en algunos alumnos se pudo observar la agresividad al centrarse en lo que quieren tener como materiales e incluso pelear con sus compañeros por el lugar, durante la observación me percate que establecen relaciones de compañerismo, suelen socializar sus experiencias con seguridad y fluidez ante sus compañeros.

Durante el ciclo escolar se atenderán las necesidades de los alumnos mediante estrategias y situaciones didácticas que van a permitir desarrollar el aprendizaje de los alumnos haciendo ajustes de acuerdo con las necesidades que se vayan presentando en el grupo.

## 1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Dentro de los niveles de educación básica que se imparten a la sociedad, retoma un gran valor la educación preescolar siendo este uno de los primeros espacios que permite a los niños relacionarse con personas externas a su familia, es decir se les da la oportunidad de conocer más allá de su núcleo principal, en relación al libro de Aprendizajes Clave para la educación integral, educación preescolar demuestra la importancia que tiene la educación socioemocional debido a que contribuye a que los estudiantes alcancen sus metas ; establezcan relaciones sanas entre ellos, con su familia y su comunidad; y mejoren su rendimiento académico. (Pública S. d., 2017 ).

De acuerdo con las prácticas de ayudantía que se han llevado a cabo en el jardín de niños se han recuperado las actitudes que los niños manifiestan durante la mañana de trabajo, y son las que contribuyen para obstaculizar un ambiente favorable en el aula, de esta manera generan el no poder autorregular sus emociones, siendo así que al realizar actividades se les dificulta ponerse de acuerdo y en ocasiones respetar a lo que les dice la maestra, pues comienzan a gritar o correr por todo el salón, lo que repercute a que se disperse la atención de los niños y por ende no se genere una sana convivencia dentro del salón.

La educación socioemocional propicia a los estudiantes la consolidación de un sano sentido de identidad que favorece la toma de decisiones libres en relación con valores socioculturales, es por ello que el modelo educativo 2017 menciona la importancia que tiene las áreas de desarrollo personal y social en la formación del niño, de esta manera; en educación socioemocional los estudiantes se dan a la tarea de desarrollar habilidades, comportamientos, actitudes y rasgos de la personalidad que les permiten comprenderse a sí mismos, cultivar la atención, tener sentido de autoeficacia y confianza en sus capacidades, entender y regular sus emociones, establecer y alcanzar metas positivas, tomar decisiones responsables, mostrar empatía hacia los demás, establecer y mantener relaciones interpersonales armónicas y desarrollar sentido de comunidad. (SEP, Aprendizajes clave para la Educación Integral. Educación Preescolar , 2017).

A partir del Programa Escolar de Mejora Continua del Jardín de Niños “Rosario R. de Alvarado” se acordó durante las sesiones del Consejo Técnico Escolar que dentro de las prioridades a atender se considera como problemática que el 23.86% de los alumnos se les dificulta regular sus emociones y solucionar conflictos mediante el diálogo lo que afecta la interacción entre pares, se identifican barreras en su aprendizaje para lograr socializar conocimientos, experiencias, tener un mejor desenvolvimiento con seguridad y confianza en las tareas que se le encomiendan, todo esto en base a los resultados de diagnósticos realizados por las educadoras.

En el diagnóstico realizado en el grupo del 2° grado grupo “B” se detectaron necesidades relacionadas con mi tema de investigación por lo que me centraré en el análisis y reflexión del área de desarrollo personal y social de Educación Socioemocional, manifestando las necesidades que se presentan entorno a la autorregulación de emociones de modo que éstas se ven reflejadas en el comportamiento de los niños dentro y fuera del aula, así como en distintas actividades que les ponen en juego el control de sus impulsos lo que impide en su mayoría limitar una convivencia escolar armónica.

Con relación a lo mencionado y en consecuencia de este preciso mi tema de investigación en las preguntas centrales relacionadas con mi objetivo y la estrategia que voy a emplear durante mi intervención:

1. ¿De qué manera el niño identifica las emociones mediante el juego simbólico?
2. ¿De qué forma se beneficia la autorregulación de emociones en niños de 2 grado de preescolar con ayuda del juego simbólico?
3. ¿Cómo se debe aplicar el juego simbólico para favorecer la autorregulación de emociones en el niño preescolar?
4. ¿Cómo se sustenta la autorregulación de emociones y el juego simbólico en educación preescolar?

Debido a lo antes presentado se puede rescatar que una necesidad atendida en el proyecto de intervención socioeducativa fue la autorregulación de emociones de manera que se identificó que en ocasiones los niños se golpean unos a otros propiciando así conflictos entre ellos, por lo que desde ese momento provocó un interés en mí para investigar más sobre este tema.

Preciso mi tema de investigación en la pregunta central ¿Cómo se favorece la autorregulación de emociones en alumnos del 2 grado del Jardín de Niños “Rosario R. de Alvarado” mediante el juego simbólico?, donde relaciono mi objetivo y estrategia a utilizar durante mi intervención.

### **1.3 JUSTIFICACIÓN**

Con apoyo de la práctica de observación y ayudantía en el salón del 2° grado grupo “B” se destacaron aquellas necesidades en relación al área de Desarrollo Personal y Social de Educación Socioemocional, en el aspecto de la autorregulación de emociones en donde se pretende que el niño durante la educación preescolar adquiera conocimientos que le permitan reconocer las emociones básicas (alegría, miedo, tristeza) e identificar como se siente ante distintas situaciones, así mismo reconocer circunstancias que le hagan sentirse bien, identificar, nombrar contextos que le generan felicidad, tristeza, miedo o enojo y utilizar estrategias para regular sus emociones.

El trabajo de investigación permitirá implementar estrategias con el fin de que los niños sean participes en actividades de resolución de problemas, que expresen sus ideas, identifiquen sus emociones, reacciones, controlen impulsos y dialoguen para resolverlos, por ello considero significativo poner mayor atención y dedicación en el diseño de situaciones didácticas en las que se utilice como estrategia de intervención el juego simbólico, permitiéndome orientar en los niños; confianza, la regulación de emociones e identificación de las mismas, para que se beneficie el logro de los aprendizajes y poder a su vez generar una convivencia escolar armónica.

En investigaciones recientes se confirma que las emociones y las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en el desarrollo del aprendizaje de los niños, es por ello que la educación socioemocional se contempla como un elemento primario en el currículo de la educación obligatoria. Los alumnos de educación preescolar se verán beneficiados con las actividades que se implementarán y a su vez dar solución a la problemática detectada.

Con las situaciones didácticas que se trabajará se pretende llegar a efectos en donde los niños logren controlar sus emociones.

La construcción de la identidad, la comprensión y regulación de las emociones y el establecimiento de relaciones interpersonales son procesos estrechamente relacionados, en los cuales los niños logran un dominio gradual como parte de su

desarrollo socioemocional. Shonkoff, Jack P. y Phillips Deborah A., Avances recientes en el conocimiento de los niños en edad preescolar, México, SEP, 2004.

## **1.4 IMPACTO SOCIAL**

La pregunta detonadora de investigación da pauta a llevar a cabo un seguimiento de este proyecto atendiendo la problemática presentada en el Programa Escolar de Mejora Continua y en la práctica social.

Considero importante hacer mención que esta investigación-acción pretende dar atención a la problemática presentada de la autorregulación de emociones en niños de 2 de preescolar, detectada en el diagnóstico de grupo, misma que se ira atendiendo con situaciones que cubran las necesidades de los alumnos, con ayuda de la utilización del juego simbólico, esto con la finalidad de generar una convivencia escolar armónica dentro y fuera de la institución educativa.

Al interior de la institución considero importante que esta temática ayudará a concebir un impacto en relación con la mejora en la socialización que los alumnos tienen con sus compañeros, evitando agresiones o faltas de respeto con sus pares, de la misma manera se genera un ambiente favorable para la apropiación de los aprendizajes mediante el diseño y la implementación de situaciones complementarias del área de educación socioemocional.

Fuera de la institución es importante que esta área tome mayor importancia pues en la actualidad los niños se manifiestan de muchas maneras con personas ajenas a su núcleo inmediato, generando en ocasiones reacciones negativas manifestadas con sus emociones, es por ello por lo que me intereso en este tema para generar una sana convivencia entre el niño y las personas que lo rodean.

## **1.5 OBJETIVOS**

### **1.5.1 Objetivo general**

- Favorecer la identificación y autorregulación de emociones mediante el juego simbólico en los niños de 2° “B” de educación preescolar del Jardín de Niños “Rosario R. de Alvarado” del municipio de Metepec en el ciclo escolar 2019-2020.

### **1.5.2 Objetivos específicos**

- Identificar las emociones a través del juego simbólico.
- Trabajar por medio del juego la autorregulación de emociones en niños de 2° de preescolar.
- Fortalecer el diálogo con los niños, para generar una convivencia escolar armónica.
- Aplicar situaciones didácticas en colaboración con la autorregulación de emociones.

## **1.6 HIPÓTESIS O SUPUESTO**

Mediante la implementación de situaciones didácticas que propicien la identificación y autorregulación de emociones será posible mantener una convivencia escolar armónica practicando el juego simbólico, en niños de educación preescolar.



## **CAPÍTULO II. EJES DE ANÁLISIS. AUTORREGULACIÓN, JUEGO Y EMOCIONES.**

## **2. EJES DE ANÁLISIS**

En este apartado se abordará el contenido teórico, se hace referencia a los ejes de análisis en los que se sustenta el trabajo de investigación, de forma que se vea favorecido el aprendizaje del contenido y se facilite al lector la comprensión de este.

De cada uno de los ejes de análisis, se rescata información e interpretación desde las perspectivas de los diversos autores, así mismo, la parte medular de la información se atribuye a centrar la atención hacia la educación preescolar.

Es importante mencionar que esta investigación está basada en atender a la educación socioemocional, sobre todo en el proceso de aprendizaje hacia las emociones y sus manifestaciones, como un componente importante presentado en las aulas de preescolar.

Es por ello que este apartado divide sus ejes de análisis en 3 categorías, uno por cada concepto de manera que se vea favorecida la comprensión del trabajo, así mismo se retoman experiencias vividas en las aulas y con relación a lo que he observado y trabajado con los niños.

### **2.1 La autorregulación de las emociones.**

#### **2.1.1 ¿Qué es la autorregulación?**

La definición de autorregulación en distintas ocasiones se ve vinculada con el concepto de metacognición, término que fue acuñado por Flavell (1977), haciendo referencia a la reflexión sobre las estructuras cognitivas, desde un proceso de observación y monitorización de los procesos cognitivos, de esta manera el concepto de autorregulación definido por Brown (1978), lo menciona como la reflexión consciente sobre el propio conocimiento durante el proceso de aprendizaje, el cual es considerado como proceso secundario de la metacognición. Es decir, la autorregulación es un proceso que implica una serie de factores, dentro de los que se contempla la planificación, organización, auto instrucción y autoevaluación que ya en conjunto van a potenciar el conocimiento y por ende un incremento y mejora en el aprendizaje.

La autorregulación entendida con seres de edad temprana; es la habilidad de un niño para controlar su comportamiento. Se desarrolla con el tiempo, e involucra muchos aspectos del desarrollo social, emocional y cognitivo. La autorregulación puede también ser considerada como la integración exitosa de la emoción (lo que siente un niño) y la percepción (lo que el niño sabe o puede hacer) que da como resultado un comportamiento apropiado. (Información para padres: La Autorregulación).

Desde esta perspectiva la consecución de aprendizajes eficaces no depende solo de la utilización de estrategias para la autorregulación, sino que también es un trabajo en conjunto con la utilización de estrategias de las metacognitivas que propician la motivación del sujeto hacia el mismo objeto de aprendizaje. Es decir, de esta manera la conjunción de estos dos elementos propicia que la intervención de la metacognición autorregulatoria permita el mejorar los resultados del aprendizaje, lo que potenciará la generalización y transferencia de lo aprendido e incrementa la motivación. Aunque por otra parte también existe la parte negativa, es decir la baja de la autorregulación, la cual se relaciona con el apoyo externo insuficiente y con el uso ilimitado de estrategias de aprendizaje, es decir que afecta de manera directa en la metacognición y en el aprendizaje, mostrándose a su vez en la baja de la misma.

La autorregulación es una habilidad básica y necesaria para el control de nuestra propia vida. En función de la habilidad que tengan los niños de la autorregulación, serán más o menos dependientes de los demás. Por ello consideramos imprescindible facilitarles su relación con el entorno, ayudándoles desde niños con esta habilidad de autorregulación, ya que es desde los primeros años de vida cuando se establecen estrategias más autónomas en cuanto al desarrollo cognitivo, atencional y lingüístico para el control emocional.

Es decir, en la medida en la que los niños van aprendiendo a controlarse, mejor será el rendimiento pues de esta manera los niños se vuelven más autónomos y autodidactas en su propio aprendizaje sabiendo controlarse a sí mismos.

Existen otros autores que definen la autorregulación como un ejercicio cognitivo de control al cual se le puede llegar mediante dos mecanismos que están asociados a diferentes aspectos de la experiencia emocional:

- a) El mecanismo de reevaluación o modificación cognitiva
- b) El mecanismo de supresión (estrategia de control)

El primero se encarga de modificar una experiencia emocional negativa, en beneficio para el individuo, y el segundo se encarga de inhibir la respuesta emocional, es decir se trata de un proceso de causa-efecto, en el cual el individuo mismo es el único actor responsable de lo que emite.

Gross y Thompson, definen la autorregulación como un proceso que puede ser tanto interno, como externo ya que nos permite evaluar y modificar nuestras conductas, ejerciendo una influencia sobre las emociones, sobre cómo y cuándo las experimentamos.

De esta manera, estos dos autores explican que la autorregulación puede llevarse a cabo en varios niveles, es decir, que estas emociones se pueden regular cuando se modifican las situaciones por las cuales se están presentando y a su vez se puedan transformar o evitar.

Sin embargo, hay diferentes teorías que explican cómo funciona la autorregulación como presentaron Puustinen y Pulkkinen (2001) y Zimmerman (2001), la mayoría coinciden en que la autorregulación es una capacidad compuesta de diferentes procesos, ciclo que se retroalimenta a partir de la experiencia y la activación de las estrategias de aprendizaje.

Dicho lo anterior se dice entonces que la autorregulación es uno de los procesos en el cual el ser humano es el actor principal pues depende de la persona regular los procesos que realiza en el cual se incluyen acciones, pensamientos, comportamientos, actitudes, etc.

Se define la autorregulación como “el control que el sujeto realiza sobre sus pensamientos, acciones, emociones y motivación a través de estrategias personales

para alcanzar los objetivos que ha establecido”. Dentro de esta definición surgen algunos componentes cognitivos de la autorregulación también llamados metacognición, como lo es el pensamiento, este se basa en el control estratégico de los procesos cognitivos, nos habla también de la acción, misma que ha de controlar la conducta para alcanzar los objetivos educativos, así como las emociones, pues los alumnos las experimentan y controlan en el caso de que se interfiera en su aprendizaje. (Panadero & Tapia, ¿Cómo regulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman sobre autorregulación del aprendizaje , 2014).

En conclusión, la autorregulación forma parte importante en el desempeño de elementos necesarios para el aprendizaje, así como la atención, la memoria, la planificación y la resolución de problemas.

### **2.1.2 ¿Qué es la autorregulación de emociones?**

Son muchos los autores que se han dedicado a investigar acerca de la regulación o autorregulación emocional, tal es el caso de Plutchik (1980) quien basa sus trabajos en las emociones las cuales regulan procesos como la atención, la memoria, la acción, etc., en cambio otros como Ekman (2007) busca desarrollar las emociones, mismas que se ven reguladas por otros procesos, como biológicos (sistema cognitivo), ambientales (entorno), culturales y socioeconómicos (entorno social, valores).

Se puede definir la autorregulación emocional como un método de control que busca comprobar que la experiencia emocional de las personas se ajusta a sus propias metas objetivas (Bonano 2001). Regular las emociones (control, manejo) no tiene nada que ver con reprimirlas (freno, detención, ocultación). Es decir, regular las emociones debemos entenderlo como la capacidad que se tiene para controlar impulsos y sentimientos, se trata de intentar llegar al punto de equilibrio entre la expresión de las emociones y el control de éstas.

La autorregulación o regulación emocional es una capacidad compleja, está basada en la habilidad de las personas para manejar sus propias emociones, es decir, es la facultad que tenemos los seres humanos ya que nos permite dar respuesta a las exigencias de nuestro contexto a nivel emocional, socialmente aceptable.

La regulación de las emociones es una referencia que tiene como objetivo principal desarrollar la habilidad de controlar las mismas, es decir, llevar a cabo el manejo de las emociones de modo que permita adaptarnos al entorno en el que nos desenvolvemos. Activando algunas estrategias de control podemos entonces modificar emociones que son producidas por motivos externos que alteran a nuestro estado de ánimo habitual, ya sea en emociones negativas, como en emociones positivas.

Dentro de este proceso de regulación emocional se pueden diferenciar 5 subcompetencias propuestas por Goleman, 2001, las cuales son:

1. Autocontrol.
2. Confiabilidad.
3. Integridad.
4. Adaptabilidad.
5. Innovación.

Así mismo se menciona que para adquirir estas estrategias se utilizan técnicas como pueden ser el diálogo interno, control del estrés, autoafirmaciones positivas, entre muchas otras.

Dentro de la regulación de las emociones se muestran algunos modelos sobre sí misma los cuales son:

- Modelo de Russell Barkley (1998)

Barkley define la autorregulación como una o varias respuestas de la persona que trastocan la posibilidad de que surja una respuesta que habitualmente lleva a un acontecimiento, y que altera la probabilidad de la aparición sus consecuencias asociadas.

Para Barkley el mejor procedimiento para atender el TDAH es mediante el control emocional, de esta manera este modelo propone los déficits en la inhibición de respuestas, es decir, déficits en la capacidad para controlar las respuestas a estímulos que aparecen durante la realización de una tarea, como la clave que explica los

síntomas en el TDAH, puesto que éste afecta a algunas determinadas acciones de la autorregulación llamadas Funciones Ejecutivas (FE), debido a que son las que se ocupan de organizar y planificar el comportamiento, además ayuda a resistir la distracción.

- Modelo autorregulatorio de las experiencias emocionales (Higgins, Grant & Shah, 1999).

Higgins, Grant & Shah (1999) consideran que la autorregulación favorece la aparición de estados favoritos más que los no favoritos, esto depende de la autorregulación del momento, pues la gente suele manifestar un tipo de placer o malestar.

Estos autores apuntan a 3 momentos de la regulación emocional:

- ♠ *Anticipación regulatoria: se basa en la experiencia que se ha tenido, las personas pueden prever las emociones a manifestar en un futuro.*
- ♠ *Referencia regulatoria: se refiere a la posibilidad de que existan dos puntos de vista (positivo o negativo) en un mismo momento, frente a una misma situación.*
- ♠ *Enfoque regulatorio: se trata de estados finales a los que se quiere llegar; distingue dos tipos: las aspiraciones y autorrealizaciones, que serían las responsabilidades y seguridades.*

- Modelo secuencial de autorregulación emocional (Bonano, 2001).

Este modelo se basa en procedimientos de la autorregulación emocional, pues a través de estos el sujeto puede dar frente a la emocionalidad de manera inteligente, mismo que propone que todas las personas poseemos inteligencia emocional, la cual debemos aprender a regular.

Se expone por ello un modelo que este enfocado al control, anticipación y exploración de la homeostasis emocional (estado de equilibrio o funcionamiento armónico del organismo. Estabilidad).

Bonano fundamenta la autorregulación emocional, tal como lo hacen Higgins, Grant & Shah (1999) en los siguientes procesos:

- ♠ *Regulación de control: se refiere a la inmediata regulación de respuestas emocionales a través de comportamientos automáticos e instrumentales.*
  - ♠ *Regulación anticipatoria: consiste en adelantarse a los futuros retos emocionales.*
  - ♠ *Regulación exploratoria: refiere a conseguir nuevos recursos para mantener una capacidad interna estable frente a los cambios de su entorno.*
- El modelo cibernético (Larsen, 2000).

Este modelo plantea la capacidad de aplicar el modelo general de control-regulación cibernético (Carver y Scheier, 1998). Este modelo parte de un estado anímico al que se quiere y se pretende alcanzar a través de una conducción en la que se intenta minimiza las diferencias entre el estado anímico en el que se encuentra y el que se quiere conseguir, para ello existen mecanismos que puede estar dirigidos hacia el interior o exterior, tales como la distracción y comparación social o bien la resolución de problemas o cambio de actividad, pues estos mecanismos muchas veces se activan automáticamente; se conoce como el modelo que se basa en procesos controlados.

- Modelo de regulación del estado de ánimo basado en la adaptación social (Erber, Wegner & Therriault, 1996).



Se basa en la regulación del estado de ánimos positivo y negativo. Uno de sus principales objetivos es adaptar el estado anímico a la situación social de cada momento. Somos nosotros mismos quienes regulamos el propio estado de ánimo, otro aspecto importante de este modelo son los estados anímicos deseados, ya sean estables o no, es decir, se pueden ver influenciados por las variaciones que influyen según el contexto social en que se desarrollen.

- Modelo de procesos de autorregulación (Barret & Gross, 2001).

En este modelo de Barret y Gross (2001) las emociones se entienden como el resultado de la interacción producida entre los procesos explícitos e implícitos, se destacan dos aspectos de gran importancia, el primero está la representación mental que se hace la persona de sus emociones (disponibilidad cognitiva sobre las emociones y motivación para crear experiencias emocionales), y segundo esta cómo y cuándo regular dichas emociones.

En el modelo de Gross y basándose en el modelo de Higgins se crean 5 estrategias que se pueden tomar en cuenta para modificar la generación de sus propias emociones, es decir, autorregularse emocionalmente.

1. Selección de la situación: Se trata de acercarse o alejarse a ciertas personas, sitios u elementos con la intención de influenciar las propias emociones
2. Modificación de la situación: Consiste en acomodarse para poder cambiar de una situación surgida, la situación provocada.
3. Despliegue atencional: se trata de focalizar nuestra atención eligiendo una parte de dicha situación.
4. Cambio cognitivo: Se refiere a los diferentes significados que se pueden elegir en una situación.

5. Modulación de la respuesta: Consiste en intervenir influyendo en las tendencias de acción una vez que éstas se han estimulado para así buscar una respuesta.
- El modelo homeostático de Forgas (2000).

El modelo de regulación automática propuesto por Forgas (2000) se fundamenta en la idea de que el estado anímico gira en torno a un punto y cuando se aleja de éste, se activan una serie de mecanismos de regulación.

Se trata de un proceso homeostático, un detalle característico es la consideración de que, en varios momentos, el estado de ánimo se regula mediante procesos automáticos o espontáneos. (Bower & Forgas, 2001; Forgas, 2000).

Gracias a la regulación emocional, las personas conseguimos manejar las emociones de manera apropiada, llegando a percibir, sentir y vivenciar nuestro estado afectivo.

En consecuencia, de lo antes mencionado se anexa una tabla la cual expone los autores mencionados en relación con la regulación, o autorregulación emocional.

AUTOR	RELACIÓN O AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL
BARKLEY	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ La conducta se centra más en la persona, que en el acontecimiento.</li> <li>○ Inhibición conductual como hilo conductor.</li> <li>○ Se trabaja para resultados a largo plazo.</li> <li>○ Funciones ejecutivas para autorregularse: la memoria del trabajo no verbal, el autocontrol de la activación, la motivación, y el afecto, la memoria del trabajo verbal.</li> <li>○ La reconstitución y el control del motor que hace funcionar las conductas.</li> </ul>
BONANO	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Proceso autorregulatorio a nivel emocional.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Centrado en el control, la anticipación y exploración de la homeostasis emocional:</li> <li>○ Regulación de control.</li> <li>○ Regulación anticipatoria.</li> <li>○ Regulación exploratoria</li> </ul>
HIGGINS, GRANT&SHAH	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Proceso autorregulatorio a nivel emocional.</li> <li>○ A continuación, los principios fundamentales implicados en la autorregulación: Anticipación regulatoria, Referencia regulatoria, Enfoque regulatorio.</li> <li>○ El tipo de placer y/o malestar que las personas experimentan depende del tipo de autorregulación que está funcionando.</li> </ul>
LARSEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Modelo basado en procesos controlados.</li> <li>○ Estado de ánimo de referencia al que se quiere llegar.</li> <li>○ Guiado por la disminución de desigualdad entre el estado de ánimo actual y dicho estado de ánimo deseado. El proceso de regulación se activa cuando se detecta diferencias entre ambos estados.</li> <li>○ Se pone en marcha unos mecanismos: dirigidos hacia el exterior (variación de actividad, resolución de conflictos), dirigidos hacia el interior (recorrer a la distracción, comparación social).</li> </ul>
ERBER, WEGNER&THERRIAULT	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ La regulación del estado de ánimo se impulsa con el objeto de adecuarlo a la situación social del instante.</li> <li>○ Los estados de ánimo deseados varían según el contexto.</li> </ul>

BARRET &GROSS	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Discrimina los controles emocionales desadaptativos de regulaciones emocionales adaptativas.</li> <li>○ Las estrategias: durante los antecedentes de la emoción (modificando el foco atencional o produciendo un cambio cognitivo) o centrándose en la respuesta emocional (modulando las respuestas pudiendo llevar a cabo la supresión).</li> <li>○ Se describen cinco puntos en los que las personas pueden participar para cambiar el transcurso del desarrollo de las emociones: 1. Selección de la situación, 2. Modificación de la situación, 3. Despliegue atencional, 4. Cambio cognitivo, 5. Modulación de la respuesta.</li> </ul>
FORGAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Actúa a través de un proceso homeostático.</li> <li>○ Estado de ánimo regulado mediante procesos automáticos o espontáneos.</li> <li>○ Se produce un mecanismo de feedback: Procesamiento ordinario: influido por el estado de ánimo.</li> <li>○ También existe el procesamiento motivado, se trata de un proceso incoherente con el estado de ánimo que se tiene en ese momento, y se pretende compensarlo</li> </ul>

Recuperado de: Withofs, A. A. (2015-2016). La regulación emocional en educación infantil: La importancia de su gestión a través de una propuesta de intervención educativa. Universidad de Valladolid, Págs: 28-29.

De esta manera y con lo anteriormente expuesto nos damos cuenta de que la regulación emocional, va más allá de solo saber controlar nuestras emociones, pues también se forma parte de un proceso que ayuda en cierto modo a regularnos, todo esto en diferentes aspectos que van desde percibir y manifestar emociones positivas y negativas, hasta el punto de poder deducir emociones que se podrán manifestar en un futuro, relacionado con las situaciones adversas que ocurran alrededor de nosotros.

### **2.1.3 Por qué es importante autorregularse**

El logro de una mayor autonomía en actividades como: la expresión de ideas, la resolución de problemas, hacerse cargo de sí mismo; se ve favorecida como parte de los procesos de construcción de la identidad, del desarrollo de habilidades emocionales y en el establecimiento de relaciones interpersonales sanas.

La identidad, las emociones y las relaciones interpersonales se desarrollan en la convivencia cotidiana, en las formas como las personas se expresan acerca de otras frente a los niños y se dirigen unos a otros; en síntesis, en las relaciones en todo momento (Aprendizajes Clave, pág. 310).

Dentro del ejercicio de la regulación de las emociones, uno de los elementos que cobra mayor importancia es la experiencia de estas, pues son algunos recursos cognitivos los que interfieren con los procesos de la autorregulación, mismos que se ven manifestados en incomparables escenarios, por ejemplo: en casa, en la escuela, dentro del aula, en la calle, etc.

Es a partir de esta posible interferencia que la experiencia emocional se puede producir sobre la cognición, y entonces se puede decir, que la autorregulación es un proceso importante en el buen rendimiento de diversos elementos útiles para el aprendizaje, así como en aspectos, tales como la memoria, la atención, la planificación, la resolución de problemas, etc.

Con la experiencia emocional interfieren procesos cognitivos, con los cuales aprendemos y damos un mayor rendimiento, es por ello que surge la importancia de autorregularnos en las emociones de manera que se creen ambientes satisfactorios y de un buen aprendizaje, es aquí en donde el docente tiene un rol preponderante, pues

son los responsables de crear aprendizajes emocionalmente significativos, surge aquí una pregunta clave para ello ¿Cómo pueden lograrlo? Una estrategia es analizar la influencia que se podría tener sobre la autorregulación de la experiencia emocional de los alumnos. Por ejemplo, si se toma en cuenta el modelo de autorregulación, puede observarse si el docente tiene un rol importante como guía de la respuesta emocional del estudiante: cada una de las acciones de este último podrían acompañarse de una conducta emocional que podría regularse de acuerdo a lo sugerido por el profesor. Por ejemplo, un educador puede seleccionar qué película será vista en el aula (selección de la situación), puede generar estímulos, puede crear argumentos para influir y modificar la evaluación del alumno (modificación de la evaluación) y, finalmente, puede suprimir sus respuestas emocionales, es decir, el maestro puede ser guía y gestor del cambio de proceso emocional. (Gargurevich, 2008)

De esta manera se dice que dependerá de la situación que se esté viviendo, se manifestaran las reacciones emocionales, y con ello aprender de manera autónoma la autorregulación, de nuestras propias emociones.

En el aula, siendo uno de los principales escenarios en donde los alumnos se dan a la tarea de revelar actitudes de diversa índole, se ve presente en todo momento la manifestación de las emociones, mismas que juegan un papel importante en el aprendizaje y están ligadas al rendimiento, en este caso en el aula, uno de sus elementos importantes es el esfuerzo por poder modular o controlar la sobre activación emocional, de manera que se facilite el desempeño.

También es importante mencionar que existen consecuencias de la falta de regulación o autorregulación emocional, relacionados con el rendimiento, uno de ellos es el efecto ejercido sobre los procesos cognitivos superiores, imprescindibles para el aprendizaje y el óptimo desempeño académico. Por ejemplo, sin una autorregulación adecuada, no es posible retener la información presentada por el profesor en clase, haciéndose difícil controlar la conducta en la misma. Además, este descontrol conductual puede incluir comportamientos agresivos y actitudes antisociales que el profesor podría regular.

Aprender y saber autorregular las emociones permite tener en claridad al momento de tomar decisiones y enfrentarnos a las mismas pues ayuda a que nuestro estado de concentración sea mayor y que pensemos detenidamente dejando a un lado los sentimientos y emociones exacerbadas.

Es importante que desde pequeños aprendamos a manejar este tipo de situaciones y que enseñemos a los niños a que lo hagan, porque son los principales que manifiestan este tipo de actitudes, con mayor frecuencia en la escuela, es por ello que regular o autorregular nuestras emociones permitirá tener un mejor manejo de nuestra persona, además que nos posibilita de herramientas sociales; y es que cuando cada persona conoce sus emociones y sabe cómo manejarlas también desarrolla una habilidad interesante, como lo es la empatía, lo que permitirá tener una mejor relación con nuestros pares.

## **2.2 Las emociones**

Las emociones son una parte fundamental de la vida del ser humano, debido a que continuamente las experimentamos, raramente reflexionamos sobre ellas, cómo influyen en el pensamiento y en el comportamiento, etc.

Según Goleman define la palabra emoción de la siguiente manera: “utilizo el término emoción para referirme a un sentimiento y sus pensamientos característicos, a las condiciones psicológicas u biológicas que lo caracterizan, así como a una serie de inclinaciones a la actuación”. Todas las emociones que manifestamos son esencialmente impulsos que tenemos a la acción, cada una de ellas conlleva un cierto tipo de conducta.

Las emociones facilitan las decisiones y guían nuestra conducta, pero al mismo tiempo necesitan ser guiadas. Existen centenares de emociones y muchas variaciones, mutaciones y matices diferentes entre todas ellas, es por esta razón que es importante saber identificarlas, para poderlas gestionar y controlar.

En realidad, existen más sutilezas en la emoción palabras para describirlas.

Una emoción es una transacción en un contexto que implica un interés particular, una interpretación significativa de la realidad. Provoca, asimismo, una respuesta

multidimensional, que actúa sobre la relación persona-situación que le dio origen (Gross, 2008).

A su vez R. Bisquerra define el concepto de emoción como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción” (Bisquerra. 2000:20).

Son muchos los autores que durante un largo tiempo se han encargado de realizar investigaciones en el campo de las emociones, mismas que encontramos actualmente. Todos conocemos por experiencia propia qué son las emociones y la gran importancia que tienen en nuestras vidas, por este motivo es tan compleja la naturaleza de las emociones humanas ya que son un requisito de nuestro desarrollo.

Denzin (2009: 66) define la emoción como: “una experiencia corporal viva, veraz, situada y transitoria que impregna el flujo de conciencia de una persona, que es percibida en el interior de y recorriendo el cuerpo, y que, durante el transcurso de su vivencia, sume a la persona y a sus acompañantes en una realidad nueva y transformada, la realidad de un mundo constituido por la experiencia emocional”. Lawler (1999: 219) define las emociones como estados evaluativos, sean positivos o negativos, relativamente breves, que tiene elementos fisiológicos, neurológicos y cognitivos, y Brody (1999: 15) ve las emociones como sistemas motivacionales con componente fisiológicos, conductuales, experienciales y cognitivos, que tiene una valencia positiva o negativa (sentirse bien o mal), que varía en intensidad, y que suelen ser provocadas por situaciones interpersonales o hechos que merecen nuestra atención porque afectan a nuestro bienestar.

En relación con las definiciones presentadas puedo concretar que las emociones son estados que surgen en el interior o exterior de las personas, mismos que son capaces de provocar respuestas negativas y positivas en el individuo y que reúnen actitudes que se reflejan de acuerdo con las circunstancias en las que se presentan.



### 2.2.1 Las emociones y su clasificación

Educar las emociones responde a la necesidad de desarrollar las habilidades sociales, como las emotivas, es decir, habilidades en donde los alumnos potencien recursos internos que les permitan enfrentar las dificultades inherentes de la vida cotidiana.

La comprensión y regulación emocional implica, identificar las emociones básicas y sus respectivas familias de sentimientos, a su vez diferenciar las llamadas emociones positivas o constructivas las cuales originan bienestar y las emociones negativas o aflictivas que generan malestar.

Como se ha mencionado antes, existen muchos autores quienes se han dado a la tarea de realizar diversas investigaciones relacionadas a las emociones, es por ello que se puede decir que la emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a la acción (Bisquerra 2000). Las emociones se generan como un acontecimiento externo o interno. Un mismo objeto puede generar emociones diferentes en distintas personas. Rafael Bisquerra en su libro Psicopedagogía de las emociones presenta un modelo que integra los elementos más esenciales de la emoción, el cual es el siguiente:

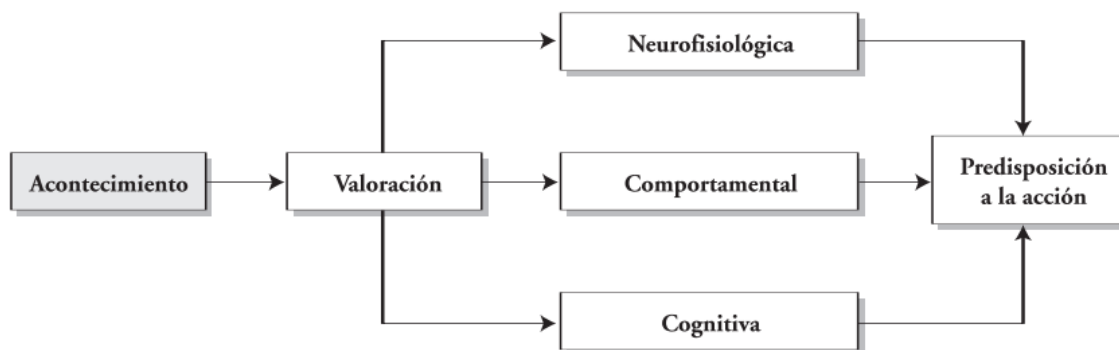


Figura 1.2. Modelo de emoción.

Muchos autores han estudiado la estructura de las emociones: cómo se organiza, cómo se pueden clasificar, se han realizado investigaciones empíricas para confirmar y validar los modelos teóricos de clasificación de las emociones, así mismo se han

utilizado diversas metodologías (cuestionarios, entrevistas, escalas multidimensionales, etc.) con las cuales se ha llegado a conclusiones diversas.

La estructura de las emociones se refleja en el modelo que se ajusta mejor su clasificación, en cierta forma existe un contínuum el cual permite pasar de unas a otras sin explicación clara, por ejemplo, el miedo y la ansiedad puede ser consideradas dentro de la misma familia ya que hay un contínuum (línea, relación...) entre ellas.

La especificidad califica la emoción y permite asignarle un nombre que la diferencia de la demás (amor, odio, alegría). La especificidad es cualitativa, específica y permite etiquetarlas, así mismo permite agrupar las emociones en familias de la misma especificidad o similar, cada familia viene representada por una emoción básica o primaria.

La intensidad refiere a la fuerza con la que se experimenta una emoción, lo cual permite asignarle un nombre que se distinga de las demás. La intensidad es cualitativa, indiferenciada, inespecífica.

La temporalidad es la dimensión temporal de las emociones, pues suelen tener una duración muy breve.

A continuación, se muestran las clasificaciones más relevantes elaboradas por diversos autores.

### **2.2.1.1 Emociones positivas y negativas**

La mayoría de los autores coinciden en que las emociones están en un mismo eje que va del placer al displacer, por lo tanto, se puede distinguir entre este tipo de emociones, se trata de una clasificación en función de la valoración del estímulo que activa la respuesta emocional. Siguiendo a Lazarus (1991: 82), las emociones se pueden clasificar de la siguiente manera:

*Emociones negativas:* resultado de una evaluación desfavorable respecto a los objetivos siguientes. Se refiere a diferentes formas de amenaza, frustración o retraso de un conflicto. Incluyen miedo, ira, ansiedad, tristeza, culpa, vergüenza, envidia, celos, asco, etc.

*Emociones positivas:* resultado de una evaluación favorable respecto al logro de objetivos o acercarse a ellos. Incluye alegría, estar orgulloso, amor, afecto, alivio, felicidad.

*Emociones ambiguas:* incluyen sorpresa, esperanza, compasión y emociones estáticas.

Las emociones negativas se experimentan constantemente ante situaciones que suelen ser valorados como una amenaza, debido a que estas emociones necesitan de energía y movilización afrontar el contexto que se presenta.

En cambio, las emociones positivas se experimentan en contextos que son valorados como un progreso, es decir se manifiestan normalmente cuando se logra una meta, o cuando se percibe algún progreso de mejora.

Las emociones ambiguas son aquellas que pueden ser positivas y negativas según sea el caso, estas emociones se parecen a las positivas en su brevedad temporal y a las negativas en cuanto a la movilización de la situación.

### **2.2.1.2 Emociones primarias y secundarias**

Las emociones primarias han recibido otras denominaciones como básicas, discretas, elementales o puras, se caracteriza por las expresiones faciales.

Las emociones secundarias también se denominan complejas o derivadas, estas emociones emanan de las primarias o básicas, normalmente surgen por combinación entre ellas.

A partir de las emociones básicas se derivan las emociones secundarias, es decir, si se juntan dos emociones primarias el resultado es una secundaria, TenHouten (2007) deriva las 28 emociones secundarias como se presenta en el siguiente cuadro.

*Emociones según TenHouten (2007)*

I. Ocho díadas primarias (formadas por pares de emociones adyacentes)	
Amor	Alegría + aceptación
Miseria ( <i>misery</i> )	Tristeza + aversión
Orgullo	Ira + alegría
Vergüenza	Miedo + tristeza
Agresividad	Ira + anticipación
Alarma	Miedo + sorpresa
Curiosidad	Aceptación + sorpresa
Cinismo	Anticipación + aversión
II. Ocho díadas secundarias (formadas por pares de emociones semiadyacentes)	
Dominancia	Aceptación + ira
Sumisión	Aceptación + miedo
Optimismo	Anticipación + alegría
Pesimismo	Anticipación + tristeza
Deleite	Sorpresa + alegría
Decepción	Sorpresa + tristeza
Repugnancia	Aversión (asco) + miedo
Desprecio	Aversión + ira
III. Ocho díadas terciarias (formadas por pares de emociones con dos en medio)	
Sagacidad ( <i>sagacity</i> )	Aceptación + anticipación
Susto	Aversión + sorpresa
Melancolía ( <i>morbidness</i> )	Alegría + aversión
Resignación	Tristeza + aceptación
Mal humor	Ira + tristeza
Culpabilidad	Miedo + alegría
Ansiedad	Anticipación + miedo
Rabia ( <i>outrage</i> )	Sorpresa + ira
IV. Cuatro díadas cuaternarias o antitéticas (formadas por pares de emociones opuestas)	
Ambivalencia	Aceptación + aversión
Catarsis	Alegría + tristeza
Quedar helado ( <i>frozenness</i> )	Ira + miedo
Confusión	Anticipación + sorpresa

Existen también las emociones terciaras, estas se forman si se juntan 3 emociones básicas, al igual pueden ser el resultado de combinar una emoción primaria con una secundaria.

Rafael Bisquerra en su libro Psicopedagogía de las emociones nos habla además de otra clasificación de estas propuestas por varios autores representativos, en ellas aparecen 35 emociones diferentes, la mayoría de las clasificaciones incluyen entre 6 y 12 emociones, se presenta para ello el siguiente cuadro:

*Clasificación de las emociones según diversos autores*

<i>Autor</i>	<i>Año</i>	<i>Criterio clasificatorio</i>	<i>Emociones</i>
Descartes	1647	Experiencia emocional	– Alegría, tristeza, amor, odio, deseo.
McDougall	1926	Relación con instintos	– Asombro, euforia, ira, miedo, repugnancia, sometimiento, ternura.
Mowrer	1960	Innatos	– Dolor, placer.
Plutchik	1962 1980	Adaptación biológica	– Miedo, ira, alegría, tristeza, anticipación, sorpresa, aceptación, asco.
Tomkins	1962 1984	Descarga nerviosa	– Miedo, ira, alegría, interés, sorpresa, ansiedad, asco, desprecio, vergüenza.
Arnold	1969	Afrontamiento	– Amor, aversión, desaliento, deseo, desesperación, esperanza, ira, miedo, odio, tristeza, valor.
Arieti	1970	Cognitivo	– Miedo, rabia, satisfacción, tensión, deseo.
Izard	1972 1991	Procesamiento	– Miedo, ira, alegría, ansiedad, interés, sorpresa, vergüenza (culpa), desprecio, asco.
Ekman	1973 1980	Expresión facial	– Miedo, ira, alegría, tristeza, sorpresa, asco.
Osgood <i>et al.</i>	1975	Significado afectivo	– Miedo, ira, alegría, tristeza, placer, interés, sorpresa, asco.
Emde	1980	Biosocial	– Miedo, ira, alegría, tristeza, interés, sorpresa, ansiedad, vergüenza, timidez, culpa, asco.
Scott	1980	Sistémico	– Miedo, ira, placer, soledad, ansiedad, amor.
Panksepp	1982	Psicobiológico	– Miedo, ira, pánico, expectativa, esperanza.
Epstein	1984	Integrador	– Miedo, ira, alegría, tristeza, amor.

Trevarthen	1984	Psicología infantil	– Miedo, ira, felicidad, tristeza.
Weiner	1986	Independencia atribucional	– Culpabilidad, desesperanza, felicidad, ira, sorpresa, tristeza.
Oatley y Johnson-Laird	1987	Sin contenido proposicional	– Felicidad, ira, miedo, repugnancia, tristeza.
Lazarus	1991	Cognitivo	– Ira, ansiedad, vergüenza, tristeza, envidia, asco, felicidad/alegría, orgullo, amor/afecto, alivio, esperanza, compasión y emociones estéticas.
Johnson-Laird y Oatley	1992	Emociones básicas	– Miedo, ira, felicidad, tristeza, asco.
Goleman	1995	Emociones primarias y sus “familiares”.	– Ira, tristeza, miedo, alegría, amor, sorpresa, aversión, vergüenza.
Fernández-Abascal	1997	Emociones básicas principales	– Miedo, ira, ansiedad, asco, tristeza, hostilidad, sorpresa, felicidad, humor, amor.
Turner	2002	Sociológico	– Miedo-aversión, ira-assertividad, satisfacción-felicidad, decepción-tristeza.
TenHouten	2007	Psicología social	– Aceptación, asco, amor, tristeza, ira, miedo, anticipación, sorpresa.

Si bien es cierto existen muchos autores con diferente punto de vista, motivo por el cual hay diversas clasificaciones de las emociones, sin embargo, no hay ninguna que haya sido aceptada de forma general.

### 2.3 Inteligencia emocional

De acuerdo con investigaciones en el campo de la psicología, se ha demostrado que las emociones juegan un papel muy importante para el manejo de las relaciones sociales en el aprendizaje, se requiere por ello, que los alumnos desarrollen capacidades para fortalecer la autoestima, aprender a expresar sus emociones y lograr acuerdos para poder así resolver conflictos.

Tradicionalmente en la enseñanza y el aprendizaje existía una separación entre la cognición y la emoción, gracias a los estudios de Daniel Goleman en su libro *Inteligencia emocional* (1995), la cognición ya no se considera superior a la emoción, sino algo semejante.

La aportación de Goleman permitió un cambio trascendental que impactó a la psicología y a la educación, es por ello por lo que hoy en día la escuela está centrando sus esfuerzos y así convertirse en un espacio para el desarrollo integral atendiendo a

la educación emocional, entendida según el pedagogo Rafael Bisquerra (2000) como un proceso de carácter no solo educativo, sino continuo y permanente.

La escuela es un medio directo por el cual todos los seres humanos pasamos, en donde se desarrollan espacios integrales y se beneficia a los alumnos con respecto a cómo en su proceso de aprendizaje pueden y saben manejar las emociones de modo que no afecten en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Es a partir de mediados de los 90, que la inteligencia emocional es un tema de interés general por parte de la sociedad. Par Goleman (1995: 43-44) la inteligencia emocional consiste en:

1. Conocer las propias emociones: hace referencia al principio de Sócrates “conócete a ti mismo”, es decir, tener consciencia de las propias emociones, reconocer un sentimiento en el momento que ocurre, una incapacidad de este sentido da pauta a las emociones incontroladas.
2. Manejar las emociones: la habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones, pues es parte importante de las relaciones interpersonales.
3. Motivarse a uno mismo: una emoción tiende a impulsar una acción, el autocontrol emocional conlleva demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos.
4. Reconocer las emociones de los demás: la empatía se basa en el conocimiento de las propias emociones, las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean.
5. Establecer relaciones: establecer buenas relaciones con los demás, es en gran medida, la habilidad de manejar las emociones de los demás. (Alzina)

La inteligencia emocional es una meta habilidad que determina en qué medida podremos utilizar correctamente las habilidades que poseemos, incluida la inteligencia. Para Goleman el Coeficiente Emocional puede sustituir al Coeficiente de la Inteligencia, es por ello que dice que los que tiene éxito se diferencian en sus habilidades, presentes desde la infancia, para dominar la frustración, regular las

emociones e interactuar con otras personas., esta es una de las habilidades que debería estar presentes en la vida, y que además se debe desarrollar en su totalidad por todos.

Además de Goleman, otros autores han expuesto sus modelos de inteligencia emocional, entre ellos destacan:

Weisinger (1998) propone un modelo de inteligencia emocional en el trabajo, incluye autoconciencia, gestión empresarial, automotivaciones, etc.

Higgs y Dulewicz (1999) incluye conductores (motivación), limitadores (responsabilidad y elasticidad emocional), y facilitadores (autoconciencia, sensibilidad interpersonal)

Si bien es cierto la inteligencia emocional es una habilidad mental que tiene relación con el procesamiento de la información personal y que va a permitir una mejor relación inter e intrapersonal.

Es importante mencionar a Salovey y Mayer (1990), pues para ellos la inteligencia emocional consiste en una habilidad para manejar los sentimiento y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios sentimientos y acciones.

La inteligencia emocional de Salovey y Mayer (1990, 2007), y difundida por Goleman (1995), es un referente esencial y de primer orden por lo que respecta a la educación emocional. En ese sentido, la educación emocional surge en el marco de la revolución emocional que estas aportaciones desencadenan. Los conceptos de conciencia y regulación emocional, que se basan en la inteligencia emocional, son claves en las competencias sociales.

De esta manera se completa la idea de los demás autores pues todos refieren a que la inteligencia emocional es una habilidad que todos los seres humanos debemos desarrollar y manejar de la mejor manera, es decir, se refiere a un “pensador con un corazón” porque permite percibir, comprender y manejar las relaciones sociales.



Concluyo con que la inteligencia emocional se debe empezar a desarrollar desde temprana edad, pues así de esta manera los niños podrán tener un mejor manejo de sus emociones y actuar con conocimiento ante las situaciones en las que esta se hace presente.

## **2.4 Educación emocional**

Se hace énfasis en la pregunta detonadora ¿Qué entendemos por educación socioemocional? En este sentido, se puede decir que la educación socioemocional se define como un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2000).

Con relación a ello puedo mencionar que la educación emocional es un proceso de aprendizaje educativo que permite dar continuidad y permanencia a lo largo de la vida, desde el nacimiento, hasta la vida adulta.

Al hablar de educación emocional se hace mención en primer lugar al GROPE (Grup de Recerca en Orientació Psicopedagògica), ya que fue el grupo que utilizó la expresión educación emocional en primer lugar a partir de 1997.

Pérez Escoda y Cabero (2007) han realizado un estudio sobre los ámbitos de aplicación de la educación emocional y de las temáticas emergentes en este campo.

Sin duda alguna se han realizado infinidad de estudios referentes al tema de la educación emocional de los cuales se han derivado algunos antes mencionados y se han hecho investigaciones profundas sobre los mismos que dan pauta a obtener un mejor conocimiento.

De acuerdo al Plan de estudios 2017 de Educación Normal en el curso Educación socioemocional, la educación socioemocional se define como: “un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones

responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética. Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflitivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida” (SEP, 2017; p. 514).

En base a lo anterior se rescata que la educación socioemocional con referencia al plan de estudios 2017, es un proceso por el cual los seres humanos construyen su propio aprendizaje teniendo como base el manejo de las emociones, en consecuencia, de ello se deben practicar herramientas que permitirán un sano bienestar con la misma persona y con los demás.

En la educación preescolar es indispensable que el docente comprenda en un inicio los principios fundamentales para implementar programas de Educación socioemocional apropiadas al contexto y nivel de desarrollo del estudiante, desarrollar competencias socioemocionales propias y contar con estrategias para genera un clima del aula que promueve el bienestar socioemocional de sus estudiantes para integrar de forma exitosa la Educación Socioemocional. (Schonert-Reichl, K, Hanson-Peterson, J. y Hyme, S., 2016).

Sin duda alguna de manera relevante la educación socioemocional que se imparte en el preescolar pretende que los niños desarrollen capacidades que les permitan tener y generar una convivencia escolar armónica, de modo que todos sean beneficiados, por lo cual se trabajan estrategias dentro del aula que tienen como objetivo poder desarrollarlas.

Con este enfoque se requiere que la educación socioemocional sea vista con carácter preventivo de primer nivel, es decir, que los estudiantes puedan minimizar el impacto del ambiente externo en su propia persona mediante el desarrollo de sus propias emociones y el mejoramiento del estrés, la impulsividad o agresividad en sus interacciones cotidianas.

La educación socioemocional tiene propósitos generales para todo el sistema de educación básica dentro de los cuales se menciona el desarrollar habilidades y estrategias para la expresión, regulación, gestión de las emociones, el desarrollo de formas de comunicación asertiva, la escucha activa, fortalecer la autoestima para trasladarse con seguridad, respeto y reconocer el poder de la empatía para establecer relaciones sinceras, respetuosas, duraderas; estos propósitos se trabajan de manera transversal en las dimensiones socioemocionales las cuales dinamizan las interacciones en el plano individual y social donde los estudiantes aprenden a trabajar con su propia colección emocional para impulsar el ejercicio personal y colectivo de las habilidades específicas:

- Autoconocimiento
- Autorregulación
- Autonomía
- Empatía
- Colaboración

Dichas dimensiones, por medio de su enfoque pedagógico, buscan proveer tanto a los estudiantes como a los docentes de herramientas para trabajar en el aula las habilidades socioemocionales que permitan favorecer no solo el aprendizaje y la convivencia escolar, sino conjugar la percepción del alumno, la función del profesor y la razón de ser de la educación. (Educación socio 3 emocional pág.8)

Es a través de las 5 dimensiones por las cuales los estudiantes aprenden a trabajar con el propio repertorio emocional y en consecuencia de ello impulsar el ejercicio personal y colectivo de las habilidades específicas:

- Autoconocimiento: es referido al hecho de como se conoce cada uno, el aprecio y la comprensión que se tiene de la propia persona involucrando en ello la conciencia emocional, la autoestima y la gratitud.
- Autorregulación: interfiere aquí el proceso de reflexión acerca del espacio intrapersonal en colaboración con los procesos de metacognición, la expresión,

la regulación emocional, la perseverancia y la autorregulación de emociones para el bienestar

- Autonomía: desarrollar confianza en la propia persona para manejar situaciones que nos afectan por medio de la iniciativa personal, identificación de necesidades, la búsqueda de soluciones fomentando a su vez la toma de decisiones y compromisos.
- Empatía: es decir, identificarse emocionalmente con otra persona y comprenderla, buscando su bienestar, recibiendo y dando un trato digno.
- Colaboración: Fortalecer la construcción de relaciones interpersonales a través de una comunicación positiva, responsabilidad y resolución de conflictos.

De acuerdo con Rafael Bisquerra en su libro Psicopedagogía de las emociones, nos habla acerca de que la educación emocional se propone el desarrollo de competencias emocionales, de tal manera se dice que es un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social (Bisquerra, 2000).

En este sentido, tal educación busca perfeccionar el desarrollo del ser humano, en todos los aspectos; físico, intelectual, moral, social, etc., tomando así un papel fundamental como una educación para la vida.

La educación emocional, debe estar presente a lo largo del currículo académico, debido a que es un proceso educativo continuo y permanente que se prolonga durante toda la vida, así se justifica el hecho de que las competencias emocionales son las más difíciles de adquirir.

Se entiende entonces, la educación emocional como una propuesta educativa encaminada al desarrollo de competencias emocionales, de aquí que la inteligencia emocional es uno de los fundamentos básicos de esta educación.

Puedo decir entonces que la educación emocional es una educación cuyo fin es potenciar al máximo el desarrollo humano mejorando sus distintas facetas de vida, de manera que se tenga la capacidad de aplicar una multiplicidad de situaciones.

## **2.5 El juego como estrategia de aprendizaje.**

### **2.5.1 El juego**

Al determinar la línea de investigación de dicho trabajo surge la variable del juego, mismo que permite llevar a cabo la propuesta para atender la problemática presentada.

De esta manera señalo que el juego es una forma cognitiva de interacción con objetos y con otras personas que propicia el desarrollo cognitivo y emocional de los niños. (SEP, 2017: 163)

El juego es una actividad que todo ser humano practica a lo largo de su vida, además es una actividad fundamental del proceso evolutivo que fomenta el desarrollo de la estructura del comportamiento social.

Esta actividad permite desarrollarse plenamente en espacio en donde las interacciones se dan a menudo, pues de esta manera se visualizan habilidades y actitudes de la persona que van con aspectos emociones, sociales, cognitivos, etc.

Son muchos los autores que hablan del juego y que lo consideran imprescindible en la vida de todo ser humano, la mayoría coinciden en que el juego es una de las actividades innatas que surgen de forma natural, debido a que permite la relación de unos con otros.

Piaget considera que el juego es el medio a través del cual el niño se desarrolla y entra en contacto con el medio que le rodea, ya que de este modo se podrá comprender y asimilar la realidad de una mejor manera. Ortega Ruiz (1992) añade que Piaget considera el juego como una actividad subjetiva, espontánea que produce placer y ayuda a resolver conflictos. Así mismo nos facilita una definición de Vygotski (1934) donde éste define el juego como un factor básico del desarrollo, un contexto específico de interacción en el que las formas de comunicación y de acciones entre iguales se convierten en estructuras flexibles e integradoras que dan lugar a procesos naturales de adquisición de habilidades específicas y conocimientos concretos referidos a los ámbitos de los temas que se representan en el juego y a los recursos psicológicos que se despliegan en el mismo.

Por otra parte, Zabalza (1987) nos acerca a una definición del juego de Bruner quien señala el juego como una proyección de la vida interior hacia el mundo, en contraste con el aprendizaje mediante el cual interiorizamos el mundo externo y lo hacemos parte de nosotros mismos. En el juego nosotros transformamos el mundo de acuerdo con nuestros deseos mientras que en el aprendizaje nosotros nos transformamos para conformarnos mejor a la estructura del mundo.

El juego resulta ser una actividad natural que propicia la posibilidad de adquisición de los aprendizajes, mismos que sirven para la vida, pues esta acción se motiva de acuerdo con los intereses personales.

Jugando el niño aprende a establecer relaciones sociales con otras personas, se plantea y resuelve problemas propios de la edad.

De acuerdo con Brower (1988) el juego no es un lujo, sino una necesidad para todo niño en desarrollo, pues es una base fundamental para una etapa adulta, sana, exitosa y plena.

El juego y las acciones que conlleva son una base para la educación integral pues se requiere de la interacción y de la actitud social, Zapata (1990) delimita que el juego es un elemento primordial en la educación escolar, los niños normalmente aprenden mientras juegan, por lo que esta actividad debe convertirse en un eje central, además de que propicia grandes beneficios de los cuales se puede citar al desarrollo potencial cognitivo, la percepción, la activación de la memoria y el arte del lenguaje.

Es desde la infancia que el juego se hace presente en nuestras vidas y es por ello que resalta su vital importancia por ello es considerado como un modo de emitir emociones y sentimientos, además que se convierte en una actividad divertida, gratificante y educativa debido a que:

- ✓ Es una actividad natural que ocupa un lugar predominante en la vida de los niños.
- ✓ Es una forma estratégica de aprendizaje y un medio a través del cual el niño es capaz de aprender los roles, relaciones sociales, propiedades de los objetos, etc.

- ✓ Los niños juegan expresando los acontecimientos ocurridos en sus vidas poniendo en práctica su creatividad e imaginación.
- ✓ Ofrece al niño diversión y aprendizaje, pues es una necesidad básica.
- ✓ Es una actividad libre y espontánea, no estando condicionada a las exigencias de la realidad externa.

De este modo se puede afirmar que el juego fomenta el desarrollo de:

- ✓ Las emociones, apuntándose principalmente a la liquidación de conflictos. (Piaget, 1959)
- ✓ La socialización con iguales y con adultos, promueven el aprendizaje de la niñez e infancia acerca de los valores culturales a través del juego. Asimismo, sirve al niño para aprender y practicar rutinas interactivas en términos de habilidades sociales (Shaffer, 1993).
- ✓ En el aspecto cognitivo, especialmente en las relaciones entre juego y lenguaje matemático y conceptual.

El juego es una herramienta principal que es utilizado como medio de aprendizaje, especialmente en edad preescolar ya que funge como herramienta para el desarrollo y el aprendizaje infantil, el juego involucra el habla, el vocabulario, la comprensión lectora, la atención, la imaginación, la concentración, el control de los impulsos, la curiosidad, la empatía y la participación grupal.

### **2.5.2 ¿Qué es el juego simbólico?**

El juego es una estrategia útil para aprender en el área de educación preescolar de una manera especial, ya que propicia el desarrollo de habilidades sociales, reguladoras por las múltiples situaciones de interacción con otros niños y con los adultos de la escuela. El juego simbólico es importante en esta etapa, ya que las situaciones que los niños presentan son expresión de sus percepciones del mundo social y van adquiriendo una organización compleja consecuencias prolongadas.

Mediante el juego simbólico los niños hacen que un objeto represente algo distinto a lo que es, e inventen diálogos a partir de los personajes que ellos mismo deciden y representan. (SEP, Juego , 2017)

De acuerdo con Piaget (1959), el juego se presenta de diferentes formas dependiendo de la etapa, estadio o edad del niño, enfocándonos en el eje de análisis Piaget menciona que:

El juego simbólico radica en la utilización de símbolos que permiten “hacer como sí”, o “pretender”. Es imaginativo, dado que el niño puede, mediante actividades lúdicas simbólicas, ser cualquier persona o cosa y realizar cualquier actividad.

Piaget (1962), señalaba que la capacidad de pensar en objetos, hechos o personas ausentes marca el comienzo de la etapa preoperacional, pues es aquí en donde el niño demuestra una mayor habilidad para emplear símbolos, gestos, palabras, números e imágenes, mismo que ocupa para representar las cosas reales del entorno.

En el juego simbólico se expresa la dimensión de integración referida a la complejidad estructural del juego. Un paso que va desde las acciones aisladas, en los primeros momentos del juego simbólico hasta las combinaciones en secuencias (Nicolich, 1977; Bates y cols. 1979), en Sánchez, P. 1998).

Dentro de este tipo de juego existe una estructura que permite que se haga presente la función simbólica de este:

- Imitación diferida: Acción real dada en ausencia del modelo, aquí el niño evoca sucesos, acciones, y es capaz de realizarlos para satisfacer sus deseos.
- Dibujo: Trata de imitar la realidad.
- Imagen mental: El objeto, suceso, persona está interiorizando y el niño es capaz de construir mentalmente las partes faltantes de un todo.
- Lenguaje: Permite expresar verbalmente las acciones pasadas e interiorizadas en el pensamiento, manifestando el conocimiento que posee de los objetos, sentimientos y emociones, e intercambiar ideas.
- Juego simbólico: Le permite manifestar sus afectos, conocimientos, emociones y deseos. (Juego simbólico )

Como se ha analizado el juego simbólico es un tipo de juego que le permite al niño expresarse en su máximo potencial, pues desarrolla capacidades y habilidades que le ayudan a fortalecer su aprendizaje, y que lleva el ejercicio de la realidad al juego,



empleándolo de distintas formas que satisface sus necesidades, además a través de éste es capaz de manifestar actitudes, emociones, sentimientos y comportamientos que dan cuenta de lo que vive en su día a día.

### **2.5.3 Importancia del juego en preescolar**

El juego es una actividad tan antigua como el hombre mismo, el ser humano lo realiza en forma innata, producto de una experiencia placentera como resultado de un compromiso en particular, es un estímulo valioso mediante el cual el individuo se vuelve más hábil, perspicaz, ligero, diestro, fuerte y sobre todo alegre, así lo definen Lacayo y Coello (1992), donde también consideran que los niños aprenden a crecer en una forma recreativa.

El docente debe estar consciente de la utilidad del juego en el desarrollo de aprendizajes, pues su labor se ve facilitada en el sentido de tener objetivos de clase, actividades estructuradas no solo de expresión libre sino de desarrollo social, emocional e intelectual.

Esto permite al docente formular un concepto teórico que sustente las actividades relacionadas entre el juego y sus objetivos de clase. Convirtiendo o dando así un sentido lógico a una actividad natural del niño y lo que se espera que él desarrolle integralmente en el aula.

El valor del juego en educación infantil es reconocido pues cumple una importante función como recurso potenciador de procesos de razonamiento y de aprendizajes.

De acuerdo con Piaget (1959), el juego simbólico se expresa con mayor intensidad durante el segundo año de vida del niño, sin embargo, es posible programarse como actividad didáctica que posibilite la adquisición y fortalecimiento de nuevas conductas.

Cuando el educador hace uso del juego, el principal objetivo es que se de el aprendizaje, es decir que los alumnos adquieran oportunidades de obtener experiencias sociales y emocionales mientras están jugando, por ejemplo: enfado, alegría, agresión, conflicto y otras.

En el jardín de niño la estrategia que más utilizada, es el juego, pues es importante que le niño a esa edad juegue y que además con ello aprenda, por lo que adquiere

importancia que se debe tomar en cuenta a la hora de diseñar las estrategias de aprendizaje, es por ello que, en preescolar, se recomienda a los educadores una serie de principios pedagógicos para la enseñanza:

- ✓ El educador debe conocer muy bien el juego, antes de presentarlo a los niños, tener listo el material a utilizar y delimitar el terreno del juego.
- ✓ Motivar a los alumnos antes y después del juego de aprendizaje.
- ✓ Explicar de forma clara y sencilla el juego antes de dirigirlo, así como dar oportunidad de que realicen preguntas para su mejor entendimiento.
- ✓ El educador debe involucrarse en el juego, mostrando interés.
- ✓ Involucrar a todos en el juego.

La importancia del juego radica en la contribución hacia el aprendizaje e influye como un aspecto en el proceso educativo de los niños, sobre todo en la etapa preescolar.

Zapata, 1990 explica el juego como un ejercicio preparatorio para la vida y tiene como objeto el libre desarrollo de los instintos heredados todavía sin formar; resulta un agente natural educativo. Es por ello por lo que se toma en cuenta al momento de planear en este nivel educativo.

La escuela debe brindar al niño un ambiente apropiado en el que pueda actuar con total libertad y pueda encontrar el material y los juguetes didácticos que respondan a su profunda necesidad de moverse, actuar y realizar ejercicios. Wallon considera que el juego se confunde bastante bien con la actividad entera del niño, mientras esta siga siendo espontánea y no reciba sus objetivos de las disciplinas educativas. Por tanto, la escuela debe buscar en el juego infantil un medio y no condicionarlo a finalidades educativas cerradas, es decir permitir la máxima expresión al momento de que se está ejecutando.

## **2.6 Otros tipos de juego**

### **2.6.1 Juego cognitivo-conductual**

La terapia de juego cognitivo-conductual surge de la forma en que Aaron Beck (1964, 1976) concebía a la terapia cognitiva (TC). El modelo cognitivo de los trastornos mentales implica la interacción entre cognición, conducta y fisiología (Beck y Emery,

1985), y sostiene que la conducta es mediada por procesos verbales; la manera en que los individuos interpretan el mundo determina en gran medida cómo se comportan, sienten y entienden las situaciones de la vida (Beck, 1967, 1972, 1976).

En la teoría cognitiva, las experiencias emocionales son determinadas por cogniciones que se desarrollaron en parte de experiencias más tempranas.

La adaptación de la terapia cognitiva para preescolares ha recibido una atención cada vez mayor en los últimos 10 años. La terapia de juego cognitivo-conductual, según la idea de Knell, fue desarrollada para usarse con niños de dos y medio a seis años e incorpora las terapias cognitivas, las conductuales y las de juego.

La terapia de juego cognitivo-conductual se basa en la teoría cognitiva de los trastornos emocionales y en los principios cognitivos de la terapia, los cuales son adaptados de forma apropiada para el desarrollo; este tipo de terapia es sensible a los problemas del desarrollo de los niños y hace hincapié en la validación empírica de la eficacia de las intervenciones.

Con relación al juego simbólico, el juego cognitivo conductual se involucra en la medida que se ve reflejado el uso de la cognición y la conducta a través de las acciones y comportamiento que manifiesta el niño, es por ello que con ayuda de este de desarrollar experiencias que suelen ser en algunos casos más significativas.

### **2.6.2 Juego familiar**

La terapia de juego familiar es la unión de dos teorías importantes de la psicoterapia: la terapia de juego y los sistemas familiares.

Los terapeutas familiares solicitan la participación de los niños y otros miembros de la familia cuando algún integrante de la familia (padre, cónyuge, adolescente) requiere ayuda, si los niños pequeños no son el punto central de interés, la mayoría de los terapeutas considerarán los problemas identificados en el contexto de todo el sistema familiar, por lo que se cree que es fundamental comprender el papel de todos en la familia.

Los terapeutas de juego, a quienes por lo general les son referidos niños muy pequeños, están entrenados para ver sobre una base individual después de que han

obtenido de los padres quienes buscan ayuda para sus hijos la información antecedente necesaria.

El juego en la familia es fundamental para el aprendizaje del niño pues parte de muchas teorías y es ahí cuando realmente se apoya al alumno, es por ello por lo que las investigaciones han abordado la importancia del juego familiar y la importancia que esta tiene en el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo que los terapeutas realizan una serie de investigaciones que anteceden al desarrollo de los niños y rescatan su importancia.

## 2.7 MARCO METODOLÓGICO

Cuando se perpetra en un trabajo de índole investigativo se desempeña un rol que requiere abrirse a nuevas experiencias que generen cambios en sus procesos y constructos mentales que permitan emprender un estudio en pro de la mejora de la práctica docente, es decir, que la investigación debe ser beneficiosa para obtener la importancia que esta se merece. Se propiciará entonces perfeccionar la intervención educativa, partiendo desde la planificación de situaciones didácticas que atenderán a las necesidades de grupos y estrategias que se implementarán en el cambio que se quiere hacer.

Cervo y Bervián (1989) definen la investigación como: “una actividad encaminada a la solución de problemas. Su objetivo consiste en hallar respuesta a preguntas mediante el empleo de procesos científicos” (p. 41). Esta actividad consiste en elegir qué es lo que queremos saber para poder así seleccionar los instrumentos adecuados y la metodología científica conveniente.

Considero importante mencionar que investigar en educación es responder bajo la perspectiva científica que conlleva concepciones y prácticas investigadoras, en donde el docente es quien participa en la articulación de sus teorías donde se encuentran presentes sus propias prácticas y los aspectos que se desea mejorar.

La investigación me permite identificar lo que los alumnos conocen y pueden realizar, para que posterior a ello se puedan implementar estrategias que beneficien a los aprendizajes de los niños, de tal forma que sea importante exigirme ejecutar investigaciones que sustenten mi trabajo en el aula y como resultado me permita recalcar la problemática detectada para poder atenderla.

Al estar inmersa en una investigación del ámbito educativo se hará uso de la metodología de la investigación – acción.

Lewin (1946) definió a la investigación-acción como “una forma de cuestionamiento autorreflexivo, llevada a cabo por los propios participantes en determinadas ocasiones con la finalidad de mejorar la racionalidad y la justicia de situaciones, de la propia

práctica social educativa, con el objetivo también de mejorar el conocimiento de dicha práctica y sobre las situaciones en las que la acción se lleva a cabo”.

Sin embargo, según Moser (1978) añadió que "el conocimiento práctico no es el objetivo de la investigación acción sino el comienzo", es decir, aunque los problemas son los que guían la acción, la parte fundamental es entender la enseñanza y no investigar sobre ella: el profesional realiza un proceso de búsqueda continua por medio de la reflexión sobre su propia práctica, y como resultado de ello introduce mejoras progresivas en su propio proceso de enseñanza.

De acuerdo a (Esquivel, 2010) esta metodología sigue un modelo en espiral que varía en relación a la complejidad de la problemática, de las cuales sus fases son:

1. Problematización: La labor educativa se desarrolla en situaciones donde se presentan problemas prácticos, por lo que el problema elegido será la misma naturaleza.
2. Diagnóstico: Recopilación de la información necesaria de la cual se parte para diseñar una propuesta.
3. Diseño de una propuesta de cambio: Alternativas de actuación.
4. Aplicación de propuesta: Propuestas de acción.
5. Evaluación: Se realizan de forma continua durante y al final del proceso de investigación.

Sin duda alguna la investigación juega un papel importante en la práctica educativa, ya que normalmente esta es de carácter cualitativo, además se relaciona con los problemas prácticos cotidianos experimentados por los profesores. (Elliot, 2000) en su libro La investigación-acción en educación nos menciona algunas características de esta metodología en la escuela de las cuales se menciona:

- El propósito de la investigación acción consiste en profundizar la comprensión del profesor (diagnóstico) de su problema. Por tanto, adopta una postura exploratoria frente a cualesquiera definiciones iniciales de su propia situación que el profesor pueda mantener.

- La investigación-acción adopta una postura teórica según la cual la acción emprendida para cambiar la situación se suspende temporalmente hasta conseguir una comprensión más profunda del problema práctico en cuestión.
- La investigación-acción interpreta "lo que ocurre" desde el punto de vista de quienes actúan e interactúan en la situación problema, por ejemplo, profesores y alumnos, profesores y director.
- Como la investigación-acción contempla los problemas desde el punto de vista de quienes están implicados en ellos, sólo puede ser válida a través del diálogo libre de trabas con ellos.

De esta manera la investigación que se llevó a cabo pretende dar solución a una problemática que radica en la práctica profesional y en el desarrollo de los educandos, dando apoyo para mejorar tal situación, en este caso se lleva a cabo una investigación enfocada a dar atención al área de desarrollo personal y social en el aspecto de educación emocional para dar atención a situaciones, comportamientos observados en la práctica, actitudes, procesos, etc., que se van manifestando en el aprendizaje de los alumnos y así mismo dar atención a los problemas presentes en mi práctica educativa.

### **CAPÍTULO III. PROPUESTA EN MARCHA EN EL JARDÍN DE NIÑOS “ROSARIO R. DE ALVARADO”**

A lo largo de mi formación profesional como docente en la Escuela Normal Número 3 de Toluca tuve la oportunidad de planear y desarrollar situaciones de aprendizaje que permitieran atender a los planes y programas de estudio de educación básica, así como dar mayor atención a las necesidades, interés y características de los niños con los que estuve trabajando.

Es por ello que las situaciones de aprendizaje consideradas están enfocadas en la autorregulación de emociones a través del juego, mismo que sustenta la intencionalidad de este trabajo y que radica en la hipótesis de sustenta la investigación, de esta manera en este capítulo se da pauta a describir algunas actividades que se llevaron a cabo para mi intervención en el jardín de niños, algunas relacionadas con los campos de formación académica, no dejando de lado el área principal de educación socioemocional.

La intención de las propuestas didácticas aplicadas es la mejora de la autorregulación de emociones con los niños, con relación a la forma en la que se dirigen hacia sus compañeros, comportamientos y actitudes de los mismo, para generar una sana convivencia dentro y fuera del aula.

Al analizar el enfoque pedagógico de la educación socioemocional es importante mencionar que este nos dice que:

El lenguaje desempeña una función esencial en estos procesos, porque la progresión en su dominio por parte de los niños les permite relacionarse y construir representaciones mentales, expresar y dar nombre a lo que perciben, sienten y captan de los demás, así como a lo que los otros esperan de ellos. (SEP, 2017: 307).

Es por ello que para la implementación de estas estrategias se hizo uso del lenguaje en su mayoría, dando oportunidades a los niños de que se expresaran con seguridad y de esta forma transmitiera lo que sentían, como se sentía, sus gustos o disgustos, etc.



En relación con ello el enfoque pedagógico del campo de formación académica de Lenguaje y Comunicación nos menciona que:

El lenguaje se relaciona con el desarrollo emocional y cognitivo porque en un sentido positivo permite adquirir mayor confianza y seguridad en sí mismos, relacionarse e integrarse a distintos grupos sociales, y es la herramienta para construir significados y conocimientos. (SEP, 2017: 189).

Se dice entonces que nos comunicamos para expresar de manera verbal y escrita lo que sentimos, expresar nuestras ideas, opiniones, etc., por medio de experiencias de aprendizaje que favorecen el intercambio oral.

El plan y programas de estudio de educación básica pretende que el niño se autónomo, que tenga la capacidad de expresar sus sentimientos y emociones, es por ello que este tipo de temas llama mi atención pues considero importante que los niños desde pequeños sepan controlar sus emociones y hacer frente a las diferentes situaciones que se presentan, para que se sientan felices estando en el aula, así como también se pretende que los niños adquieran confianza en sí mismos, sean capaces de aprender y sepan resolver conflictos para que se relacionen en forma sana con distintas personas.

Es así como este capítulo está destinado a la descripción de algunas actividades que se llevaron a cabo y la presentación de los resultados obtenidos gracias a ellas, cabe mencionar que las actividades que se muestran fueron realizadas en el séptimo y octavo semestre, también se integran algunas actividades realizadas en casa debido al confinamiento a causa de COVID-19.

De esta manera el apartado siguiente da cuenta de lo realizado durante las jornadas de práctica, en donde la prioridad fue el área de desarrollo personal y social de educación socioemocional, en el aspecto de la autorregulación de emociones.

### **3.1 Aplicación y resultados de la propuesta de intervención, aspecto; autorregulación de emociones a través del juego simbólico.**

#### **3.1.1 ESCRIBO, APRENDO Y CONOZCO**

Al inicio de mis prácticas de intervención durante el séptimo semestre, lleve a cabo la intervención con situaciones didácticas enfocadas en la autorregulación de emociones, respondiendo así a mi competencia genérica, de este plan el primer eje fue la identificación de estas, ya que me percate que para algunos niños era difícil reconocer algunas de ellas, y además es importante tener en claro los conceptos que se iban a implementar durante el trabajo diario con los niños.

Para abordar este tema me apoyé del campo de formación académica de Pensamiento Matemático, así como también de Lenguaje y Comunicación, durante este periodo los niños mediante las actividades respectivas a realizar tenían que identificar las emociones, y regular su comportamiento.

Para determinar los logros que se obtuvieron y en relación con el aprendizaje esperado realice actividades mediante juegos que dirán la oportunidad de convivir, respetar turnos, acuerdos, etc., así como también el respeto entre ellos, (Anexo 4), algunas de las actividades enfocadas a mi tema de investigación fueron:

##### **3.1.1.1 Conozco las emociones**

Durante el desarrollo de las actividades de los dos campos formativos se dio oportunidad de conocer un poco sobre las emociones, por lo que inicie con preguntas para conocer lo que ellos sabían, se gesticularon algunas y se mostraron imágenes con la intención de que identificaran como es cada emoción, al notar la manera en la que las identificaron, proporcione a los niños unas paletas de las emociones, mismas que fueron utilizadas al preguntar y dar ejemplo de situaciones que generan ciertas emociones, las cuales tenían que mostrar haciendo uso de este material.

Al final de la actividad di oportunidad de jugar con el memorama de las emociones en donde el propósito de este juego era que los niños aprendieran a respetar turnos en este juego y además que aprendieran a reconocer que está bien y mal por ejemplo si alguien volteaba una tarjeta y la segunda no coincidía significaba que tenía que dar

paso al siguiente participante, y si estas coincidían podría volver jugar, en algunos casos se dificultó con algunos compañeros, por lo que fue necesario explicar nuevamente las reglas del juego, mismas reglas que se aplicaron cuando jugaron de manera libre con sus juguetes. (Anexo 5)

#### **3.1.1.2 ¿CÓMO ME SIENTO?**

En esta actividad la intención fue que a partir de material comestible los niños se motivaran para poder expresar sus emociones, para lo que primeramente recupere lo que habíamos trabajado en relación con este tema y como podíamos reconocer las emociones.

La finalidad de la actividad recae en la situación de representar la emoción causada en base al escucha de una canción y como se sienten durante la reproducción de esta, misma actividad que fue representada con ayuda de material comestible (oblea, cereal, lechera) con esto, los niños tenían que dibujar con estas herramientas como se sintieron. (Anexo 6).

#### **3.1.2 EL AMOR Y LA AMISTAD**

Tomando en cuenta los intereses de los alumnos y las fechas próximas durante el desarrollo de este plan de trabajo se planeó una actividad en relación con la fecha del 14 de febrero.

Iniciamos la situación de aprendizaje rescatando los aprendizajes relacionados a los conceptos que se iban a trabajar acerca del amor y la amistad, reiterando la importancia de tener amigos, posteriormente se dio lectura al cuando de Toy Story, en el cual los personajes fueron considerados la base de la actividad, por lo observado los niños estuvieron muy emocionados con esta actividad, sobre todo por los personajes, inmediatamente de ello, en el pizarrón se encontraba imágenes de personajes de caricaturas mezclados en donde la consigna consistía en juntarlos como amigos, por ejemplo Toy Story, Blanca Nieves, Cenicienta, etc. (Anexo 7), enseguida se hicieron preguntas como ¿Por qué crees que son amigos? ¿Por qué es importante que sean amigos?, haciendo hincapié en la forma en que ellos mismos se relacionan con sus demás compañeros.

Al día siguiente para comenzar la actividad se dio la consigna de que había corazones de colores por todo el salón, los cuales estaban partidos a la mitad, la consigna consistía en buscar las mitades de los corazones, con los cuales se formarían parejas, mismas que se ocuparían para realizar un intercambio conmemorativo a la fecha celebre. Esta actividad de intercambio consistió en decorar un hot cake, mientras dialogaban, y convivían un poco, al término de él se les pidió a los niños que así formados en parejas, tenía que realiza una carta a un amigo, en donde les podían decir lo que ellos quisieran desde un dibujo, hasta un mensaje con ayuda de las maestras.

Al final, cada uno compartió sus cartas, y dirigieron algunas palabras a sus amigos, como actividad siguiente se compartió la película de Toy Story, rescatando en algunas partes la importancia de los amigos y la forma de convivir de una manera sana y pacífica.

En investigaciones recientes se ha confirmado el papel central que desempeñan las emociones y la capacidad para gestionar las relaciones socioafectivas en el aprendizaje, pues es importante que en la escuela se dé la oportunidad de poder dialogar acerca de los estados emocionales, identificarlos en uno mismo y en los demás, así como reconocer las causas y efectos, esto con la finalidad de que los estudiantes puedan dirigirse de una manera más afectiva, es decir autorregulada, autónoma y segura, así mismo se propicia un ambiente de convivencia con los demás de forma pacífica y respetuosa, mismo que se trabajó durante la temporalidad de la situación de aprendizaje. (Anexo 8).

### **3.1.3 LO QUE SIENTO**

Las actividades encaminadas a la autorregulación de emociones realizadas durante la jornada última de intervención permiten a los niños conocer un poco más sobre aquello que sienten, lo que les provoca ese sentimiento y que a su vez se ve reflejado en una reacción llamada emoción de manera que se ve manifestado a través de su comportamiento y actitud en el aula.

La situación de aprendizaje llamada “Lo que siento” (Anexo 9) tuvo como propósito fundamental que los niños identificaran primeramente las emociones básicas (alegría, enojo, tristeza, miedo, calma) para lo cual se inició con la lectura del cuento llamado

“El lobo y los 7 cabritos”, rescatando de este las emociones que manifestaron los personajes que se presentaron y las causas por las cuales presentaron esa emoción, así mismo se hicieron preguntas sobre en qué situaciones ellos se habían manifestado de esta manera y que fue lo que les provoco esa emoción, en esta actividad se hizo una caja del tesoro en el cual al final de cada día los niños se tenían que evaluar en relación al comportamiento y las actitudes que habían manifestado. La finalidad de este era que al finalizar las situaciones de aprendizaje se hiciera un análisis sobre las emociones que más se presentaron y el por qué sin embargo dado a la contingencia presenta, dicha actividad no se pudo concluir.

Se trabajo también con una actividad en la cual se pretendía que los niños clasificaran acciones que les gusta sentir y cuales no les gusta sentir y por qué, al realizar esta actividad los niños expresaban situaciones refiriendo a esa imagen, incluso daban ejemplo de lo que probablemente había pasado o estaba pasando para que el personaje estuviera de esa forma. (Anexo 10)

Para evaluar y tener evidencia de este aprendizaje, se trabajó a través de una hoja de actividad en donde los niños tenían que ubicar un color en cada frasco y con ayuda de la docente anotar alguna situación que la representara y por qué se sentía de esa manera. (IMAGEN)

Para dar cuenta de la estrategia utilizada en el trabajo de investigación, referida al juego simbólico, se realizaron actividades en apoyo con el campo de formación académica de Exploración y Comprensión del Mundo Natural y Social, la cual una de las más fructíferas y significativas fue el trabajo relacionado a los oficios y las profesiones, en donde los niños por medio de distintas actividades tenían que conocer el significado y la referencia de cada uno de ellos.

### **3.1.4 OFICIOS Y PROFESIONES.**

Para iniciar con esta situación como primer punto se retomaron los aprendizajes previos al tema con ayuda de preguntas por ejemplo ¿Qué oficios conocen? ¿Qué profesiones conocen? ¿Qué hacen esas personas?, etc., en relación con lo que los niños contestaron se fueron mostrando imágenes con la intención de que identificaran a que se refiere y cuales son ejemplo de ellos, incluso con ayuda de los papas, se les

pidió que preguntaran a que se dedicaban y cuáles eran las acciones que hacían distintas personas.

De manera más específica dando cuenta al juego simbólico referido como una relación de la realidad al juego, se llevó a cabo una actividad de estaciones, en las cuales la consigna refería al hecho de que los niños tuvieran la oportunidad de experimentar distintos oficios y profesiones, para lo que con ayuda de algunos materiales donados por ellos, los niños tuvieron la oportunidad de pasar por diferentes estaciones y jugar entre ellos mismos, por ejemplo utilizaron materiales de construcción, dando referencia al oficio de los albañiles, así como también jugaron a ser maestros y doctores.

Dicha actividad da cuenta de cómo por medio de objetos y herramientas los niños tienen la oportunidad de crearse en otros personajes y utilizar materiales de la vida diaria para simular el trabajo que realizan, además con esta actividad se ven favorecidos aspectos como respetar turnos, una convivencia reguladora, respeto de materiales, e incluso el uso del diálogo para solucionar conflictos, lo que apoya en la autorregulación de emociones ante las distintas situaciones presentadas.

Durante el confinamiento presentado a causa de la pandemia ocasionada por el COVID-19, en conjunto con los padres de familia se han realizado actividades que aportan aprendizaje relacionado con mi tema de investigación, mismas que propician a los alumnos un mejor control de las emociones, lo que ocasiona que se genere una mejor convivencia, dentro de estas actividades se han retomado como apoyo algunos campos de formación académica, así como las áreas de desarrollo personal y social, las cuales tienen relación con el tema de investigación y la estrategia a utilizar, algunas de ellas son:

Con ayuda del área de desarrollo personal y social de artes se ha propiciado la implementación del juego simbólico para autorregular las emociones, en colaboración con el uso de títeres, en este sentido se llevó a cabo una actividad en la cual el objetivo era que los niños en conjunto con los papas fueran capaces de representar una obra de teatro, para lo que como motivación se pidió que los títeres a usar fueran elaborados por los propios niños. (Anexo 12).

Si bien es cierto el trabajo que se realiza en casa muchas veces no suele ser tan fructífero, sin embargo, se ha tratado de apoyar a los papas de manera que se logre el aprendizaje en los alumnos, es por ello que las actividades propuestas van encaminadas al logro de los aprendizajes que marca el plan y programa de estudio vigente, de esta manera además de las actividades ya mencionadas dan cuenta de ello.

Durante este confinamiento las actividades relacionadas al tema de investigación han dado resultado, mismo que se ve reflejado en las evidencias de los alumnos, se ha llevado a cabo el reconocimiento de las emociones básicas (Anexo 13), con ayuda de ello una de las actividades realizadas en casa fue la representación de un conflicto (Anexo 14), utilizando como estrategia el juego simbólico, representando una situación semejante a realidad, con la intención de dar respuesta a posibles soluciones que permitan un mejor manejo de la situación, autorregulando las emociones en el momento.

Con lo antes mencionado damos cuenta de cómo el niño es capaz de aprender mediante el juego simbólico, es decir se da cuenta de lo que dice Piaget (1959), pues con este tipo de actividades el niño expresa con intensidad nuevas conductas y se comporta ante diferentes situaciones, de esta forma los niños se nutren de experiencias sociales y emocionales, que favorecen sus aprendizajes.

El trabajo con los niños es muy bonito, requiere de una gran dedicación, responsabilidad y compromiso, pues la educación preescolar, es uno de los niveles más importantes de los niños, ya que es la primer institución encargada de formar primeros aprendizajes en los pequeños, de esta manera el trabajo con emociones requiere de una mayor dedicación, debido a que es un tema sumamente complejo que se debe trabajar durante toda la vida escolar, pues son bases ante los diferentes contextos que se viven día a día.

## CONCLUSIONES

Frente a las experiencias adquiridas durante este proceso de investigación y la experiencia docente en las jornadas de practica puedo concluir con un análisis exhaustivo acerca de la autorregulación de emociones y a la importancia que tiene el juego simbólico en situaciones de este tipo.

En el ámbito educativo se pretende tener la capacidad de reflexionar sobre la práctica docente, de tal modo que se analicen las debilidades y fortalezas que este trabajo tiene, dado a que el papel y la función que tiene el profesor debe satisfacer a las necesidades de la sociedad.

Como ya se ha mencionado antes la escuela, es una de las instituciones primordiales en donde el niño tiene la oportunidad de desenvolverse libremente, de aprender, de jugar, de socializar y conocer, ya que es aquí en donde se constituyen unos de los grandes focos de aprendizaje. Durante mi experiencia docente en las practicas, tuve la oportunidad de reflexionar acerca de las debilidades que tengo, dentro de las cuales menciono el diseño de situaciones que den frutos de aprendizaje con los alumnos, de tal manera en este tiempo pude dar atención a la competencia genérica que me propuse a desarrollar, así puede dar atención a los alumnos y además aprender de manera autónoma.

Las jornadas de práctica que realicé durante mi estancia en la escuela, me permitió ahondar más en realidades del jardin de niños, lo que propicia en mi un mayor aprendizaje, al igual que en los alumnos, de esta manera es que surge mi interés al tema de educación socioemocional, ya que en relación al plan y programas, puedo decir que es una de las áreas de mayor importancia pues si bien es cierto las emociones están presentes durante toda nuestra vida y las manifestamos a través de diferentes manera, ya sea positiva o negativa.

A partir de las observaciones realizadas pude rescatar aprendizajes que son significativos, los cuales se trabajó con los niños, cuyo objetivo fue autorregular, es decir, al inicio de mis practicas me percate que los niños de 2° B se les dificultaba regular sus emociones, pues sus reacciones eran el llanto, golpes hacia sus



compañeros, jugar todo el tiempo y molestar, lo que por ende ocasionaba la falta de atención durante las actividades, dispersión de objetivos en el salón, lo que en consecuencia traía que los niños no aprendieran, durante ese tiempo se fueron implementando situaciones didácticas que les propiciaran la regulación de sus emociones a través de diferentes temáticas que responden a los aprendizajes esperados a logra, durante la implementación de las actividades los niños fueron acatando reglar, respetando normas y acuerdos, y además desarrollaban la capacidad de reconocer lo que eta bien y está mal, de tal modo que puedo decir que con ayuda de la estrategia de círculos de confianza los niños reconocían lo que hicieron, lo que sintieron, y lo que esto podría tener de consecuencia, al final del desarrollo de las situaciones de aprendizaje, pude notar el gran avance que se tuvo en relación a las emociones, mismas del cual me permito mencionar a algunos alumnos de los cuales el cambio fue más notorio, por ejemplo: al inicio del ciclo Héctor solía llorar mucho, por diferentes motivos, a lo cual al día de hoy analiza lo que hizo, y no recurre al llanto, sino que se controla así mismo reconociendo sus acciones, de igual Karla quien puede mantener la calma y mostrar un comportamiento apto ante situaciones que le genera negatividad, lo mismo que Iker, quien era un niño inquieto, y que le gustaba molestar a sus compañeros, mediante las actividades planeadas Iker pudo aprender a controlar sus emociones y respetar acuerdos dentro y fuera del salón, dando respuesta así a los objetivos que se plantearon en un inicio.

Así entonces puedo decir que la autorregulación de emociones es un tema complejo y que necesita de mucho trabajo, en este nivel el juego es una estrategia imprescindible para el desarrollo de situaciones de este tiempo, pues además es útil para aprender especialmente en esta área ya que propicia el desarrollo de habilidades sociales y reguladoras por múltiples situaciones de interacción que se dan con otros niños, así mismo se resalta la importancia que tiene le educador en este tipo de contextos, dado a que son agentes principales, cuya función es mediar situaciones de control de emociones, las cuales se presentan con mayor regularidad en el nivel preescolar, lo que genera que el ambiente no sea apto y ocasione que no se genera una convivencia escolar armónica, recayendo en los aprendizajes de los alumnos, así como en actitudes y comportamientos que manifiestan en el aula.

En el apartado que explica las propuestas de intervención es muy probable que no sea muy notorio como el juego simbólico ayuda de manera directa a la autorregulación de emociones, sin embargo, menciono que los niños suelen llevar a cabo este tipo de juego de una manera muy natural, pues al escuchar ellos esa palabra de inmediato despierta el interés y la motivación por hacerlo, de esta manera ellos aprenden a través de situaciones que viven y que las transforman a una realidad imaginaria.

Es importante saber diferenciar los diferentes tipos de juego que existen ya además adecuar estas actividades es un elemento principal en el quehacer docente, con el cual damos respuesta a las necesidades de los alumnos, de esta manera y a través de este tipo de juego, yo pude trabajar las emociones con mis alumnos, tomando en cuenta desde sus saberes previos, sus gustos, su interés y sus necesidades de aprendizaje.

## REFERENCIAS

(s.f.).

Alzina, R. B. (s.f.). *Psicopedagogía de las emociones*. España: Síntesis .

Bericat, E. (s.f.). *Emociones*. España : Universidad de Sevilla.

Bisquerra, R. (s.f.). *Cuando surge la educación emocional* .

Elliot, J. (2000). *La investigación-acción en educación* . Morata, S. L.

Esquivel, G. G. (Junio-Noviembre de 2010). *Investigación-Acción: Una Metodología del Docente para el Docente*. Obtenido de Relinquística aplicada. Universidad Autónoma Metropolitana: [http://relinguistica.azc.uam.mx/no007/no07\\_art05.htm](http://relinguistica.azc.uam.mx/no007/no07_art05.htm)

Furlan, S. A. (2018). Del ambiente a la selección de contextos: una propuesta que articula las áreas de ciencias naturales y sociales . En S. A. Furlan, *Del ambiente a la selección de contextos: una propuesta que articula las áreas de ciencias naturales y sociales* (págs. 1-20). México .

Gargurevich, R. (2008). La autoregulación de la emoción y el rendimiento académico en el aula: El rol del docente. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria* , 9.

*Información para padres: La Autorregulación*. (s.f.). Obtenido de Información para padres: La Autorregulación: <http://www.parentingcounts.org/parent-handouts/informacion-para-los-padres-la-autorregulacion.pdf>

*Juego simbólico* . (s.f.). Obtenido de Juego simbólico : <http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/6987/Capitulo2.pdf>

MARTIÑÁ, R. (2003). *Escuela y familia: una alianza necesaria*. . Pachincha: Troquel .

Meneses Montero, M., & Monge Alvarado, M. d. (2001). El juego en los niños: enfoque teórico. *Educación* , 113-124.

Panadero, E., & Tapia, J. A. (2014). ¿Cómo autorregulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman sobre autorregulación del aprendizaje. En E. Panadero, & J. A. Tapia, *Anales de Psicología* (págs. 450-462). España : ISSN editorial impresa Redalyc .

Panadero, E., & Tapia, J. A. (2014). ¿Cómo regulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman sobre autorregulación del aprendizaje . En E. Panadero, & J. A. Tapia, *¿Cómo regulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman sobre autorregulación del aprendizaje* (págs. 450-462). España : ISSN edición impresa Redalyc .

Pérez, V. R. (2018). *Educación Socio3 emocional* . México : Santillana .

Pública, S. d. (2011). *Plan de estudios 2011. Educación básica*. México: Secretaria de Educación Publica.

Publica, S. d. (2012). *El trayecto de práctica profesional. Orientaciones para su Desarrollo* . México : SEP.

- Pública, S. d. (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación.* . México : SEP.
- Pública, S. d. (2017). Educación Socioemocional . En S. d. Publica20, *Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación.* (pág. 301). México: SEP .
- Rafael, B. A. (s.f.). Apuntes para una historia de la educación emocional . *Avances en el estudio de la Inteligencia Emocional* , 407-413.
- Rafael, B. A. (s.f.). *Psicopedagogía de las emociones* . Madrid: Síntesis .
- Salinas, C. E. (2012). *Fundamentos de terapia de juego* . México: El Manuel Moderno .
- SEP. (2012). *El trayecto de Práctica Profesional* . México: SEP .
- SEP. (2017). Aprendizajes clave para la Educación Integral. Educación Preescolar . En SEP, *Aprendizajes clave para la Educación Integral. Educación Preescolar* (pág. 277). México : SEP.
- SEP. (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. . En SEP, *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación.* (págs. 307-308). México : SEP.
- SEP. (2017). *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación preescolar. Plan y programas de estudios, orientaciones didácticas y sugerencia sde evaluación.* México: SEP .
- SEP. (2017). Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación. . En SEP, *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación Preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación.* (pág. 163). México : SEP .
- SEP. (2017). Juego . En SEP, *Aprendizajes clave para la educación integral. Educación preescolar. Plan y programas de estudio, orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación.* (pág. 163). México : SEP .
- Withofs, A. A. (2015-2016). *La regulación emocional en educación infantil: La importancia de su gestión a través de una propuesta de intervención educativa.* Universidad de Valladolid.

## ANEXOS



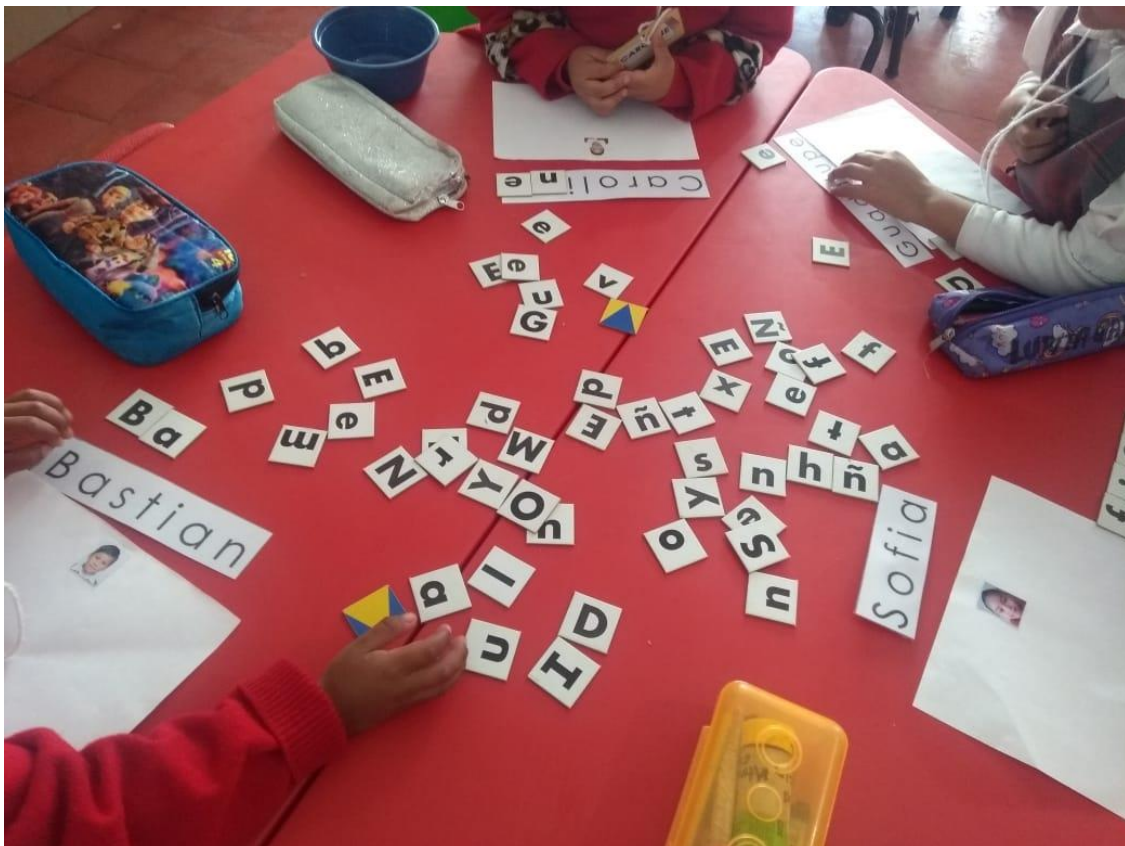
Anexo 1. Fotografía del Jardín de Niños "Rosario R. de Alvarado".



Anexo 2. Ubicación geográfica de la comunidad de Santa María Magdalena Ocotitlán.



Anexo 3. Imagen satelital que muestra la distribución del Jardín de Niños “Rosario R. de Alvarado”.



Anexo 4. A través de la construcción de su nombre, los niños aprenden a convivir y respetar acuerdos durante el desarrollo de la actividad.





*Anexo 5. Jugando libremente y siguiendo normas de convivencia.*



*Anexo 6. Representación de sus emociones, mediante materiales comestibles.*



Anexo 7. Clasificación de personajes de Disney, de la situación “Los buenos amigos”.



<b>Jardín de Niños:</b> "Rosario R. de Alvarado"	<b>C.C.T:</b> 15EJN0176W	<b>Alumnos:</b> 21		
<b>Docente en Formación:</b> Lizbeth Arely Gómez González	<b>Grado:</b> 2° <b>Grupo:</b> "B"	<b>Fecha:</b> 10 de febrero al 21 de febrero		
<b>Propósito:</b> A) Desarrollen un sentido positivo de sí mismos y aprendan a regular sus emociones, a trabajar en colaboración, a valorar sus logros individuales y colectivos, a resolver conflictos mediante el diálogo y a respetar las reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando con iniciativa, autonomía y disposición para aprender.				
<b>Área de Desarrollo Personal y Social</b>				
Educación socioemocional <u>O1: Autorregulación / Empatía</u> <u>O2: Expresión de las emociones / Sensibilidad y apoyo hacia otros</u>	Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente. Reconoce y nombra características personales y de sus compañeros.			
<b>Evaluación:</b> Fotografías de la actividad. Hojas de evaluación de las actividades. Productos de los niños.	<b>Estándar curricular:</b> Forma, espacio y medida	<b>Espacio:</b> Salón de clases	<b>Organización:</b> Grupal Individual	<b>Tiempo:</b> 2 semanas
<b>Habilidades:</b> ✓ Confianza ✓ Colaboración ✓ Reconocimiento ✓ Resolver conflictos ✓ Compartir	<b>Valores y actitudes:</b> Colaboración. Respeto Amor			
<b>Pausas activas:</b> ➤ Juegos de relajación ➤ Actividades de respiración ➤ Canciones ➤ Juegos fuera del salón ➤ Rondas				

<b>Situación didáctica: "El amor y la amistad"</b>	<b>Materiales</b>
<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Comenzar las actividades identificado las fechas importantes del mes, de las cuales se rescatará el día del amor y la amistad.</li> <li>➤ Preguntar a los niños ¿Qué es para ti el amor? ¿Qué es para ti la amistad? ¿Tienes amigos? ¿Qué es para ti ser un buen amigo?</li> <li>➤ Proporcionar elementos para el decorado del mes de febrero con relación al día del amor y la amistad.</li> </ul> <p><i>Se trabajará con la versión 1. Amigos y más amigos, del Libro de la Educadora, pág.175</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Elementos para decorar.</li> <li>✓ Cuento de Toy Story</li> <li>✓ Corazones de diferentes tamaños</li> <li>✓ Material para elaborar el postre: Hot cakes</li> </ul>

Desarrollo:

- Ver el cuento de Toy Story, leer cuentos de la biblioteca del aula.
- Rescatar ideas sobre el cuento.
- Realizaremos el juego "Busca tu corazón" para este juego se distribuirán por el salón o el patio forma de corazón de diferentes tamaños y colores las cuales estarán divididas a la mitad, se les indicará a los niños que debe buscar una mitad y unirla con el compañero que también la tenga, cuando la encuentren y sea la correcta se darán un abrazo.
- Elaborar un postre como actividad del día de la amistad y realizar un intercambio:
  1. Repartir un hot cake a cada alumno.
  2. Colocarlo en el plato.
  3. Proporcionar un recipiente con un poco de lechera a cada alumno.
  4. Dar una cuchara a cada uno
  5. Colocar en un plato chochitos de colores.
  6. Indicar la actividad
  7. Realizar la actividad, ayudar si los niños lo requieren.
- Realizar diferentes juegos organizados, por ejemplo, sillas musicales, Simón dice, etc., sobre el trabajo en equipo y la colaboración.
- Realizar el juego con la canción de saludar, en la que por parejas se tendrán que saludar con diferentes partes del cuerpo según lo mencione la canción.
- Pedir a los niños que formen un círculo en el centro del salón de clases, en plenaria compartirán ideas sobre las actividades que realizan con sus amigos, que se vale y que no se vale hacer, posteriormente les entregaré un impreso en el que colorearan las imágenes y encerrarán en un círculo las "buenas" acciones que realizan con sus amigos.
- Ver la película de Toy Story, rescatando el valor de la amistad.
- Realizar comentarios de la película.
- Decir a los alumnos que realizaremos una carta, cuestionar si saben que es una carta, investigar que es una carta.
- Recopilar ideas para elaborar una carta a un amigo del salón.
- Realizar un intercambio de cartas.

Cierre:

- Plantear algunas preguntas en torno al tema de la amistad. ¿están contentos de estar con sus compañeros? ¿los consideran sus amigos? ¿qué pasaría en el mundo si no existiera el valor de la amistad? ¿es importante llevar a cabo solo este día la amistad?

Chochitos de colores.  
Lechera  
Platos.  
Cucharas de plástico.  
Recipientes para lechera.  
✓ Canción  
✓ Película de Toy Story  
✓ Hojas blancas  
✓ Lápices  
✓ Colores

- Los motivare a reflexionar y que hagan un esfuerzo por convivir en armonía y evitar peleas o discusiones entre ellos.

**Síntesis del Contenido Científico:**

La participación de los niños en actividades de interacción social propicia en ellos el sentido de colaboración. Es en las oportunidades que tiene de compartir con todos los miembros del grupo cuando crean vínculos emocionales, experimentan mayor confianza y motivación por aprender junto a los demás y desarrollan sentimientos de gratitud y reciprocidad.

*Libro de la Educadora. Educación Preescolar (2018). Secretaría de Educación Pública. Pág. 175.*

*Anexo 8. Plan de trabajo “El amor y la amistad”.*



*Anexo 9. Convivencia por el día del amor y la amistad.*

<b>Jardín de Niños:</b> "Rosario R. de Alvarado"	<b>C.C.T:</b> 15EJN0176W	<b>Alumnos:</b> 21		
<b>Docente en Formación:</b> Lizbeth Arely Gómez González	<b>Grado:</b> 2° <b>Grupo:</b> "B"	<b>Fecha:</b> 25 al 27 de Febrero		
<b>Propósito:</b> Desarrollen un sentido positivo de sí mismos y aprendan a regular sus emociones, a trabajar en colaboración, a valora sus logros individuales y colectivos, a resolver conflictos mediante el diálogo y a respetar las reglas de convivencia en el aula, en la escuela y fuera de ella, actuando con iniciativa, autonomía y disposición para aprender.				
<b>Campo de Formación Académica:</b>		<b>Aprendizaje esperado:</b>		
<b>Área de Desarrollo Personal y Social</b>				
Educación Socioemocional Autorregulación/Expresión de las emociones Colaboración/Inclusión		Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza miedo o enojo y expresa lo que siente. Convive, juega y trabaja con distintos compañeros.		
<b>Evaluación:</b> Fotografías de la actividad. Hojas de evaluación de las actividades. Productos de los niños.	<b>Estándar curricular:</b> Actitudes hacia el lenguaje.	<b>Espacio:</b> Salón de clases	<b>Organización:</b> Grupal Individual	<b>Tiempo:</b> 4 días
<b>Habilidades:</b> ✓ Reconocimiento de las emociones. ✓ Identifican motivos ✓ Nombrar emociones y sentimientos		<b>Valores y actitudes:</b> Colaboración. Respeto Solidaridad		
<b>Pausas activas:</b> Juegos de relajación Actividades de respiración Canciones Juegos fuera del salón Rondas				

Situación didáctica: “Lo que siento”	Materiales
<p style="text-align: center;">Sesión 2 25 de febrero</p> <p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Cantar canciones para saludarse entre si.</li> <li>➤ Rescatar ¿Cómo te sientes hoy? ¿Cuál es tu estado de ánimo?</li> <li>➤ Observar las emociones que presentan durante el desarrollo de estas actividades.</li> </ul> <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Preguntar a los niños ¿Les gustaría escuchar un cuento? ¿Qué cuento creen que leeremos hoy?</li> <li>➤ Mostrar el cuento de “El lobo y los 7 cabritos”</li> <li>➤ Preguntar ¿Cómo se ve los personajes? ¿Qué emociones crees que presentan los personajes de este cuento?</li> <li>➤ Ver el cuento</li> <li>➤ Cuestionar a los alumnos: ¿Cómo se sienten los cabritos? ¿Qué creen que sintieron cuando el lobo estaba cerca? ¿Qué harían ustedes?</li> <li>➤ Preguntar a los niños ¿Alguna vez se han sentido enojados? ¿por qué? ¿Qué es lo que les provoca miedo? ¿Qué han hecho cuando se sienten tristes?</li> <li>➤ Solicitar con antelación una cajita pequeña de cartón, puede ser de zapatos o de lo que ellos quieran y un dibujo que los represente o que sea de su agrado.</li> <li>➤ Decorar la cajita y decir que la nombraremos “El cofre del tesoro”</li> </ul> <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Pedir a los niños que realice un dibujo de acuerdo a sus ideas, sentimientos y pensamientos que hayan presentado en ese día o durante las actividades.</li> <li>➤ Pedir que lo guarden en su cofre del tesoro.</li> </ul> <p style="text-align: center;">Sesión 3 26 de febrero</p> <p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mostrar a los niños el cofre preguntón</li> <li>➤ Platicar con ellos sobre cómo se siente la caja preguntona en ese momento y cuestionar a los alumnos ¿Cómo se siente el día de hoy? ¿Por qué se sienten de esa manera?</li> </ul> <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Rescatar las emociones principales, mencionar porque me siento así con esa emoción o que me provoca esa emoción.</li> <li>➤ Pedir a los alumnos que han participado que escriban o dibujen como ellos puedan la emoción y el motivo que le genera.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Cuento “el lobo y los 7 cabritos”</li> <li>○ Cofre preguntón</li> <li>○ Cajas pequeñas de los niños.</li> <li>○ Material para decorar la caja.</li> <li>○ Hojas de colores cortadas en cuadros.</li> <li>○ Lápices.</li> <li>○ Colores</li> <li>○ Papel.</li> <li>○ Imágenes de personas expresando diferentes emociones</li> <li>○ Pliego de papel</li> <li>○ Pliego de papel con una silueta.</li> <li>○ Marcadores.</li> </ul>

- Repartir un pedazo de hoja para realizar la actividad, en relación a la emoción que sientes decir: hoja de color azul para la tristeza, amarilla para la alegría roja para el enojo, etc.
- Compartirlo con los compañeros y después guardarlo en el cofre del tesoro.
- Proponer algunas emociones, por ejemplo: ansiedad, nerviosismo, entusiasmo, etc.

Cierre:

- Hablar con ellos sobre que los cofres son privados y nadie debe saber o revisar el de alguien más.
- Realizar juegos o rondas dentro o fuera del salón y dialogar después ¿Cómo te sentiste? ¿Por qué? ¿Qué emociones manifestaste en las actividades y con tus compañeros?

Sesión 4 27 de febrero

Inicio:

- Solicitar con anticipación imágenes de personas que estén expresando diferentes emociones.

Desarrollo:

- Compartir las imágenes que los niños llevaron con sus compañeros.
- Leer un cuento de las emociones
- Rescatar la película de intensamente en relación a las actitudes que muestra la niña.
- Cuestionar ¿Por qué crees que se sentía así? ¿Por qué crees que se enojó? ¿Por qué algunos niños se enojan cuando...? ¿Qué cosas les hacen enojar, o sentirse feliz...?
- Mostrar imágenes de personas que manifiesten gestos o posturas emocionales diferentes.
- Interpretarlos con los niños y preguntar ¿Por qué creen que se siente así? ¿Por qué está llorando? ¿Qué le sucede a esta persona para que este así?, etc.
- Clasificar las imágenes que han observado en "las que me gusta sentir" y "las que no me gusta sentir".
- Pegarlas en un pliego de papel bond para tenerlas presente en el salón.
- Hacer lo mismo con las imágenes que llevaron de tarea y pegarlas en su cuaderno.
- Registrar la actividad en la libreta de cada alumno.
- Colocar un pliego de papel con la silueta de una persona y promover a los niños que piensen "cuando me enojo" ¿Dónde lo siento?
- Variar los estados emocionales.



- Señalar en la silueta donde sienten alguna emoción.

Cierre:

- Realizar la hoja del frasco de las emociones.
- Hacer el dibujo de cómo se sintieron y guardarlo en el cofre del tesoro, repetir esta actividad de manera constante, al finalizarla abrir el cofre y clasificar las emociones y analizar cuál es la más común y por qué.

### **Síntesis del Contenido Científico:**

A partir de imágenes, historias o escenas de cuentos, los niños pueden identificar y nombrar emociones y sentimientos que, además de compartir con sus compañeros, los ayudan a percibir que no todos sienten y reaccionan igual ante una misma situación.

La autorregulación es la habilidad de un niño para controlar su comportamiento. Se desarrolla con el tiempo, e involucra muchos aspectos del desarrollo social, emocional y cognitivo. La autorregulación puede también ser considerada como la integración exitosa de la emoción (lo que siente un niño) y la percepción (lo que el niño sabe o puede hacer) que da como resultado un comportamiento apropiado. (Información para padres: La Autorregulación)

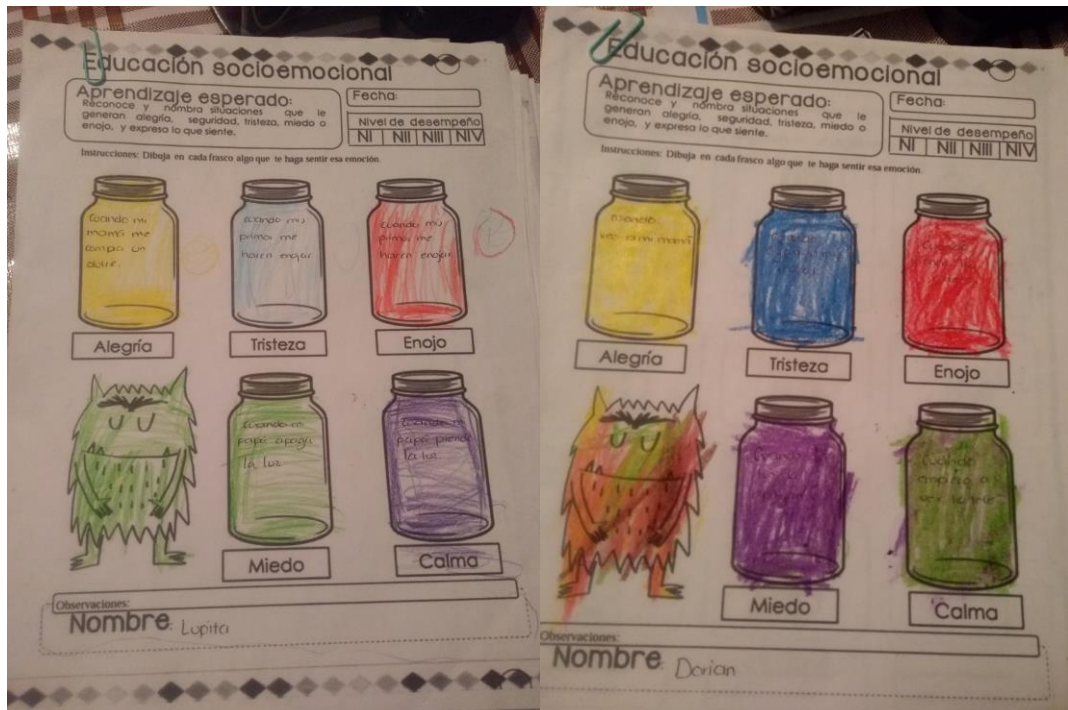
### **Anexo 10. Plan de trabajo “Lo que siento”.**



**Anexo 11. Clasificación de lo que les gusta sentir y lo que no les gusta sentir.**



Anexo 12. Identificación de situaciones en el frasco de colores, con cada emoción.



Anexo 13. Registro sobre situaciones que le generan distintas emociones, en el frasco de colores.

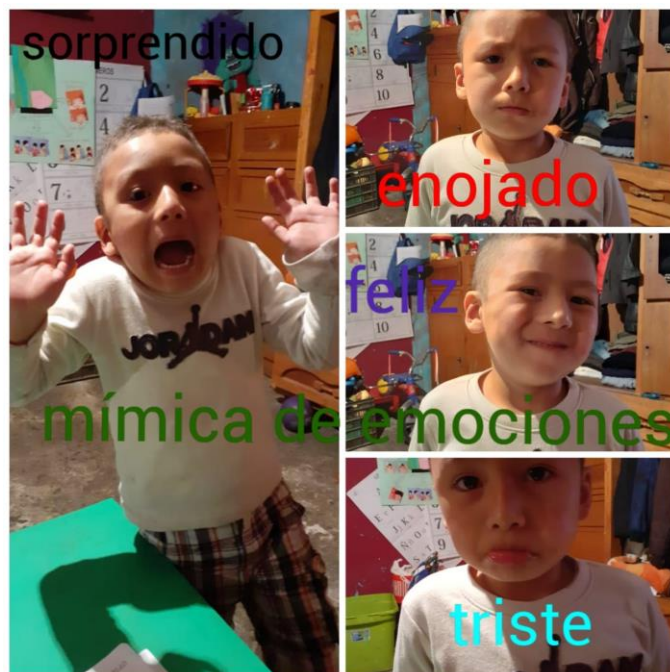




*Anexo 14. Representaciones de una obra con títeres hechos por los alumnos y los papás.*



*Anexo 15. Títeres elaborados en casa, para la representación de una obra.*



Anexo 16. Mímica de las emociones, expresadas con la cara.

Educación sociemocional 14/Mayo/20  
 Representando un conflicto  
 Los primos me molestan por todo, me hacen enojar, llorar, me pongo de malas llega a gritar y aventar las cosas.  
 La solución:  
 Platificar con mis primos y pedirles que ya no me molesten.  
 Tratar de no escucharlos cuando quieren molestarme, o salir e irme a otro lado.

Anexo 17. Registro anecdótico para la resolución de conflictos propuestos por Lupita.

# CRONOGRAMA

Año	2019																			
Mes	Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre			
Semana	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>Actividad</b>																				
Elección del tema de interés																				
Elaboración del diagnóstico.																				
Revisión del diagnóstico																				
Elaboración del planteamiento del problema																				
Revisión del planteamiento del problema																				
Elaboración de la justificación.																				
Elaboración del impacto social en el trabajo																				
Revisión de referentes teórico-metodológicos																				
Elaboración del marco teórico																				
Marco teórico y formulación de hipótesis																				
Revisión del marco teórico																				
Integración del protocolo de investigación																				

<b>Año</b>	<b>2020</b>																							
<b>Mes</b>	<b>Enero</b>				<b>Febrero</b>				<b>Marzo</b>				<b>Abril</b>				<b>Mayo</b>				<b>Junio/Julio</b>			
<b>Semana</b>	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
<b>Actividad</b>	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Presentación del protocolo en el foro																								
Redacción de los capítulos de la tesis																								
Revisión de los capítulos																								
Revisión de la propuesta de intervención																								
Análisis de la información																								
Organización de la tesis																								
Revisión del borrador de tesis																								
Tesis de investigación																								
Examen recepcional																								

2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexquense"

ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA

## ASUNTO: Aprobación del Trabajo de Titulación

C. PROFRA. LORENA LILA MÁRQUEZ IBÁÑEZ  
DIRECTORA DE LA ESCUELA  
NORMAL No. 3 DE TOLUCA  
PRESENTE

AT'N.  
DRA. MA. DEL CARMEN SALGADO ACACIO  
PRESIDENTA DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN

Por este medio, informo a usted que la estudiante Lizbeth Arely Gómez González de la Licenciatura en Educación Preescolar, Plan de Estudios 2012, concluyó el Trabajo de Titulación: El juego simbólico como estrategia para la identificación y autorregulación de emociones en niños de 2º de preescolar, en la modalidad de: Tesis de Investigación.

Una vez que ha cumplido satisfactoriamente con los requisitos establecidos para sustentar el examen profesional, se Aprueba dicho documento, en la ciudad de Toluca, México, a los quince días del mes de junio de dos mil veinte, a fin de que la interesada proceda a la realización de los trámites correspondientes.

Sin otro particular, quedo de usted.

ATENTAMENTE



Mtra. Sonia Valdes Villafañá

c.c.p.Mtro. Joaquín Reyes Gutiérrez, Jefe del Departamento de Control Escolar.

"EDUCAR PARA DESARROLLAR UNA CONCIENCIA HUMANITARIA"

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL Y FORTALECIMIENTO PROFESIONAL  
SUBDIRECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL  
ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA





2020. "Año de Laura Méndez de Cuenca, emblema de la mujer Mexquense".

**ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA**

No. de oficio: 379-1-2/2019-2020

**ASUNTO:** Autorización del trabajo de titulación

Toluca, Méx., 22 de junio de 2020.

**C. LIZBETH ARELY GÓMEZ GONZÁLEZ**  
**DOCENTE EN FORMACIÓN**  
**P R E S E N T E**

Por este medio, la **Comisión de Titulación** de la Institución, tiene a bien informarle que la estructura del trabajo que presentó se apega en lo general a las condiciones establecidas en el documento de **Orientaciones Académicas para la Elaboración del Trabajo de Titulación**, publicado por la Dirección General de Educación Superior para Profesionales de la Educación de la Secretaría de Educación Pública.

Con sustento en la aprobación emitida a su trabajo de titulación por parte del asesor académico, y una vez que ha cubierto los requisitos académico-administrativos (cubrir la totalidad de créditos del plan de estudios, constancia de servicio social y oficio de aprobación del trabajo por parte del asesor académico), se hace de su conocimiento que ha sido **AUTORIZADO** el documento denominado: **EL JUEGO SIMBÓLICO COMO ESTRATEGIA PARA LA IDENTIFICACIÓN Y AUTORREGULACIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS DE 2° DE PREESCOLAR** en la modalidad de: **TESIS DE INVESTIGACIÓN**.

Por lo que puede proceder a la realización de los trámites correspondientes para la sustentación del Examen Profesional.

Se informa a usted para su conocimiento y fines consiguientes.

ATENTAMENTE

**MTRA. MA. DEL CARMEN SALGADO ACACIO**  
**PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE**  
**TITULACIÓN**



Vo. Bo.

**PROFRA. LORENA LILA MÁRQUEZ IBÁÑEZ**  
**DIRECTORA**

c.c.p. Mtro. Joaquín Reyes Gutiérrez- Jefe del Departamento de Control Escolar

"EDUCAR PARA DESARROLLAR UNA CONCIENCIA HUMANITARIA"

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA Y NORMAL  
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL Y FORTALECIMIENTO PROFESIONAL  
SUBDIRECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL  
ESCUELA NORMAL No. 3 DE TOLUCA

