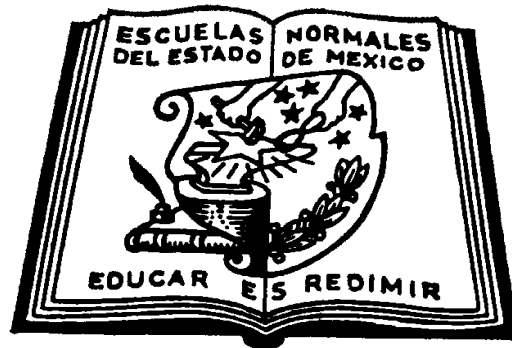


# **ESCUELA NORMAL DE IXTLAHUACA**



## **TESIS DE INVESTIGACIÓN**

### **LA AUTORREGULACIÓN DE EMOCIONES EN LA POTENCIACIÓN DE UNA SANA CONVIVENCIA CON ALUMNOS DE TERCER GRADO DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
**LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR**

PRESENTA

**LILIANA PLIEGO RULFO**

ASESOR

**MTRO. SERGIO GONZÁLES ISIDRO**

IXTLAHUACA, MÉXICO, JULIO DE 2020



## **DEDICATORIAS**

### **A MIS PADRES**

Agradezco el apoyo que me han brindando por seguirme en camino y alentarme en los momentos más difíciles. A ustedes les agradezco infinitamente por tener la paciencia suficiente, y gracias al apoyo que me han brindando es que he culminado con el presente trabajo.

### **A MI ASESOR.**

Por el apoyo brindando durante el camino de este trabajo que finalmente ha culminado así como la paciencia que me tuvo, también por los aprendizajes que obtuve en la realización de este documento.

### **A MÍ**

Por el esfuerzo y dedicación a lo largo de este proyecto de vida, a pesar de todos los obstáculos he seguido adelante y sin dejarme vencer. A pesar de los constantes obstáculos no supe como rendirme y me he convertido en la persona que soy ahora.

## ÍNDICE

RESUMEN.....	6
INTRODUCCIÓN.....	7
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	9
La agresión como forma de expresión de las emociones .....	14
La manifestación de la ira en los niños del nivel preescolar .....	16
El uso de las Tics como herramienta para la autorregulación de emociones.....	17
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	19
OBJETIVO.....	19
HIPÓTESIS DE ACCIÓN.....	19
SUPUESTOS.....	19
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO.....	21
La autorregulación en el nivel preescolar. ....	22
La expresión de las emociones negativas en los niños de preescolar .....	25
La manifestación de la ira en niños del nivel preescolar .....	29
La metacognición en la autorregulación de emociones .....	31
La sana convivencia en el nivel preescolar.....	32
La convivencia y las emociones en el crecimiento personal en los niños .....	36
El termino de potenciación en la autorregulación de las emociones .....	38
El uso didáctico del video .....	40
CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO .....	43
El video como recurso didáctico en la autorregulación de emociones .....	53
Fase 1: Diseñando el problema.....	60
Escrito del caso/problema haciendo uso de la metodología Aprendizaje Basado en problemas.....	60
Fase 2: Preparando el video.....	65
Fase 3: Proyección de video. ....	66
Fase 4: Escucho, analizo y comento. Aprendiendo de todos.....	68
Círculos de aprendizaje. ....	68

Fase 5: Juego de roles.....	71
CAPÍTULO VI CONCLUSIONES.....	74
REFLEXIONES FINALES.....	77
REFERENCIAS.....	80



## RESUMEN

La autorregulación de emociones es un tema que se ha trabajado con anterioridad, pero que en los últimos años ha generado mayor interés al contemplarse como un aspecto crucial en el desarrollo de los niños en la integración social, por ello el interés para realizar la investigación bajo este tema de gran impacto en la actualidad. Además de lo observado durante la estancia en el preescolar y a partir de los diálogos con la educadora.

El preescolar es uno de los primeros espacios donde el niño comienza a forjar relaciones sociales además de que le permiten conocer a otros niños de su edad y compartir experiencias que permitan fortalecer la convivencia entre ellos, sin embargo dentro de esas experiencias puede haber conflictos entre ellos que desaten en el niño tormentas emocionales ocasionando que la convivencia se vea obstaculizada. Las emociones permiten al niño formas de reaccionar ante una situación determinada, sin embargo muchas de estas reacciones dependerá del nivel de control que tenga sobre sus propias emociones. El estudio de la investigación comienza con la detección del problema, los niños desconocen maneras correctas de expresar sus emociones haciendo uso del diálogo optando por el uso de la agresión.

La metodología que se utilizó fue la investigación-acción, debido a que dentro de esta se da la oportunidad de analizar la propia práctica para mejorarla, no solo se trata de la obtención de nuevos conocimientos sino la oportunidad para cambiar la situación que se manifiesta y que necesita de atención. La propuesta que se plantea dentro del documento hace mención de una ruta metodológica haciendo uso del video como recurso visual para el apoyo a la autorregulación de emociones y para su análisis los Círculos de Aprendizaje.



## INTRODUCCIÓN

La autorregulación de emociones es un tema que está inmerso en los aspectos de la escuela, es preocupante ya que en la mayoría de los conflictos que se manifiestan entre los niños se dan debido a que el niño no es capaz de poder autorregularse analizando la situación en la que se encuentra, como resultado tiende a actuar por impulso. Es por ello que la educación preescolar es uno de los primeros espacios donde el niño aprende gradualmente a autorregularse siendo capaz de manejar una situación por sí mismo a través de la guía de un adulto capaz, optando por el uso del diálogo en vez de la fuerza física.

El documento que se presenta a continuación se divide en 6 capítulos, en cada uno de ellas se explica el proceso por el cual la investigación se fue realizando a partir de un constructo teórico. En el primer capítulo hace mención del planteamiento del problema enfatizando los momentos en donde el problema se hace presente apoyándose de algunos documentos oficiales donde se rescatan aspectos importantes para su estudio así como el impacto del tema en la actualidad, además se dan a conocer los objetivos de la investigación así como la pregunta de investigación, la hipótesis de acción y los supuestos.

El estudio parte de una carga teórica para su explicación es por ello que en el capítulo 2 se destina al marco teórico, para su realización se dividió el título en 3 categorías principales, los cuales son: autorregulación de emociones, sana convivencia y potenciación, en la investigación se analizaron distintas fuentes de información.

La metodología de investigación es una parte crucial dentro de la investigación del documento, es en el capítulo 3 donde se da a conocer la metodología que se siguió en este caso la investigación-acción explicando el proceso que se siguió por medio de un ciclo, característico de esta metodología a través de la revisión de la propia práctica para su mejora

Las acciones que se implementaron para atender el problema forma parte del



capítulo 4, realizando el análisis de la descripción, concretando en una frase la descripción de las acciones realizadas y vinculándolo con la teoría, dicho proceso se conoce como triangulación.

El capítulo 5 corresponde a la ruta metodológica, proceso construido a partir de la investigación realizada dentro del aula de clases, dividido en 5 fases y en cada una de ellas se encuentra un sustentante ya que fue construido desde una perspectiva teórica que está en constante cambio, es decir es flexible dependiendo de los resultados obtenidos a partir de su aplicación.

Finalmente en el capítulo 6 se dan a conocer las conclusiones que se llegaron a partir de los resultados de la investigación así como la aplicación de algunas fases y de los imprevistos que se presentaron durante el desarrollo que obstaculizaron la puesta en práctica de todas las fases seguido de las reflexiones finales a partir de lo que se investigó.



# **CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**



## INTRODUCCIÓN

El planteamiento del problema es la base de la investigación planteado desde la identificación de un tema observado dentro del aula que necesita atención. El desarrollo del primer capítulo da a conocer los diferentes momentos donde se manifiesta el problema en la autorregulación de emociones y como este afecta en la sana convivencia, así como en la intervención, referenciando a diferentes documentos normativos, donde retoman el tema como base para el desarrollo del niño, como es el caso de la UNESCO, reconoce a la educación socioemocional como una categoría indispensable dentro de la formación de las niñas y los niños, así como el Modelo Educativo (2017) que busca el fortalecimiento de las habilidades emocionales para una vida de paz y calma con sus pares en la búsqueda y selección de formas de solucionar un conflicto, además del documento que nos rige, es decir Aprendizaje Clave (2017), en el área de desarrollo personal y social: Educación socioemocional, donde plantea la visión sobre la educación como proceso transformador que contribuya a un futuro sostenible para todos, por ello es necesario la perspectiva integral, es decir no solo dar mayor importancia y peso a lo cognitivo también lo es el aspecto emocional.

Así mismo en este primer capítulo se plantea la pregunta de investigación, tanto los objetivos, la hipótesis y los supuestos donde se ha realizado la pregunta ¿Por qué sucede lo que sucede?, esto a través de la observación realizada registrando las reacciones de los niños en el diario, además de los diálogos con la educadora.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La autorregulación de emociones en el desarrollo de las niñas y los niños forma parte de un proceso necesario para conocer, expresar y comprender, las propias emociones y las de los demás, que le permite al niño maneras de reaccionar.



Durante los primeros años de vida, las niñas y los niños comienzan a descubrir el mundo que les rodea, asimilan las emociones que les ocasionan las circunstancias que enfrentan, sin embargo conforme van creciendo se les complica expresar sus emociones, sin tener que recurrir a las reacciones del llanto o el berrinche y en ciertos casos se les dificultan el control sobre ellas. Las emociones se concretan como “patrones observables específicos de respuestas desencadenadas por la interpretación de una situación” (Pérez, 2015) teniendo como resultado una reacción ya sea positiva o negativa que influyen en los demás sujetos que están alrededor.

Los primeros años de vida son de gran importancia en el aprendizaje de las niñas y los niños, y aun más en el aspecto emocional. La creciente interacción en diversos contextos influyen en la activación de las emociones ocasionando que las niñas y los niños reaccionen de múltiples maneras, estas interacciones se fortalecen en el momento en que ingresa a la escuela. Las niñas y los niños comienzan reconociendo las emociones que las experiencias les generen para hacer frente a la sociedad por ello necesitan aprender a tener un equilibrio sobre ellas, llegar al autoconocimiento de lo que sienten e identificar los estímulos que hacen que se sientan de tal manera, es decir llegar al proceso de la autorregulación, el concepto además de ser entendido como “el control de las emociones no solo se refiere a las emociones negativas también se pueden autogenerar emociones positivas: orgullo, alegría” (Tapia & Panadero, 2014) por ello es necesario el análisis de las reacciones, acciones o comportamientos que muestran los niños bajo ciertas situaciones que les causa dificultad, frustración, hostilidad, cada niño puede equilibrar su estado emocional con el apoyo de mediadores para evitar una reacción que implique el daño a segundas personas. Las niñas y los niños reaccionan de manera espontánea frente a situaciones que le generen incertidumbre, angustia, amenaza, enojo, alegría, sorpresa. Las reacciones que se observan están encaminadas a discusiones y pocas veces se observa en ello el uso del diálogo como mediador de la situación más bien se



recurre a la fuerza física. La autorregulación de emociones implica el conocimiento de formas manifestarse, por ello en relación al concepto anterior también se puede conceptualizar como “las estrategias que utilizamos para ajustar nuestro estado emocional a un nivel cómodo de intensidad, de manera que se pueda participar productivamente. Implica centrar la atención y, también, cambiarla, y la capacidad de inhibir la conducta” (Berk, 1990) esto quiere decir, poner atención en la situación que se está manifestando para actuar de la manera adecuada, sin embargo esta situación no se da en los niños, ellos actúan de inmediato bajo cualquier situación, sin pensar antes si la manera en que están reaccionando es la correcta y a quién se va dirigido la reacción.

El informe Delors (UNESCO, 1996) reconoce que la educación socioemocional es un complemento indispensable en el desarrollo cognitivo y una herramienta de prevención de conflictos. Los conflictos generados dentro del aula generalmente tienen su origen en el ámbito emocional. La educación emocional tiene como objetivo ayudar a los niños a descubrir, conocer y autorregular sus emociones e incorporarlas como competencias. Es decir no solo se toma en cuenta el aspecto cognitivo, también se incluye el aspecto emocional para adaptarse a diversas situaciones y enfrentar problemas con base en el conjunto de habilidades, destrezas y aptitudes, para ello es necesario el conocimiento acerca de las propias emociones y la autorregulación hacia lo que se está esperando.

Por otra parte el Modelo Educativo (2017) reconoce que es necesario el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales que permita a los estudiantes ser felices, tener determinación, ser perseverantes y resilientes. Las habilidades socioemocionales brindan a los niños la capacidad de poder lidiar y adaptarse a nuevas situaciones. Cabe resaltar que “las habilidades socioemocionales son herramientas que le permiten a las personas autorregular sus emociones, auto conocerse, establecer y desarrollar relaciones positivas así como alcanzar sus metas personales” (Hernández Zavala & Trejo Tinoco, 2019), es decir que las niñas y los niños requieren desarrollar dentro de su formación



estas habilidades para autorregularse, donde son más significativas debido al contexto en el cual se desarrolla. Por ello el apoyo de la escuela es clave para ayudar a las niñas y niños a reconocer sus propias emociones y expresarlas, autorregularlas y saber cómo estas influyen en sus relaciones para generar una sana convivencia y en su proceso educativo. En la autorregulación el estudiante necesita reconocer sus emociones y aprender a manejarlas en las diversas situaciones que se enfrente para poder adaptarse a ellas y solucionar los conflictos de la mejor manera posible sin arriesgar sus relaciones interpersonales y a sí mismo.

El enfoque humanista propone centrarse en el centro de la formación de los alumnos. Debido a que forma la base para que niñas y niños orienten su actuar frente a las diversas situaciones en el futuro, por ello es “necesario adoptar una perspectiva integral de la educación y el aprendizaje que incluya tanto aspectos cognitivos como emocionales” (SEP, 2017), es decir buscar un equilibrio entre ambos a pesar de que se siga dando mayor peso a lo cognitivo a pesar de que el desarrollo emocional les permite a las niñas y niños la construcción de su identidad personal por lo tanto se debe trabajar las emociones, considerado generalmente como una tarea trabajada en casa, no obstante esta debe ser vinculada con la escuela y compartir la responsabilidad de la formación de niñas y niños.

En el Jardín de niños “Emilio Carballido” ubicado en la comunidad de San Idelfonso en el tercer grado se observaron acciones y actitudes negativas en los alumnos respecto a la convivencia y relación entre compañeros. Entre las actitudes observadas destacan: peleas, hostigamiento entre compañeros y agresiones, además es visible la frecuente exclusión de algunos compañeros en situaciones de juego o convivencia, utilizando palabras despectivas u ofensivas y golpes con el objetivo de apartarlos del grupo.

El empleo de etiquetas y sobre nombres es otra de las acciones que afectan la sana convivencia entre compañeros del grupo. Entre las principales etiquetas que



utilizan se encuentran “pegalón”, “niño grosero” y “niño que no sabe nada”, empleadas con mayor frecuencia al presentarse alguna dificultad en el desarrollo de las actividades de clase. Las causas evidentes de las actitudes negativas que toman algunos alumnos son la desesperación y la intolerancia hacia las diferencias de sus compañeros. Ante estas emociones negativas inician los insultos verbales o físicos como empujones leves, lo cual afecta las relaciones interpersonales y genera conflictos entre compañeros.

El desarrollo de las actividades en el aula se llevan a cabo en un ambiente de convivencia por ello la autorregulación de emociones juega un papel muy importante que permite que esto se lleve a cabo. Dentro de una actividad, se presenta la situación donde un niño no encuentra alguna de sus pertenencias, la reacciones que se presentan a continuación con: gritos y culpar a otros, el niño al sentirse señalado se le dificulta manifestar sus emociones, las reacciones que se toman frente a una situación como esta son: gritos, el llanto, evitar escuchar a la docente, en vez de eso cubre su rostro sin aceptar las palabras de la docente, esto a consecuencia de carecer de maneras de manifestar sus emociones, para atender este tipo de situaciones generalmente se opta por detener la clase con la intención de atender la situación, cortando la situación de aprendizaje, por lo cual al potenciar la autorregulación de emociones este tipo de situaciones podrá disminuir y fortalecer en el niño formas eficaces de transmitir sus emociones en momento adecuado.

### **La agresión como forma de expresión de las emociones**

La expresión de las emociones puede incluso llegar a la agresión como una manera para manifestar lo que sienten, sin primero recurrir a la calma. Se ha percatado de algunas formas que las niñas y los niños han manifestado para externar sus emociones, el niño o niña que agrede de manera verbal, haciendo uso de palabras insultantes e inadecuadas para su desarrollo, seguido de la



agresión física cuando los insultos o la discusión no son suficientes, cuando un niño siente esa impotencia de golpear a otro para sentirse mejor.

Los conflictos que se generan dentro del aula permiten la posibilidad de que las niñas y los niños tomen decisiones sobre sus reacciones. Una situación observada constantemente se relaciona con la desaparición de un objeto personal. La primera reacción que manifiestan las niñas y niños es culpar a alguno de sus compañeros sin pruebas de que lo hayan visto, al gritarle a su compañero que cree que lo ha tomado llamándolo “ratero” este por la acusación muchas de las veces al sentirse acusado y agredido tiene 2 reacciones: llora o por el contrario golpea al quien lo acusó en vez de platicarlo, es la reacción más próximos a acudir, porque no sabe la manera en cómo dirigirse a su compañero, y por impulso tienen a ofender al otro compañero o en otros casos a agredir de manera física, sin la posibilidad de encontrar otra manera de solucionar sus conflictos, o de sentarse y respirar y pensar porque fue que surgió el problema y que hay otro tipo de soluciones en vez de agredir, es difícil para ellos llegar al dialogo debido a que se les dificulta escuchar al otro, y es más difícil entender sus emociones, se observan reacciones como: alterarse, gritar, aislarse como la forma de expulsar la emoción que en ese momento los está controlando.

Las niñas y los niños adoptan diferentes reacciones al enfrentar un conflicto del tipo emocional una de ellas haciendo uso de la agresión física. La agresión física no solo se manifiesta de un niño hacia otro, también se ha presentado agresión a sí mismo, es decir el niño que al sentirse molesto, o frustrado por alguna situación ya sea proveniente de casa, con alguno de sus compañeros incluso por sí mismo, solo se aísla de los otros, busca un lugar donde no sea molestado por nadie, cruza los brazos tensa su cuerpo, o generalmente lo que hace es apretar los puños, lastimándose la palma de la mano, o simplemente la mirada amenaza a sus compañeros, acción que hace sentir mal a los niños y le temen a pesar de que este comportamiento no es frecuente, solo llega a suceder cuando pierden la paciencia ya sea en un trabajo que se necesita realizar en equipo y no soportan la



idea de perder o que sus compañeros no sepan la respuesta de algún ejercicio o se les dificulta encontrar el resultado, en un juego donde se sientes excluidos o no les permiten dirigirlo.

El problema parte de la elección de maneras incorrectas, en la mayoría de los casos de expresar y manejar las propias emociones dependiendo de la situación que llegue a presentarse en ese momento. Las niñas y niños tienden a recurrir a la agresión física y verbal cuando no tienen control sobre la emoción, causando al mismo tiempo una agresión psicológica, algunos ejemplos son: cuando una niña o un niño es acusado o intimidado por alguno de sus compañeros, al sentirse excluido en algún juego o actividad, al pensar que ninguno de sus compañeros lo quiere, ni quiere ser su amigo.

### **La manifestación de la ira en los niños del nivel preescolar**

La emoción que más se ha manifestado en este caso es la ira, al no saber cómo solucionar un conflicto desata una pelea entre los niños. Las reacciones más comunes que se observan van desde: gritos, empujones, hasta el aislamiento, en muchos de los casos se evita el diálogo como solución. La ira para Izard (1977) es una emoción primaria, se presenta cuando el organismo es bloqueado en la consecución de una meta o en la obtención o satisfacción de una necesidad, el organismo responde ante la percepción de una amenaza con un impulso de ataque. Kaufman (1970) lo conceptualiza como un estado de activación física que coexiste en actos intencionados y que culmina con efectos perjudiciales para otras personas. Generalmente cuando un objeto es arrebatado por otro compañero, cuando no se le permite participar en un juego, llega a frustrarse y busca la manera de expulsar dicha emoción con él mismo o con otro compañero. Cabe destacar que no necesariamente esto tiene que ser con otro niño sino también con los objetos como manera de desahogo.

Las emociones surgen a partir de estímulos externos e internos, por ello la





importancia del contexto. Las situaciones son cambiantes y pueden manifestar un desequilibrio emocional en un momento determinado debido a que no se tiene la preparación suficiente para afrontar la situación, también depende del sujeto la interpretación de la situación para poder reaccionar de cierta manera. Los niños suelen imitar las reacciones de los adultos, en este caso de sus padres o seres más cercanos, incluso la ausencia de alguno de ellos, llevando esas reacciones al salón de clases, por ello es necesaria la aplicación de medios y estrategias haciendo uso de la tecnología en este caso. Es importante mencionar que los contextos y épocas van cambiando con el transcurso del tiempo, las estrategias que quizás funcionaban anteriormente ya no funcionan en esta época, los niños van cambiando y con ello la manera de aprender. Estamos en una época en donde las niñas y los niños están más perceptivos, donde requieren de más atención, donde las situaciones que enfrentan no pueden manejarlas, el niño no identifica la manera en cómo puede expresar esas emociones.

### **El uso de las Tics como herramienta para la autorregulación de emociones**

La capacidad de controlar y expresar las emociones nos lleva a promover diseños didácticos haciendo uso del medio audiovisual. El recurso tecnológico utilizado necesita ser elegido correctamente que este permita el apoyo a la autorregulación para determinar la manera de actuar dentro del salón de clases influenciando de manera positiva a los niños. El desarrollo de las actividades se realiza bajo diversos factores con el fin de que el aprendizaje tenga resultados satisfactorios, no solo en el área cognitivo, sino también en el área emocional por lo que se hace hincapié en las emociones. Ciertos estímulos externos hacen que las emociones sean de cierta manera “intensa”, es decir, el niño puede reaccionar de la misma manera en una situación común, que en una situación grave, un ejemplo claro está cuando se les presenta un conflicto con algún compañero, dejándose llevar



por sus impulsos, las emociones en las niñas y en los niños van cambiando dependiendo del estímulo externo que observan, por ello es necesario que aprendan a regularse y saber manejar las reacciones frente a las emociones de los demás lo cual lleva a cabo un proceso arduo pues no se consolida en tan poco tiempo por ello la necesidad de llevar un seguimiento.

En la actualidad, niñas y niños están inmersos en la tecnología y es considerado como un medio de apoyo al aprendizaje. El uso de las Tics facilita el aprendizaje llamando la atención de niños y niñas, por ejemplo el uso del video dentro de las situaciones didácticas se utilizaba como un recurso para introducir al niño al tema, pero en esta ocasión se busca hacer uso de ello para el control de las emociones desde la construcción de significados proyectados a través del video. El uso del video dentro del aula facilita la comunicación mediante la escucha activa a través de los sonidos, pero también de la interpretación de las imágenes, para transmitir una serie de experiencias que busquen vincularse con su vida y los haga imaginar y colocarse en la posición de lo que está observando, al identificar las distintas sensaciones, emociones y sentimientos que el video le transmite, construyendo significados donde a la vez este permita un aprendizaje. Desde otro aspecto también influye las relaciones que se tienen dentro de la institución: maestro-alumno, alumno-maestro y a través de estas interacciones es como se construye un clima favorable dentro del aula de clases y es como se fortalecerá la manera en que niñas y niños den a conocer cómo se sienten en determinadas situaciones debido a que se sienten en confianza, y además de que este clima genera seguridad a través de los métodos de enseñanza que se estén implementando reconociendo que el campo socioemocional es parte fundamental del proceso educativo del niño, especialmente en el nivel preescolar, pues es escenario donde se construyen las primeras relaciones interpersonales de los niños alejándose un poco de los padres y comenzando a ser independientes.



## **PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿Cómo potenciar la autorregulación de emociones en niños de tercer grado de educación preescolar en la mejora de una sana convivencia?

## **OBJETIVO**

Potenciar la autorregulación de emociones en niños del nivel preescolar en la mejora de una sana convivencia en el aula.

## **HIPÓTESIS DE ACCIÓN**

El uso de una situación real desde el uso del video, como recurso didáctico potenciará la autorregulación de emociones desde su análisis y relación con las experiencias de los niños tendrá un impacto a largo plazo si se hace uso como análisis a través de espacios donde los niños tengan la oportunidad de ser escuchados. Debido a que los niños están familiarizados por este tipo de recurso, interesándose ya que poseen un mejor aprendizaje relacionado sonidos, imágenes y la información, llevándolo a su realidad, además de que le permite apropiarse de formas para expresar sus emociones y comprender el de los demás.

## **SUPUESTOS**

- A las niñas y niños se les dificultan manejar sus emociones al enfrentar un conflicto, porque sus reacciones son espontáneas.
- Las niñas y los niños acuden a la agresión como modo de expresar incomodidad debido al desconocimiento de formas correctas y pacíficas



para manifestar sus emociones.

- La escuela es uno de los primeros escenarios donde se favorece la sana convivencia porque niñas y niños aprenden a interactuar y conocer a otras niñas y niños de la misma edad.

## **CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO**



## INTRODUCCIÓN

El marco teórico se construye a partir de la identificación de las principales categorías que guiarán la investigación. Las categorías que se presentan a continuación son: la autorregulación de emociones, sana convivencia y potenciación y algunas otras que apoyen en la guía de la investigación como es el caso de la metacognición, la manifestación de la ira, emoción que suele manifestarse más dentro del aula de clases, y también forma parte de las emociones más complicadas que los niños puedan manejar debido a la intensidad de esta ocasionando que los niños actúen por impulso haciendo uso de la fuerza física más que del diálogo, en esta parte se apoya de algunos referentes que han estudiado sobre ellos teniendo más claro lo que implica en cada uno de ellos para la construcción de las acciones en la solución del problema.

### **La autorregulación en el nivel preescolar**

Las niñas y los niños hacen uso de diversas formas de manifestar lo que sienten ante una situación que le genere alegría, comodidad, inseguridad, amenaza, haciendo uso de los impulsos más que del diálogo. Sin embargo en la mayoría de las ocasiones, los modos de solucionar los conflictos implica la agresión hacia otros compañeros, por ello es necesario que en el nivel preescolar se fortalezca la autorregulación de emociones como un aspecto fundamental en el desarrollo de las niñas y los niños, el concepto “consiste en el control, de los estados, de los impulsos y recursos internos” (Conangla, 2014), lo que quiere decir que las niñas y los niños estén conscientes de las consecuencias que puede provocar un estado emocional negativo, en este caso la ira, hacia otra persona y que esto generalmente está asociado con los hábitos que se implementa en casa respecto a la socialización con otras personas, por ejemplo en ámbitos como: juegos, el



trabajo con otros niños, la resolución de problemas interpersonales.

Las situaciones nuevas que suelen enfrentar niñas y niños (asistir por primera vez a la escuela, relacionarse con distintas personas que no sean parte de su familia, el divorcio de los padres, aceptar un error al equivocarse) le suele generar crisis emocionales. Situaciones que se presentan debido a que está en el proceso de adaptación a un nuevo ambiente. Dentro del aula de clases existen niñas y niños que les cuesta un poco más relacionarse con sus compañeros, una causa es el ingreso tardío al resto de sus compañeros y que para ellos les implica un conflicto y que en ese intento de acercarse a sus compañeros suele generar un problema.

Las niñas y los niños en los primeros años escolares necesitan aprender a solucionar sus problemas de manera autónoma. El proceso que sigue es arduo, requiere un enlace entre la familia y la escuela con el fin de que niñas y niños favorezcan la expresión de sus emociones evitando lastimar a otras personas, aunque con frecuencia una de las primeras respuestas que se manifiesta sea llorar al no saber cómo actuar o en algunos otros casos enfadarse y agredir a otro niño, por ello la autorregulación “comprende el control de las emociones e impulsos destructivos, y el autodominio para resistir las tormentas emocionales” (Conangla, 2014), las niñas y los niños al ingresar al preescolar se enfrentan a distintas situaciones a las que generalmente enfrentan estando en casa, es un momento en donde no solo debe pensar en sí mismo sino también en los demás, donde tienen que aprender a resolver sus problemas por sí mismos, lo que los lleva a desconocer la manera más eficiente en cómo actuar, en algunos casos el niño observa en casa formas en que se suelen resolver los conflictos y esto se manifiesta en el preescolar durante algún conflicto, por lo que el niño busca liberar y transformar la emoción que está sintiendo en ese momento.

La autorregulación le permite a la persona tomar decisiones adecuadas ante un conflicto y facilitar el proceso de resolución de esta. Generando como resultado un estado de calma entre los involucrados, permitiendo actuar de una mejor manera ante la situación, pero también reconocer y tolerar a otra persona ya que “la



autorregulación emocional influyen en aspectos como la empatía, el control de impulsos, la resolución de problemas, el control de la ira, el reconocimiento de similitudes entre las personas” (Conte, 2011), la manera en que se da la relación entre las personas influye en la autorregulación para conseguir los objetivos que se ha propuesta alcanzar, independientemente de la edad en la que se esté la autorregulación se potencia conforme se viven experiencias que le permite a la persona crecer emocionalmente.

Una de las formas que encuentran los padres de familia para niñas y niños autorregulen sus emociones es a través del regaño o llamada de atención. Las niñas y los niños al realizar una acción inadecuada sienten el regaño y la etiquetación por parte del adulto colocándolos en una situación de análisis sobre lo que realizaron, en algunos casos, y de esta manera “aprenda a controlar las expresiones abiertas de temor, ira, celos, cuando descubren que estas expresiones emocionales sirven como evaluaciones sociales desfavorables sobre ellos” (Hurlock, 1988, p: 204) debido a que la manera de comportarse frente a los demás dependerá la forma en que los adultos perciban al niño, generalmente lo que sucede es que se crean juicios sobre el comportamiento que manifiestan antes de conocer lo que verdaderamente hay detrás de ese comportamiento.

Las primeras interacciones de las niñas y niños en el ambiente social generan continuamente conflictos sobre la manera en cómo actuar. Las niñas y los niños crecen con normas que se establecen en casa y luego en la escuela y debido a esto “los niños preescolares incrementan su capacidad de autorregulación con reglas y planes para guiar su comportamiento, debido a que están interesados en estar con otros niños de su edad se ven en la necesidad de mejorar habilidades para manejar emociones” (Méndez, 2011) situación que genera en niñas y niños conflicto en un principio, al adaptarse a reglas y normas que se establecen dentro de una institución en relación al comportamiento que si no se resuelve en la etapa infantil puede generar en un futuro consecuencias en las relaciones sociales.

Las niñas y los niños encuentran como algo complicado establecer límites a sus





acciones, debido a que desconocen de las consecuencias de sus actos. Los límites se colocan cuando la niña y el niño han realizado un acto que es considerado inapropiado y necesitan cambiar esos actos por ello “durante la edad preescolar los niños desarrollan poco a poco la autorregulación y requieren la guía de un adulto, esa guía debe encaminarse a dejarlos de manera gradual la responsabilidad de sus propias acciones” (Méndez, 2017). El docente tanto como los padres de familia son parte de este proceso, al dejar poco a poco a que el niño tome sus propias decisiones al conocer las consecuencias que sus actos podrían ocasionar.

Las situaciones que nos llevan a la autorregulación de las emociones tienen que pasar primero por el autoconocimiento de sí mismos, qué les gusta, qué les disgusta, que les ayuden a identificar los estímulos que afectan en sus emociones, guiándolos desde un espacio de expresión de sus ideas dando la oportunidad de participación y respetando también si niñas y niños no tiene que decir, dándole tiempo y sobre todo confianza.

### **La expresión de las emociones negativas en niñas y niños de preescolar**

Se ha considerado que las emociones se clasifican en 2 grupos; positivos y negativos. El desarrollo del ser humano necesita de ambas, no quiere decir que necesita suprimir las emociones negativas, más bien adaptarlas a la situación que enfrente con la finalidad de manejar correctamente las situaciones sin la necesidad de crear conflictos. Dentro del Manual de Educación Emocional (Calderón, 2012: 10) entre las emociones positivas está la alegría el cual es considerado como un estado de bienestar y disfrute, sin embargo si este estado se llega a perturbar surgen las emociones negativas, el miedo por ejemplo, el cual se experimenta frente a un peligro o amenaza, causando que el organismo actúe de manera



inmediata, la tristeza al perder algo significativo asociada con el llanto, el enojo se genera al sentirse perjudicado, si este se intensifica se convierte en ira, del cual se hablara a continuación.

Las niñas y los niños actúan conforme la percepción que tienen del contexto en el que se desenvuelven, teniendo la familia como su primer contexto de interacción. Las situaciones a los que se enfrenta reaccionan comúnmente bajo sus impulsos, aquello que les implica sensaciones de amenaza o alegría, “la emoción es una respuesta orgánica, a un conjunto de estimulación del medio ambiente, la expresión es un proceso interior”(James & Lange, 1983: 35 y 49), en contraste con lo anterior, el ambiente en el cual el niño se desenvuelve necesita estar condicionado para brindarle al niño la oportunidad de encontrar y explorar las maneras en que pueda hacer frente a lo que está sintiendo emocionalmente bajo ciertas situaciones del ambiente que demanden confianza y seguridad.

Las niñas y los niños dentro del aula, ante una situación de conflicto se les dificultan encontrar las maneras para expresar sus emociones frente a los demás mediante el diálogo. De este modo se generan malos entendidos causando conflictos entre compañeros, por eso “a medida que la habilidad de representación de los niños mejora, pueden participar en una auto-activación emocional pensando en su propia carga afectiva de experiencias pasadas”. (Berk, 2001: 516). Niñas y niños reaccionan de manera rápida, de esta manera frente una situación actúan con impulso sin medir las consecuencias de sus acciones, es un proceso por el cual niñas y niños pasan, desafían las reglas, agreden, pero que con el tiempo es importante que aprendan a tomar decisiones sobre sus acciones y a llevar la responsabilidad.

Los niños suelen responder de manera inmediata a situaciones que les generan conflicto o aquellas que les produzcan placer o satisfacción. El tipo de situación dependerá cómo actué el niño, por ejemplo: la pelea de dos niños por un juguete. En un primer momento ambos observan el juguete con emoción, pero cuando



alguien más lo quiere, el estado emocional cambia repentinamente, haciendo uso de acciones como: arrebatarse el juguete, empujar a su compañero o gritarle con el objetivo de obtener lo que desea, sin recurrir a la negociación a partir del diálogo, por ello el niño necesita desarrollar la “capacidad de adaptación al ambiente que incluyen procesos de afrontamiento tanto de emociones positivas como negativas (Serrano, 2010), niñas y niños identifican aquellas situaciones que les generan alegría, tristeza, enfado, pero se les dificulta expresar qué sienten y cómo se sienten al estar felices, enojados con miedo haciendo uso de las palabras. Lo cual lleva a un proceso arduo ya que aun en una edad mayor la manera de enfrentar las emociones, ya sean positivas, es decir cuando se genera una sobrecarga de alguna emoción positiva, ya sea alegría por ejemplo o negativas en el caso de la ira se convierte en un conflicto.

Las vivencias de niñas y niños les dan cierta idea de la manera de cómo actuar frente a una situación, son experiencias que los ayudan a crecer. Niñas y niños reconocen que al comenzar un conflicto tendrá consecuencias como por ejemplo, recibir un castigo y que el tipo de actitud que está mostrando no está bien, pero la intensidad de sus emociones en ese momento los lleva a repetir la misma acción, porque no están vinculados a otras maneras de resolverlo, saben que pueden intimidar a su compañero si se enfrenta a ellos, y la respuesta que saben que tendrán es que ya no los molesten más. Aunque niñas y niños se enfrentan a una misma situación ya sea de conflicto tiende a actuar de la misma manera, insultando, agrediendo, aislarse o llorar aun sabiendo que no es la manera correcta de resolver el conflicto, pero lo vuelven a tomar al recordar que una vez fue útil.

El docente crea ambientes favorables para que los niños se sientan en confianza, y facilitar el aprendizaje pero sobre todo las relaciones interpersonales. Un ambiente donde no solo se dé importancia a lo cognitivo sino también el estado emocional debido a que es una parte esencial en el desarrollo del niño en el nivel preescolar que se irá fortaleciendo durante su crecimiento ya que “las emociones



son fuerzas centrales, adaptativas en todos los aspectos de la actividad humana” (Berk, 2001: 517). Por ello para comenzar a ver los contenidos que marca el currículo primero es importante revisar cómo están los niños emocionalmente, ya que de ello dependerá incluso que se dé un aprendizaje significativo.

Las normas y reglas comienzan a tomar sentido cuando el niño se enfrenta a una realidad ajena a la que vive en casa, la escuela es uno de los escenarios donde normas y reglas se ven reflejados. Las reglas y normas que se determinan en casa en algunos casos difieren con las que se establecen en la escuela, un ejemplo de esto, es respetar turnos de participación, donde quizá en casa tiene la atención de ser escuchado, pero en la escuela comienza a comprender que no es el único y tiene que aprender a escuchar a los demás. El niño se enfrenta a un nuevo contexto donde comprende que en cada espacio o lugar por esté tendrá que seguir ciertas normas, y que el resultado de disuadirlas generen dificultades en sus relaciones interpersonales, donde el docente juega un papel importante para que “los niños puedan adaptarse al mundo físico y social deben ir ganando, gradualmente, control voluntario sobre sus emociones” (Berk, 2001: 519). Esto contribuye a mantener el orden y la disciplina de tal manera que no solo se fortalezcan dentro del aula de clases sino fuera de esta también, en el caso del hogar con la familia, con el fin de que se vincule con las normas y reglas para que pueda desenvolverse responsabilizándose de sus actos.

El actuar de niñas y niños depende de la interacción en los distintos ambientes (social, familiar, escolar) en el cual se desenvuelven. La manera en que expresan sus emociones o lo que sienten bajo determinada situación es aceptada o no dependiendo en el lugar que estén, y bajo normas establecidas las cuales generalmente se producen en casa, por ello “las expresiones emocionales están más socializadas, a medida que aprenden las circunstancias en las que está aceptado comunicar sentimientos en su cultura” (Berk, 2001: 519). Los padres de familia determinan en gran medida la manera de actuar de niñas y niños en ciertos lugares, es decir, qué pueden y no pueden decir o hacer sin el consentimiento de



ellos o de alguna autoridad mayor, lo que ocasiona repriman sus emociones y busquen la manera de expulsarlas causando en muchas ocasiones un conflicto.

La etapa del preescolar es quizá uno de los primeros escenarios donde niñas y niños se relacionan con diferentes personas que no forman parte de su familia. La expresión de las emociones se convierte todo un reto para ellos, sin embargo les permitirá fortalecer su crecimiento personal el cual se entiende como el “aumento de la libertad emocional, es decir de la capacidad para asumir los propios sentimientos, percepciones y significados y responsabilizarse por ellos” (Lafarga, 2016). No obstante en algunas ocasiones no logran manejar sus emociones por ser muy intensas y no saber la manera correcta de reaccionar, solo actúan dependiendo de la emoción que está sintiendo pero no logra expresar con palabras concretas que les hace sentir de cierta manera.

Las actividades de inicio en una secuencia didáctica están guiadas a romper el hielo, es decir lograr que niñas y niños se relacionen unos con otros. De esta manera la docente organiza grupos de trabajo, incluso también se llevan a cabo actividades que tienen como fin relajar a los niños, favoreciendo un clima de trabajo tranquilo, generando una convivencia durante el día, con el objetivo de poner en contexto al niño sobre el tema pero de una manera divertida, donde se permita la interacción con todos ya que “las personas en un ambiente con actitudes favorables desarrollan un mejor autoconocimiento y comprensión de sí mismas, mayor confianza y habilidad para escoger sus propias conductas, aprenden significativamente y sienten mayor libertad de desarrollarse” (Lafarga, 2016). El docente es el encargado de crear momentos donde el niño pueda expresarse con seguridad, alejarse un poco de los problemas que llegan a suscitarse en el hogar o en cualquier contexto.

### **La manifestación de la ira en niñas y niños del nivel preescolar**

Los niños enfrentan conflictos dentro del aula, ocasionando en mucho de ellos el



querer desquitarse con el otro. Las niñas y los niños no suelen pensar en las consecuencias que esto pueda generar durante el conflicto, es decir ese pequeño momento de ira se conceptúa como “un deseo de venganza, acompañado de pesar provocado por un desprecio manifestado contra uno mismo o contra algún allegado, sin que el desprecio estuviera justificado y el deseo de devolver el daño” (López, 2016:11), el momento de ira impide a las niñas y niños pensar en las consecuencias que sus acciones pueden generar, sin embargo tienden a actuar de manera rápida, cegados por los momentos de enojo e ira, les impide preguntarse lo que ha sucedido. En algunos casos que al enfrentarse a una situación de este tipo, han aprendido que una de las formas de solucionar el problema es mediante el diálogo, sin embargo si la segunda parte no ha llegado a comprender eso, y su respuesta sea el llanto o agredir ya sea con palabras o con golpes como modo de solución lo hará, aun si el primer niño quiera hablarlo, quizá pierda la paciencia de no poder calmarlo y termine en una discusión.

Las maneras que niñas y niños encuentran para solucionar un problema van desde los insultos, hasta gritos o en casos extremos los golpes. La emoción que sienten en ese momento suele ser la ira que hace que actúen de cierta manera que hasta cierto punto es reprobable debido a que “la ira es una emoción intensa, se vive como desagradable y suele conducir a comportamientos ineficaces o destructivos, que rara vez solucionan el problema o bien lo solucionan a corto plazo” (Muñoz, 2005: 96). Es una acción rápida para enfrentar el problema, sin el tiempo de reflexionar lo ocurrido y encontrar una solución, que muchas de las ocasiones los resultados son negativos que acaba lastimando a personas.

El juego recreativo donde involucre la competencia es un generador de peleas y conflictos al generar en niñas y niños ese sentimiento de frustración al perder. Lo que causa en ellos emociones negativas ocasionando que no puedan seguir jugando, aislándose de sus compañeros, o en caso contrario agrede a quien le arrebató el triunfo debido a que “la ira puede ser ocasionada por una baja tolerancia a la frustración, es decir, una incapacidad para soportar las molestias,



incomodidades, frustraciones de la vida” (Muñoz, 2005: 97). Las actividades que se manejan en este tipo de juegos, tiene como finalidad hacer comprender a niñas y niños que no en todas las situaciones ganarán, y que para ello tendrán que esforzarse, aun así los resultados son otros, y el niño al no sentirse ganador se frustra y generalmente rompe en llanto debido a que no está preparado para asimilar la frustración porque en muchas ocasiones en casa se le ha enseñado a ser el mejor y ganar siempre.

Las niñas y los niños con el fin de obtener algo que desean hacen uso de métodos que llamen la atención de los adultos. El uso de los berrinches es una acción rápida y muy utilizada por los niños con la finalidad de obtener lo que se han propuesto. Sin embargo cuando su cometido no tiene los resultados que ellos desean, se enfadan aún más, generando pequeños episodios de ira, o cólera debido a que “los estímulos que provocan ira son más numerosos y los niños descubren a una edad temprana que la ira es un modo eficaz de obtener atención a lo que desean” (Hurlock, 1988: 215). Los niños al no tener una respuesta agradable por medio de las palabras en algunos casos la segunda opción de obtener lo que desean buscan la manera en que pueden atraer la atención del adulto, y esta respuesta generalmente contiene episodios de ira.

### **La metacognición en la autorregulación de emociones**

Las niñas y los niños conocen sus emociones y asocian a las situaciones que enfrentan en su vida cotidiana. El conflicto que presentan es que en muchas de esas situaciones no logran ser conscientes de lo que están haciendo, actuando por impulso, el proceso de la metacognición se refiere a la “facultad que concede el cerebro de tomar conocimiento de cómo trabaja los instintos, las emociones y las intuiciones” (Agüera, 2007: 225), es decir el aprender a aprender, enfocándose en las emociones se traduce como, las emociones sobre las emociones, ser consciente de las propias emociones apoyando a la autorregulación de las mismas



desde el apoyo de un mediador, en este caso el docente, quien facilita al niño en este aspecto a través del planteamiento de situaciones donde invita a niñas y niños tomar decisiones sobre su actuar.

La metacognición implica un proceso de autoconciencia permitiendo analizar la propia situación emocional. Los componentes que se trabajan para Brown (1987) son 3: a) conciencia de los propios procesos mentales y de las emociones; b) el conocimiento de los mecanismos de pensamiento y de los estados emocionales, es decir ¿cómo funcionan?. C) la autorregulación o autocontrol del pensamiento de las emociones. El primer componente permite que niñas y niños reconozcan sus propias emociones que pueden y no pueden manejar bajo cierta situación que le demanda presión. El segundo elemento pretende localizar la función de las emociones dentro de sus relaciones interpersonales, comprendiendo que todas las emociones nos ayudan en cierto momento, si sienten ira, enojo o miedo no es malo, debido a que nos ayudan a crecer como personas, solo está en saber cómo manejarlas durante las situaciones para llegar al tercer elemento que es la autorregulación de emociones.

### **La sana convivencia en el nivel preescolar**

Las niñas y los niños son seres sociales, comienzan a interactuar con las primeras personas que les rodean, es decir sus padres y familiares más cercanos. Al comenzar la etapa escolar, interactúan con otros niños de su edad y adultos distintos a sus padres, comprenderá la necesidad de desarrollar habilidades para convivir dentro de un grupo, el concepto de convivencia “se entiende como la capacidad que tienen las personas de vivir con otros, en un marco de respeto mutuo y de solidaridad recíproca” (Manríquez, 2014). Las actividades didácticas llevadas a cabo dentro de un salón de clases generalmente están encaminadas a que los niños convivan entre ellos y desarrollen formas de comunicación como preparación para la vida social, pero también con la finalidad de desarrollar





estrategias de resolución de conflictos que puedan existir entre ellos, encaminándolos a la toma de decisiones.

Los conflictos que se generan dentro del aula son una oportunidad para que niñas y niños utilicen sus habilidades de comunicación y autorregulación. De esta manera los niños encuentran oportunidades para encontrar la solución y forma parte de la convivencia. Debido a que “los conflictos en el aula se puede utilizar para que se desarrollen actitudes de tolerancia, solidaridad y respeto” (SEP, 2017), a través de la expresión de sus emociones por medio del diálogo, sin embargo cuando las niñas y los niños actúan por impulso, es complicado que recurran al diálogo, optan por la agresión o los insultos. Por ello el docente tiene el rol del mediador para intervenir en el momento apoyando al niño a controlar sus emociones y mejorar la convivencia.

La convivencia dentro del aula es un proceso conducido por el docente con apoyo de los padres de familia pero también de los niños dentro de su proceso educativo. Niñas y niños comienzan a asimilar que para adaptarse a un campo social es necesario comprender que “influye las formas de interacción entre los diferentes elementos que conforman la comunidad educativa, constituye una construcción colectiva y es responsabilidad de todos aquellos que participan en el proceso educativo” (Manríquez, 2014). La participación de cada uno de los actores educativos permite conocer a las personas con quienes se está interactuando, además abre la posibilidad de que los niños se conozcan así mismos frente a otros.

La participación de niñas y niños dentro de un grupo es necesario para su desarrollo, debido a que se enfrentará a diversos escenarios que los ayudarán a crecer como personas. Una buena comunicación y la escucha activa hacia otros son elementos necesarios para la participación dentro de la sociedad debido a que la convivencia “se considera la base de la formación ciudadana y constituye un factor clave de la formación integral de los/las estudiantes, incide en la calidad de vida de todos los miembros de la comunidad educativa” (Manríquez, 2014). Por



ello se considera a la familia como el primer escenario social, y a la escuela como el segundo donde el niño participa en grupos más grandes escuchando, participando manifestando sus ideas y emociones y sobre todo conociendo y conviviendo con sus compañeros.

La escuela es uno de los espacios donde niñas y niños aprenden a convivir con sus iguales. Lo que permite que durante las actividades que se desarrollan como parte de su aprendizaje se da la oportunidad de conocer a otros, de hacer amigos, pero también de experimentar emociones tanto positivas como negativas. Con ello le permitirá tomar decisiones sobre su actos tomando en consideración las consecuencias que estas posiblemente obtenga, por ello pueden tomar buenas o malas decisiones, es aceptable ya que de esto van aprendiendo, por ello es importante la mediación de un adulto durante la etapa infantil.

La convivencia es una categoría que requiere de un continuo análisis debido a que se entiende como un aspecto más allá de saber vivir con el otro. Los elementos que hay detrás de este concepto dependerá del escenario en que se esté trabajando en este caso, una sana convivencia dentro del aspecto escolar y en el que “refiere un análisis de los sentimientos y emociones que se exigen para relacionarse con los demás, que incluye el reconocimiento del otro, como semejante y diferente al mismo tiempo” (Bravo, 2011). Es una actividad constante y que se desarrolla cotidianamente, donde desafía al niño a escuchar a los demás, observar acciones y tomar decisiones sobre ellas, a pesar de que los primeros años de vida son los padres o adultos más cercanos que hacen esta tarea por ellos, pero es necesario que los niños comiencen a realizarlo por sí mismos, a través del apoyo del adulto responsable.

Las relaciones interpersonales que niñas y niños viven en la etapa escolar les ayudan a comprender que ya no se trata solo de ellos mismos, debido a que se están integrando a una comunidad. La convivencia necesita de una continua comunicación entre los involucrados, permitiendo que niñas y niños asimilen que todos somos diferentes y que de esas diferencias se aprende a conocer a otros,



“la vida compartida en las instituciones educativas está marcada por la configuración de un “nosotros” a partir de la expresión, del diálogo y/o la confrontación con otros” (Fierro Cecilio & Lizardi, 2013), los niños, los docentes, autoridades educativas, padres de familia, forman parte de una comunidad escolar, por lo cual se actúa buscando ayudar a los demás, lo que ocurre no solo puede llegar a afectar a un solo individuo, se afecta a todos de alguna forma.

La escuela es el espacio donde niñas y niños aprenden a convivir con los demás al conocer y asimilar las diferencias que existen entre ellos que lo lleva a pertenecer a un grupo. Las diferencias que se encuentran algunas veces son el motivo de múltiples conflictos entre los niños por ello la idea de la convivencia “surge como una apuesta política para regular y disminuir el impacto de los conflictos escolares que se manifiesta a través de la indisciplina y la violencia en las escuelas” (Furlán, Saucedo y Lara, 2004: 28 en Fierro Cecilio & Lizardi, 2013). La convivencia no es un resultado más bien es un fin que todo centro educativo tiene que desarrollar en los diferentes niveles para preparar al estudiante para la vida social, es un proceso que se construye entre todos los involucrados.

El desarrollo de las actividades depende también del proceso de convivencia. Debido a que niñas y niños trabajan en conjunto para solucionar problemas que se le plantea “remite a la calidad de las relaciones interpersonales que se han constituido en la institución y que dan lugar a un determinado clima escolar” (Fierro Cecilio & Lizardi, 2013: 79) este clima necesita estar encaminado al respeto mutuo a la escucha y al apoyo.

La tarea del docente es propiciar un clima de confianza y armonía para el desarrollo pleno de las actividades. Además de que se encamina a que exista una buena relación entre los niños y evitar conflictos que generen daño, más bien aprender de ellos, por ello “la existencia de un buen clima afectivo y emocional en la escuela y en el aula es una condición fundamental para que los alumnos aprendan y participen plenamente en la clase” (López, 2014), después de todo es la base principal para favorecer los aprendizajes.



## **La convivencia y las emociones en el crecimiento personal en los niños**

Las niñas y los niños necesitan de atención y realiza acciones que facilitan su objetivo, sin embargo algunas de ellas no son las más apropiadas. Dentro del aula existe un grupo diversificado, por lo que su atención a todos se hace más complicado, el docente necesita atender a las necesidades de aprendizaje de los niños, pero sobre todo en el aspecto emocional debido a que “las personas tienen necesidades emocionales que se consideran básicas, tales como la aceptación, la admiración, el reconocimiento, la seguridad, el afecto, el respeto, sin embargo el problema en el ámbito emocional es el comportamiento que algunos alumnos manifiestan para cubrir esas necesidades” (Arandiga, 2008). Dichas necesidades deben tener prioridad en la ejecución de las actividades las cuales necesitan estar en prioridad.

La escuela como espacio de convivencia define un conjunto de normas o acuerdos. Los cuales designan a cada participante un papel o rol distribuyendo así responsabilidades entre ellos, esto a su vez permite a niñas y niños tomar decisiones sobre sus acciones y analizar lo que están haciendo sobre lo que pueden hacer, responsabilizándose de sus actos al momento de comprender la necesidad e importancia de cumplir con acuerdos para potenciar una sana convivencia.

Los conflictos que se han observado dentro del aula llevan a la exclusión de alguno de los niños por alguna discusión. Las acciones que se toman lastiman de alguna forma a niñas y niños ocasionando un conflicto tras otro debido a que “la convivencia se rompe cuando las personas dejan de sentir que pertenecen a un grupo o comunidad, cuando se sienten ignoradas o apartadas” (Velarde, 2001: 21) por ello es necesario que el docente sea intermediario de la situación proponiendo medidas de solución a los conflictos sin la necesidad de separar a los niños.

La convivencia se lleva a cabo a partir de las interacciones de las personas en su



vida cotidiana. Estas interacciones necesitan ser respetuosas, solidarias, afectivas, donde las emociones juegan un papel muy importante debido a que “las relaciones humanas se dan siempre desde una base emocional que define el ámbito de convivencia” (Ortiz, 2018), por ello depende mucho de la organización de las actividades didácticas y los espacios destinados para ello, con el fin de que los niños interactúen con todos dando la oportunidad de resolver conflictos o la manifestación de emociones.

El docente es mediador en la convivencia dentro del aula, permitiendo formas de comunicación. El diálogo es una forma pacífica de convivencia al conocer los puntos de otros siempre con respeto “desde la práctica, vivir es convivir con todos, buscamos el bien común, manifestamos a través del lenguaje el cual se constituye en la herramienta más poderosa para la convivencia” (Herrera Pertuz & Ortiz Ocaña, 2018: 62) por ello la negociación a partir del diálogo entre los involucrados forma parte de la convivencia y la solución de algún conflicto, dando la oportunidad de escuchar al segundo y formular formas de solución sin recurrir en alguna forma de agresión.

Las actividades que se llevan a cabo dentro el aula de clases tienen además de obtener un aprendizaje significativo que los niños interactúen entre ellos para trabajar en conjunto. El desarrollo de la convivencia dentro del aula “implica que los integrantes del grupo pongan en juego habilidades como: reconocer y aceptar que los demás pueden tener ideas diferentes, escuchar y comprender lo que dice incluyendo sus sentimientos y revisar nuestras acciones y valorarlas” (SEP, 2017), dichas habilidades se necesitan de un continuo seguimiento además de que están inmersos en cada momento del día, dentro o fuera del aula.

El docente tiene entre todas sus tareas observar las acciones de las niñas y los niños, para identificar aquellos que necesitan de apoyo. Las acciones que se llevan dentro del aula son guiadas por el docente, con el fin de favorecer un contenido marcado en el currículo, pero sobre todo dentro de estas características se manifiestan actitudes de los niños que es importante y necesario rescatar, por



ello “el desarrollo emocional se promueve a través de la convivencia cotidiana, interpretando y respondiendo oportunamente a las señales que las niñas y los niños envían para comunicar sus necesidades o estados emocionales” (Pastor Fasquelle, Nashiki Angulo, & Pérez Figueroa, 2010), por ello es necesario que el docente cree un clima de convivencia dentro del aula, que favorezca la comunicación entre todo el grupo.

### **El termino de potenciación en la autorregulación de las emociones**

El término potenciación es una categoría de análisis, varios autores lo han definido como avance o desarrollo de lo que ya se tiene. Lo siguiente refiere al trabajo de Vigotsky con su propuesta de la Zona de Desarrollo Potencial o Próximo donde niñas y niños aprenden con la guía de un adulto capaz, por ello va desarrollando habilidades comunicativas para su inserción en el ámbito social, al enfatizar en las emociones que son la base de una sana convivencia, con la finalidad de que el niño conforme desarrolla habilidades de autorregulación podrá alcanzar lo que Vigotsky determina como la zona de desarrollo real, donde el niño sin ayuda de nadie pueda tomar decisiones propias sobre sus emociones en las acciones que realice.

Los aprendizajes que asimilan las niñas y los niños son cruciales en el nivel preescolar, así como en el desarrollo de la autorregulación de las emociones. La etapa infantil es una gran oportunidad de aprendizaje que se irán reforzando gradualmente durante su desarrollo debido a la plasticidad del cerebro en los primeros años y también repercute que “las interacciones educativas deben situarse en la ZDP del niño, definida como la capacidad para el desarrollo guiado que existe en el niño en cualquier momento de su desarrollo” (González, 1990: 102) por ello si un aprendizaje aun no está establecido en el niño este puede desarrollarse con la guía de un adulto. El niño puede reconocer sus propias emociones, pero tiene poco manejo sobre algunas de ellos, por ejemplo en las



emociones negativas como el caso de la ira, actuando por impulso, por ello se necesita la guía de un adulto.

El docente y los padres de familia son el ejemplo que toma el niño en su actuar. No solo el docente y los padres de familia sino también todos aquellos adultos que están más próximos al niño pueden ser tomados como ejemplos debido a que “toda situación de interacción implica un cierto nivel de intersubjetividad, de percepción y acción conjunta, se da mayor importancia la forma en que el adulto se plantea la tarea y se la plantea al niño es decir el contexto de enseñanza aprendizaje” (González, 1990: 101), en el caso de la autorregulación de emociones dependerá de la forma en que el niño encuentre la manera para autorregular sus emociones frente a una situación de conflicto.

La autorregulación de emociones es un proceso que está dentro la Zona de Desarrollo Próximo debido a que es el producto de un aprendizaje social. El niño tiene nociones sobre las emociones, las reconoce en sí mismo y en algunos casos en otras personas, pero al estar en una situación de incertidumbre, de amenaza o en un conflicto necesita el apoyo de un intermediario para solucionarlo por ello “a pesar de que la zona de desarrollo próximo está relacionada generalmente con el proceso de enseñanza aprendizaje escolar, Vygotski deja opciones en su formulación para utilizarla en las relaciones sociales, así como la transmisión de normas y valores” (Castorina, 2004), dicho proceso facilita el desarrollo en la autorregulación de emociones para el alcance de los aprendizajes requeridos en el programa a través de la interacción con otros y la puesta en práctica de acciones o situaciones en las que le impliquen al niño decidir sobre lo que haría al enfrentarse a una situación donde no implique actuar por impulso.

El niño aprende conforme avanza su proceso de desarrollo. Con la guía de un adulto es que va consolidando su aprendizaje, frente a un nuevo conocimiento pone a prueba lo que ya sabe, por ejemplo en la solución de un conflicto entre pares, si no se cuenta con la forma correcta de solucionarlo es donde el docente interviene debido a que “el nivel de desarrollo potencial es medido por la



resolución de una tarea bajo la dirección de un adulto o en colaboración con otros niños” (Vygotski, 1978: 6 en Moll: 247), es decir si el niño frente a una tarea dada, por ejemplo la forma correcta de solucionar un conflicto evitando ser guiado por sus impulsos, en la acción no puede o se le dificulta el docente interviene mostrándole la manera en cómo puede hacerlo evitando más conflictos, así mismo esto le permitirá ir avanzando.

El niño aprende acompañado, al observar las acciones de otros niños y la guía del docente o adulto. Debido a que el niño en el nivel preescolar aprende a través de la observación y la imitación, por ello “el niño al entrar en contacto con otros niños y adultos, se vuelve más capaz de resolver situaciones-problema que al principio le parecían imposibles o extrañas” (Castorina, 2004: 27), sin embargo puede optar por soluciones ineficaces por las acciones que puede observar y estas no son precisamente las correctas, es por ello que la guía de un docente lo va encaminando también a la toma de decisiones sobre qué elección tomar frente a un conflicto o situación donde las emociones negativas lo controlan, una elección donde evite el daño a terceras personas, escuche y haga uso del diálogo.

### **El uso didáctico del video**

El plan de estudios plantea la oportunidad de utilizar las Tics para el fortalecimiento del aprendizaje de las niñas y los niños. El uso de las Tics se ha utilizado también para el análisis de las actitudes frente a determinadas situaciones debido a que “el uso de los audiovisuales con fines didácticos y educativos siempre han estado presente en las aulas por la motivación e interés que suscitan entre los alumnos y que además permite al alumno desarrollar su conciencia emocional para conocer e identificar las emociones propias y la de los demás” (Rubio, 2018:2). Cabe destacar que niñas y niños actualmente están inmersos en las tecnologías, forman parte de su entorno y les llama la atención, estimulando su interés a partir de esto, es una manera de fortalecer su





aprendizaje, pero también conocer otras experiencias que les apoyen en su desarrollo emocional.

Las niñas y los niños conocen su entorno y superando lo que conocen con el apoyo de la tecnología, visualizando las imágenes presentadas en la televisión o en el celular alimentando su curiosidad. Los padres de familia son quienes comúnmente inducen el uso de la tecnología a niñas y niños debido a los labores del hogar o del trabajo, que dificultan la atención hacia ellos, o que no encuentren la ayuda de terceras personas para hacerse cargo del niño, es decir en la mayoría de las ocasiones lo ven como un distractor más para mantenerlos calmados durante un periodo de tiempo, lo cual no debería usarse como medio de distracción sino como un medio de ampliar el conocimiento ya que “los medios de comunicación, cambiando el entorno, transforma nuestra manera de pensar, de actuar, de percibir el mundo” (Rubio, 2018:2). El entorno se cambia cuando el uso de las tecnologías no solo impliquen que las niñas y los niños observen y escuchen sino profundizar lo que está viendo y escuchando, pero también elegir adecuadamente el contenido que se le presenta y que este tenga un tema de trasfondo que lo ayude a conocerse y saber cómo actuar y comprender incluso a los demás desde la comprensión de sí mismo a través del uso de la tecnología como un recurso didáctico y no de distracción, debido a que el niño suele reproducir lo que observa.

Los docentes suelen utilizar el video en dos momentos: al inicio de una secuencia didáctica para adentrar a los niños al contexto de la situación, y al finalizar como una retroalimentación de un tema. La finalidad que se pretende llegar es a la comprensión de un cierto tema bajo un enfoque audiovisual, por ello “el uso del video en el aula facilita la construcción de un conocimiento significativo dado que se aprovecha el potencial comunicativo de las imágenes, los sonidos y las palabras para transmitir una serie de experiencias” (López, 2011:6). Si es verdad que el uso de los medios audiovisuales requiere de un objetivo, o fin para poder hacer uso de ello, sin hacer continuo su uso ya que los niños tienen a aburrirse y



este recurso corre el riesgo de perder su sentido.

# **CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO**



## INTRODUCCIÓN

El papel del docente es la reflexión y mejora de su práctica al identificar problemáticas dentro de ella. El trabajo realizado dentro del aula va encaminado a la mejora y avance de los aprendizajes de niñas y niños centrándose en las diversas problemáticas que se identifican para la construcción de actividades que puedan atender el problema poniéndolos en práctica y posteriormente realizar la evaluación de las misma teniendo en cuenta que “la imagen del profesorado investigador se considera como una herramienta de transformación de las prácticas educativas” (Latorre, 2003: 7) sin embargo se considera que dentro de la investigación no solo el docente es quien participa también se involucran las autoridades educativas, los niños, padres de familia en la mejora de la educación. El proceso de investigación conlleva el seguimiento de elementos a seguir, pero sobre todo tener en cuenta qué tipo de investigación se pretende realizar. En los apartados siguientes de este tercer capítulo se explica el tipo de investigación realizado, haciendo referencia a la investigación-acción como metodología para guiar a la investigación al proceso de reflexión de la misma práctica a través de un modelo cíclico flexible con la finalidad de mejorar una situación identificada dentro del aula escolar, en este caso la autorregulación de emociones.

### **La investigación-acción en el proceso de autorregulación de emociones**

El docente se convierte en investigador que reflexiona sobre su práctica. Las situaciones que se suscitan dentro del aula de clases dan la oportunidad para que el docente investigue y reflexione a través del diseño de actividades en busca de la mejora de su práctica. El docente planifica actividades con la finalidad de lograr en las niñas y los niños un aprendizaje significativo, potenciando aquellas que ya tienen con su ayuda, favoreciendo que en un futuro lo realicen por sí mismos, se



ponen a prueba las actividades, el docente observa las reacciones de los niños frente a ellas, finalmente el docente reflexiona sobre las actividades que funcionaron y cuales es necesario modificar, proceso que se lleva a cabo cotidianamente.

El aula es el espacio donde ocurren diversas situaciones, de los cuales es necesaria la atención de algunas de ellas que dificultan el desarrollo del aprendizaje de niñas y niños. La tarea fundamental del docente es estar al pendiente de cuáles son estas situaciones mediante la observación y registro de estas permitirá el análisis y discriminación de las situaciones fundamentales a atender, momento en el cual el docente puede hacer uso de la investigación-acción, dicho proceso se refiere al “estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma, reflexión sobre las acciones humanas y situaciones sociales vividas” (Elliott, 1993 en Latorre, 2003). Las acciones implementadas dentro del aula siguen un proceso que depende de la observación y registro de la docente durante la selección del tema a tratar que tenga como finalidad la mejorar tanto de la intervención de la docente como en el desarrollo de las relaciones interpersonales de niñas y niños.

La revisión de la práctica es el primer paso para iniciar con una investigación. La finalidad que se persigue será mejorar la práctica, a través de la identificación de un problema que es necesario resolver a través de la observación en este caso, las actitudes de niñas y niños frente a diversas situaciones que implican la convivencia entre ellos y la manera en que resuelven sus conflictos así como la actitud del docente frente al problema, qué acciones espontáneas se toman en el momento del conflicto, cuál es la reacción de los niños frente a estas acciones, qué se necesita para poder mejorar éstas acciones y dar realmente un modo de solución que contenga seguimiento y no una solución rápida y que quizá a futuro ya no funcione.

El docente detecta problemas que impiden el buen desarrollo del aprendizaje durante la intervención. Al detectarlas es necesario realizar algunas cuestiones



que apoyen a su análisis para la construcción de acciones que apoyen a la solución del problema se propone 2 preguntas a realizar ¿Qué está sucediendo aquí?, se analiza la situación presentada durante la intervención, concretándola en una frase orientándola a través de la teoría que lo fundamente, posterior a este análisis se realiza la segunda pregunta ¿Cómo puedo mejorar la calidad de mi práctica docente?, es decir el planteamiento de las acciones que atiendan al problema que se tendrán que poner a prueba para su reflexión y adecuación de las mismas (Pring 2000, citado en Latorre 2003). La selección de instrumentos para la recolección de estos datos y dar respuesta a cada una de las preguntas son elegidos de manera estratégica, por ejemplo el uso del diario donde se registra las acciones y reacciones de los niños que tuvieron durante el día haciendo referencia a la autorregulación de las emociones y su impacto en la sana convivencia.

El proceso que se lleva a cabo permite a la docente hacer uso de diversos elementos que integren su intervención, una de ellas es la teoría que vincula con la práctica. La metodología de la investigación-acción permite mejorar la práctica, aprender de ella y mejorar la situación en la que tiene lugar (Latorre, 2003), no solo se obtiene información sino que permite el espacio de reflexión y autoconciencia de la intervención que se está ejecutando para la resolución de un problema en este caso en la autorregulación de emociones. Por ello el proceso se apoya de identificar las categorías que apoyen a desarrollar la investigación o estén estrechamente relacionados al problema inicial.

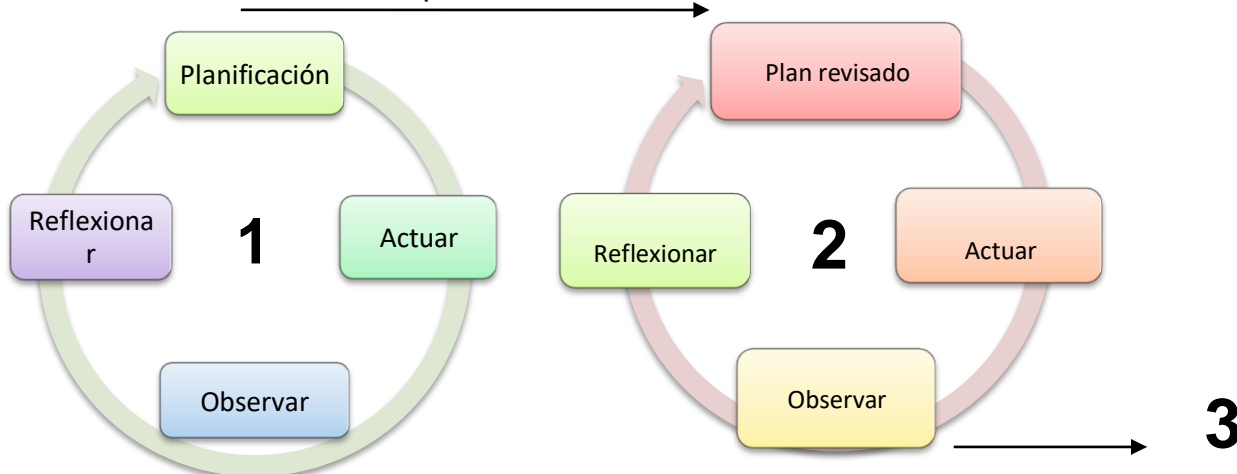
### **Características de la investigación-acción:**

- Es participativa.
- Colaborativa, requiere una comunicación simétrica entre los involucrados (docente, alumna normalista, niños, padres de familia).



- Induce a teorizar sobre la práctica, rescatando las categorías que fomentan la investigación y que apoye a la comprensión de la misma en la búsqueda y selección de las acciones pertinentes para potenciar la autorregulación de emociones en los niños de educación preescolar.
- Somete a prueba las prácticas, ideas y suposiciones.
- Implica registrar, recopilar, analizar nuestros propios juicios, reacciones e impresiones en torno a lo que ocurre, se hace uso del diario de la educadora para el registro y análisis de las reacciones de los niños frente al problema.
- Se realizar un análisis crítico de la situación, esto es a través de la triangulación del fenómeno educativo, el investigador y la teoría.

- Empieza con pequeños ciclos de planificación, acción, observación y reflexión, los cuales se expresan a continuación.



La situación que se plantea al inicio de este documento es la autorregulación de emociones para la potenciación de la sana convivencia en niñas y niños de educación preescolar. El análisis del problema se plantea a través de los diferentes momentos en los cuales se manifiesta el problema, el cual dificulta la convivencia entre los niños generando múltiples conflictos, no solo dificulta el desarrollo en las relaciones interpersonales de los niños, también afecta la intervención generando pausas cuando un conflicto se presenta. Lo anterior corresponde a una acción anterior a la planificación de las acciones llevándonos al análisis de la situación.

La primera fase comienza con la planificación de las acciones que atiendan el problema. La primera fase va acompañada del diagnóstico del problema, una vez se ha analizado este de manera crítica y consciente, para llevarlo a la práctica, observar y registrar haciendo uso del diario, al finalizar reflexionar sobre las reacciones, actitudes de los niños frente a las actividades, que apoyen a la modificación y corrección del plan inicial, con la finalidad de dar paso a la segunda fase, en donde se vuelve a repetir el ciclo, por ello se dice que la investigación-acción es un proceso que se caracteriza por ser cíclico y ser flexible.





La eficacia de la implementación de las acciones conlleva un periodo de tiempo considerable si de potenciar la convivencia escolar a través de la autorregulación de emociones se trata, es decir se busca cambiar la conducta de las niñas y los niños. Debido a que durante el lapso de tiempo destinado a la implementación de las acciones llegan a suceder imprevistos, en consecuencia se tiene que modificar las acciones de manera flexible sin perder el sentido que estas tienen.

El proceso seguido a través de esta metodología da como resultado una ruta metodológica organizada en 5 fases. Se le atribuye al nombre de Ruta Metodológica debido a que cada fase se fundamenta en un autor, con la diferencias de que se modifican algunas ideas para atender al problema, en este caso la autorregulación de emociones permitiendo así mismo la transformación de la práctica educativa reflexionando sobre las acciones llevadas a cabo comprendiendo los efectos que estas causan tanto en las niñas y los niños como en la propia persona fortaleciendo habilidades de comunicación y haciéndose de elementos prácticos para el estudio de una situación viendo la realidad educativa desde otra perspectiva.

El aspecto teórico toma un papel fundamental en el desarrollo de la investigación acción por ello se realizó una revisión documental. Del título se desprenden las categorías a investigar, los cuales se han mostrado durante el marco teórico, sin embargo, también es necesaria la revisión documental de las acciones que se realizarán en la ruta metodológica con la finalidad de comprender mejor lo que se está tomando y las adecuaciones que se harán con respecto a las acciones elegidas.

# **CAPÍTULO IV ANÁLISIS DEL DATO**



## INTRODUCCIÓN

El análisis de los fenómenos educativos observados durante las intervenciones da pauta al análisis de impacto que alcanzaron. Los registros realizados en instrumentos como el diario facilitan su análisis, y por ello se presentan a continuación la explicación de los resultados obtenidos en el proceso de la potenciación de una sana convivencia a través de la autorregulación de emociones tomando en cuenta algunas dificultades que se presentaron durante la ejecución de las acciones y que es imprescindible tomar en cuenta para futuras intervenciones.

Los apartados siguientes explican el análisis de los fenómenos observados dentro del aula de clases. El trabajo realizado se enfocó especialmente con las niñas y niños, por lo cual se explican las reacciones que se observaron frente a las acciones puestas en práctica identificando las áreas de oportunidad que apoyaron en futuras modificaciones. En un primer momento solo se hizo uso del video como recurso didáctico al apoyo de la solución del problema, sin embargo durante el trabajo de este se optó por ampliar el proceso debido a que en un principio solo se quedaba en observar el video, posteriormente se comentaba pero no trascendía, por ello se investigó para poder trazar una ruta que apoyara completamente el proceso.

### **La autorregulación de emociones**

El estudio de la autorregulación de emociones enfoca la educación en una visión humanista. Las relaciones que establecen niñas y niños dentro del aula tienen sus bases en el conocimiento y manejo de las propias emociones llevándolos a manejar sus propios impulsos y hacer uso del diálogo como forma de resolución de



conflictos. El proceso de autoconocimiento de las propias emociones así como la comprensión de las emociones de los demás es un proceso que se trabaja durante el desarrollo de la persona, pero es en el nivel preescolar donde niñas y niños obtiene mejor los aprendizajes debido a la plasticidad cerebral al reforzarlos durante su desarrollo.

El papel de los agentes educativos es esencial dentro de la potenciación de una sana convivencia al trabajar desde la autorregulación de emociones. En los apartados siguientes se explica el proceso desarrollado para dar solución al problema investigado.

### **La autorregulación de emociones en niñas y niños de educación preescolar**

El proceso de la autorregulación de emociones es una tarea que vincula la familia y la escuela. La escuela es un espacio donde niñas y niños comienzan a interactuar con personas ajenas a su familia, situación que genera tormentas emocionales. La tarea de la escuela en este aspecto es guiar al alumno en sus aprendizajes no solamente en el ámbito cognitivo, también lo es en el aspecto emocional, posibilitando las herramientas necesarias para hacer frente a los conflictos sin la necesidad de recurrir a la agresión, debido a que la educación emocional les permite a niñas y niños “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” (SEP, 2017, pág. 304) de esta manera se busca potenciar desde el trabajo en la autorregulación de emociones una sana convivencia teniendo en cuenta los aspectos anteriores.

Las niñas y los niños conocen sus emociones y las situaciones que las generan con el apoyo de la lectura de diversas situaciones donde ellos se posicionaban en



la emoción que la situación les generaba. La actividad realizada se retomó de las actividades diseñadas dentro de la planeación que se apoyó durante la detección del problema. El conflicto identificado es en el momento en que niñas y niños se enfrentan a un conflicto donde la emoción que el estímulo ya sea externo o interno activa no es capaz de manejarlo.

### **El video como recurso didáctico en la autorregulación de emociones**

El video ha sido considerado como un recurso para apoyar en la mejora de la autorregulación de emociones dentro de esta investigación. Los niños se sienten interesados por las imágenes y sonidos, sobre todo cuando el contenido que se muestra es familiar, el propósito que se pretendió fue relacionar el contenido del video con las experiencias de los niños, situaciones donde hayan manifestado una emoción negativa que no hayan logrado manejar o alguna que hayan observado y estuviera relacionado.

La proyección del video se elige de manera estratégica dependiendo del momento y periodo de tiempo. Los momentos elegidos fueron: 10 minutos antes de comenzar con la clase, y el segundo momento fue 10 minutos antes de acabar con la clase. Los resultados obtenidos en el primer momento no fueron los esperados, debido a que la participación de los niños fue casi nula, esto con respecto a la consigna donde se les solicitó recordar alguna situación semejante a la del video, se les dificultó recordar una experiencia. El segundo momento se obtuvieron resultados favorables, se percató una mayor participación debido a que recordaban las experiencias que tuvieron durante el día, la dificultad que se experimentó durante este segundo momento fue el desorden en las participaciones a pesar de establecer acuerdos para la participación y escucha algunos niños evadían los acuerdos.

El periodo de tiempo destinado a la proyección del video fue 2 veces por semana,



para evitar que los niños se aburrieran y ocasionaran que este tipo de sesiones perdieron el sentido. Las niñas y los niños actualmente están inmersos en una época donde la tecnología sobresale, por ello se hizo uso de este recurso visual para potenciar la autorregulación de emociones, cabe mencionar que el proceso en un principio tenía la intención de que no solo se quedara en observar el video, comentarlo y dar por terminado la sesión, sino trabajarlo desde su análisis a partir de los Círculos de aprendizaje, debido al tiempo estas fases posteriores no se lograron llevar a cabo.

Las actividades implementadas por la docente ayudaron a identificar que las niñas y los niños tienen conocimiento sobre sus propias emociones, identifican situaciones que activan ciertas emociones, pero no son capaces de manejar una situación donde una emoción intensa como la ira está implicada, por ello niñas y niños necesitan la guía de un adulto en este caso el docente para potenciar la autorregulación de emociones a través del uso didáctico del video y más adelante a portar dentro de este proceso un seguimiento, ¿qué hacer después de observar el video?, ¿qué podría tomar de este recurso?, se pretende que haya un análisis de las situaciones observadas a partir de las propias situaciones personales, y cuando llegue el momento compartir las experiencias y emociones a los demás iniciando con el proceso de comprender al otro a través de la escucha en el Círculo Interpersonal no sin antes preparar al niño en esta habilidad de la escucha.

### **La sana convivencia**

La sana convivencia permite desarrollar un sentido de pertenencia dentro del aula de clases. Las interacciones que se llevan a cabo dentro de un espacio permiten a niñas y niños construir su identidad personal debido a que “influye las formas de interacción entre los diferentes elementos que conforman la comunidad educativa, constituye una construcción colectiva y es responsabilidad de todos aquellos que participan” (Manríquez, 2014) permitiendo conocer sus propias emociones así



como reconocer los estímulos externos e internos que influyen en sus emociones posibilitando conocer y comprender a otros, propiciando relaciones de respeto, tolerancia, solidaridad y confianza. Las niñas y los niños se desarrollan en un plano social por lo que les demanda desarrollar habilidades que faciliten la interacción con otros.

### **La sana convivencia en el preescolar**

El desafío de la educación en este ámbito es formar niñas y niños capaces de convivir con el otro de adaptarse a diversas situaciones. Las niñas y niños durante su desarrollo les implica tomar decisiones en la búsqueda de la satisfacción de sus necesidades emocionales estas son “la aceptación, la admiración, el reconocimiento, la seguridad, el afecto, el respeto” (Arandiga, 2008) necesidades que se fortalecen mediante una convivencia donde se involucre en actividades colaborativas, que le permita reconocer la responsabilidad de pertenecer a un grupo, cómo apoyar para que todos se diviertan dejando de lado lo competitivo evitando conflictos.

El docente forma parte fundamental para fomentar la sana convivencia respondiendo de manera adecuada a las necesidades y problemáticas. Las actividades plateadas por el docente colocan a niñas y niños en una situación donde ponen en práctica habilidades afectivas y comunicativas, en ciertos momentos de la actividad el docente tenga que intervenir, sin embargo conforme el niño va adquiriendo las habilidades el docente disminuirá su intervención, y solo cuando sea necesario intervendrá, se observa mediante las actividades implementadas que el niño se relaciona con sus compañeros de manera respetuosa dirigiéndose con amabilidad, la comunicación entre ellos es amena, lográndose por la repartición y reconocimiento de las responsabilidades dentro de la actividad sin embargo si el niño se encuentra en una situación sensible se



mantiene alejado del resto de sus compañeros dificultando la convivencia otras de las dificultades encontradas dentro de este proceso fue que debido a las etiquetaciones a ciertos niños su relación con ellos era distante, el papel del docente es integrar a todos los niños invitándolos a través de las actividades a convivir entre ellos, sin embargo existieron niños que se negaban a acercarse a sus compañeros dificultando la convivencia.

Las actividades realizadas encaminadas a la potenciación de la sana convivencia se trabajan específicamente con los niños desde la implementación de acuerdos para evitar conflictos y que promueva relaciones de respeto entre los niños, la organización del trabajo y la distribución de responsabilidades compartidas (SEP, 2017: 160), las niñas y los niños entiende que en la interacción con sus iguales es necesario desarrollar ciertas habilidades y actitudes, en el momento de compartir experiencias relacionadas a la observación del video, forma parte de la convivencia debido a que todos se escuchan, y tienen la confianza de hablar y expresar lo que sienten sin el temor de ser regañado o criticado, debido a que el momento que se prestó durante la actividad fue meramente la escucha.



# **CAPÍTULO V RUTA METODOLÓGICA**

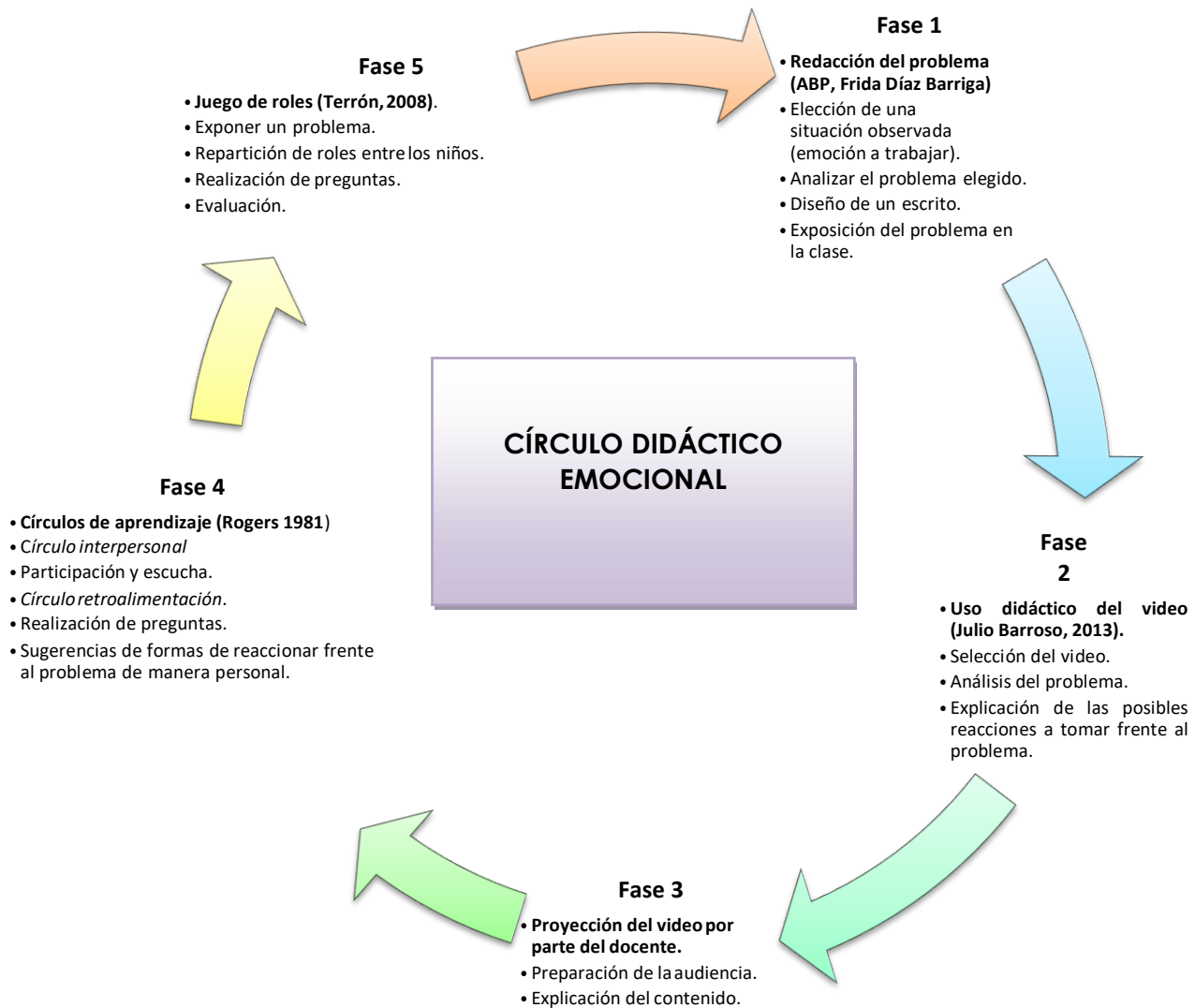


## INTRODUCCIÓN

La investigación plantea el diseño de acciones que busquen la mejora del problema identificado basándose en algunos autores. La ruta metodológica tiene la característica de que cada una de las fases es un constructo basado en la teoría y que está en constante cambio, es decir es flexible asegurando en lo máximo posible el cumplimiento del objetivo de la investigación. Las fases descritas a continuación fueron elegidas con base en los intereses de las niñas y los niños, una propuesta que les llamara la atención y que adquirieran los elementos necesarios para potenciar una sana convivencia al trabajar con la autorregulación de emociones a través de las imágenes vinculando las acciones que observan con sus propias acciones.

La ruta metodológica se diseña a partir del conocimiento del problema, así como el conocimiento de las niñas y los niños y sus habilidades que se necesitan potenciar teniendo en cuenta el tipo de interacción que se pretende desarrollar en cada una de estas fases, así como las actitudes que esperamos fomentar, debido a que en algunas actividades se solicita escuchar sin hacer comentarios, escuchar con atención analizando su propia situación un proceso que aun está en proceso debido a que a los niños se les dificulta escuchar por un largo periodo de tiempo, el tiempo para cada una de las fases también influye en el proceso, este generalmente fue corto para evitar aburrimiento y perder el control de la fase.

## RUTA METODOLÓGICA



Esquema: Círculo Didáctico Emocional  
Elaboración propia



## **Fase 1: Diseñando el problema**

### **Escrito del caso/problema haciendo uso de la metodología Aprendizaje Basado en problemas.**

El proceso de la autorregulación de emociones es necesario la implementación de estrategias para su mejora. Una de esas estrategias radica en la implementación de problemas que enmarcan situaciones reales, por ello en esta primera fase se planteó como método el Aprendizaje Basado en problemas como la fase inicial por ello “el proceso del ABP consiste en el planteamiento de una situación problema, donde su construcción, análisis y/o solución constituyen el foco central de la experiencia” (Barriga, 2005). Se toman en cuenta las diferentes situaciones por las que ha pasado el niño y que este ha impactado en ellos y se transforme en un problema en el cual el niño busque una solución a cerca de cómo actuar tomando decisiones que lo ayuden a crecer y autorregularse.

Las niñas y los niños se enfrentan a diversos problemas en su vida cotidiana, donde les implica la toma de decisiones y estas generalmente son inmediatas. Las decisiones que toman no en todas se le propone un análisis, tal es el caso en la manera de actuar al presentar una situación de conflicto debido a que el niño actúa de manera espontánea. El Aprendizaje Basado en Problemas es considerado como “una experiencia pedagógica del tipo práctico organizada para investigar y resolver problemas vinculados al mundo real. El alumno que enfrenta el problema tiene que analizar la situación y caracterizarla desde más de una sola óptica, y elegir o construir una o varias opciones viables de solución” (Barriga, 2005). El interés está en fomentar el aprendizaje activo, aprender mediante la experiencia práctica y la reflexión, desarrollar habilidades en la autorregulación emocional y en toma de decisiones en las acciones.

Reigeluth (2000, en Barriga, 2005) sostiene que el modelo educativo requerido en la nueva era de la información tiene como rasgos más notables el aprendizaje



cooperativo, reflexión, habilidades de comunicación, aptitudes para resolver problemas y la toma de decisiones.

Características del Aprendizaje Basado en problemas (Torp y Sage, 1998):

- Los estudiantes como responsables de una situación problema.
- Organiza el currículo en torno a problemas holistas que generan en los estudiantes aprendizajes significativos e integradores.
- Crea un ambiente de aprendizaje en que el docente alienta a los estudiantes a pensar y a guiar en su indagación.

El aprendizaje basado en problemas no solo favorece en los estudiantes una participación activa sino también apoya a sus habilidades autorregulatorias y flexibiliza su pensamiento. El aprendizaje basado en problemas les permite a niñas y niños utilizar la retroalimentación interna y controlar la variedad y calidad de los comportamientos, sentimientos y pensamientos que exhiben. La habilidad de regular tanto cogniciones como acciones implica una flexibilidad cognitiva en la medida en que el niño cambia el curso del pensamiento o de a acción de acuerdo con la demanda o situación.

Para el diseño de esta metodología se tomaron en cuenta algunos principios que se describen a continuación:

- Presentación de una situación problema o problema abierto elegida a través de las observaciones realizadas para transformarlo a un problema con la finalidad de dialogar con los niños para su solución.
- Los alumnos asumen el rol de solucionadores del problema mientras que los docentes fungen como tutores o entrenadores guías de la situación, permitiendo a los niños las oportunidades necesarias para trazar su propio camino hacia la toma de decisiones.



- La situación problema permite vincular el conocimiento que ellos tienen con respecto a las emociones y su actuar frente a otros compañeros, docentes o padres de familia vinculándolos a situaciones de la vida real, auténticas y simuladas.
- La evaluación y la asesoría están presentes a lo largo de todo el proceso permitiendo la retroalimentación y la toma de decisiones con una mirada hacia las posibles consecuencias que los actos del niño puedan generar tanto en su persona como a terceras personas.

Cuando el alumno se enfrente a una situación problema es necesario tener en cuenta que el docente requiere modelar el proceso cuidando de no adelantar o imponer soluciones, otra cuestión relevante es la de saber plantear preguntas en el momento oportuno que guíen al caso y que le permita al alumno focalizar el problema al mismo tiempo que le permitan construir su solución y/o argumentos. Por ello la necesidad de incluir el diálogo y la supervisión en y sobre la práctica.

### Diseño curricular.

#### El docente:

- Diseña un problema abierto vinculado al problema (autorregulación de emociones).
- Desarrolla un escrito o boceto de los eventos en anticipación de las necesidades de las niñas y los niños.
- Investiga y pone a la disposición de niñas y niños el tipo de recurso esencial

### Entrenamiento emocional.

- Las niñas y los niños definen el problema y elaboran soluciones.
- Se revisan experiencias previas relacionadas al problema.
- Reconocimiento de sus reacciones ante diversas situaciones.
- El docente modela, supervisa, da apoyo, se retira cuando es necesario.

Proceso complementario e interrelacionado del ABP con la autorregulación de emociones. (Barriga, 2005).

El aprendizaje basado en problemas proporciona al alumno información sobre el asunto en cuestión, es decir, la autorregulación de emociones, de manera “andamiada” o guiada. La información que ellos necesitan saber les permitirá para revisarla, proporcionando la oportunidad de saber cómo y para qué se está realizando, qué efectos tendrá la búsqueda de soluciones en su vida. También se necesita fomentar retos para que ellos mismos planteen más cuestionamientos a partir del problema base. Sobre todo el diseño cuidadoso del proceso de autorregulación, anticipando distintas soluciones, estilos de trabajo, intereses de los alumnos pero sobre todo enfocar en los problemas que manifiestan, para ello es necesario el conocimiento de los roles que funge cada elemento dentro de Aprendizaje Basado en Problemas desde el área de la autorregulación de emociones.

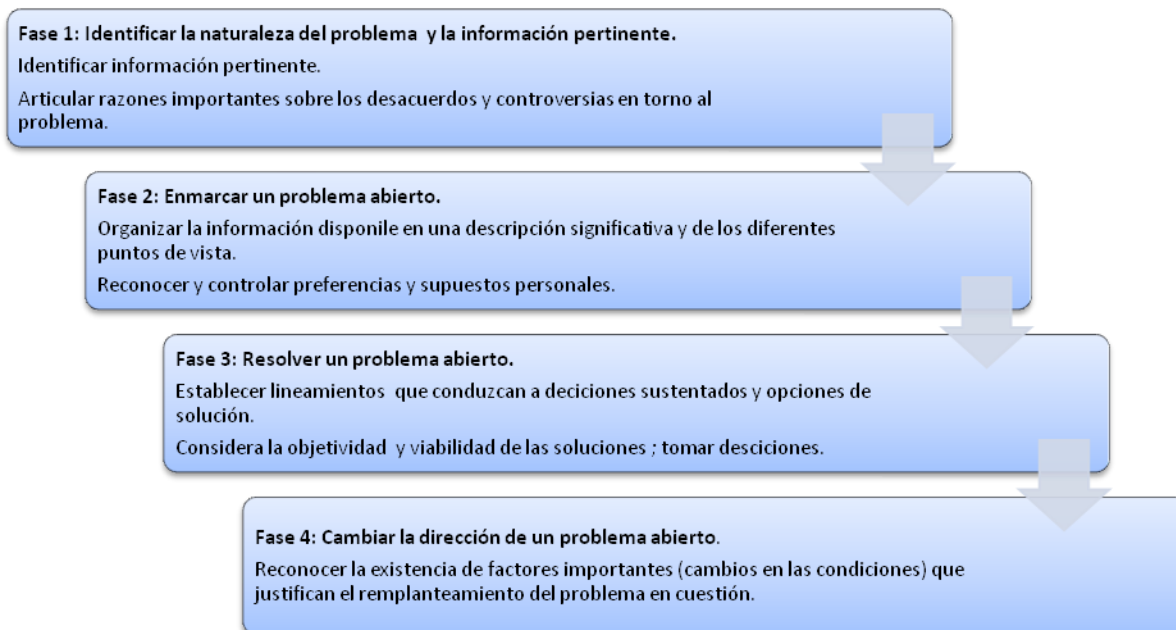


<b>Docente</b>	<b>Alumno</b>	<b>El problema como desafío emocional</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantiene a los alumnos involucrados.</li> <li>• Modela, apoya, supervisa.</li> <li>• Maneja la dinámica del grupo.</li> <li>• Mantiene el proceso en movimiento.</li> <li>• Flexible y tener sensibilidad ante las diversas situaciones de los alumnos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participante activo.</li> <li>• Constructor de significado.</li> <li>• Colaborador.</li> <li>• Inquisitivo.</li> <li>• Autorregulado.</li> <li>• Con iniciativa de escucha.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abierto, no estructurado.</li> <li>• Apela el interés por encontrar una solución.</li> <li>• Plantea la necesidad de un contexto de aprendizaje que promueva la indagación.</li> <li>• Presenta al alumno distintas perspectivas, controversias o dilemas que deba considerar en la toma de decisiones a la solución.</li> </ul>

Roles en el ABP. (Barriga, 2005).

El problema que se pretende resolver es abierto debido a que niñas y niños tienen sus propias maneras de solucionar los conflictos a los que se enfrentan y aun más si se trata de emociones negativas por ello el problema que se pretende presentar debe cumplir con lo siguiente: puede existir más de una posible solución, aunque en función de distintos criterios, por medio de diálogos y la escucha. Para ello a continuación se explica el proceso de solución de un problema abierto.





Proceso de solución de un problema abierto. (Barriga, 2005).

En un primer momento se explica la conceptualización inicial del problema, la reflexión sobre ella, el cual lleva a su discusión y evaluación para que al finalizar se replantee la pregunta o cambie de dirección dependiendo de los cambios en la situación.

## **Fase 2: Preparando el video**

El vídeo ha sido considerado uno de los más utilizados en los procesos de enseñanza. Además del uso habitual como transmisor de información o motivador de los alumnos, también nos ofrece una amplia gama de funciones didácticas (Cabero, 2013). Los medios audiovisuales son considerados como elementos curriculares y como tales van incorporados en el contexto educativo, ya que no solo se percibe como meros transmisores de información sino que se reconoce por sus habilidades como elemento de expresión. El vídeo didáctico es muy útil en la clase y tiene una intención motivadora ya que más que transmitir información



exhaustiva y sistematizada sobre el tema, pretende abrir interrogantes, suscitar problemas, despertar el interés de los alumnos, inquietar, generar una dinámica participativa.

Diseño y utilización del video.

- Lo primero que hay que tomar en cuenta son los objetivos que pretendemos conseguir con el video, así como los contenidos y la metodología.
- La redundancia de la información es un elemento que facilita el recuerdo y la comprensión de la información.
- El tiempo idóneo que debe durar, factor que necesita de varios aspectos según al público al que va dirigidos en el caso de los niños este no debe revisar los 5 minutos.
- La inclusión de un breve resumen al final de vídeo con los aspectos más significativos comentados en el programa, de esta forma se ayuda al receptor a recordar la información fundamental.
- Inclusión de gráficos como elementos facilitadores de la comprensión y el seguimiento de la información.

El uso del video en el aula facilita, por tanto, la construcción de un conocimiento significativo dado que se aprovecha el potencial comunicativo de las imágenes, los sonidos y las palabras para transmitir una serie de experiencias que estimulen los sentidos y los distintos estilos de aprendizaje en los alumnos.

### **Fase 3: Proyección de video**

Está fase se dispone de la presentación del video a los niños, sin embargo es necesario de ciertos elementos previos para realizarlo, los cuales se presentan a continuación.

#### **Antes de la presentación del video:**

- Revisar que el equipo necesario esté instalado de la manera correcta



evitando alguna falla, en este caso la computadora, el proyector y las bocinas los cuales tenga una intensidad de sonido ajustable, que permita que toda la audiencia escuche con claridad. El espacio donde se proyectará también necesita de revisión por ejemplo si es dentro del salón lo recomendable es el uso de cortinas oscuras.

- La organización de los niños debe de permitir que todos observen a la pantalla, los espacios entre ellos también es un factor importante para evitar distracciones entre ellos, y lo más importante es su comodidad.
- Preparar a los niños para su presentación, explicar el objetivo de la observación del video, es decir para qué y porqué es importante ver el video, es decir dar una péquela introducción antes de comenzar, enfatizando en los aspectos más importantes donde deberán enfocar más la atención y si es necesario realizar algunas preguntas guía cuyas respuestas encontraran en el transcurso del video.
- Establecer en conjunto los acuerdos para observar el video, enfatizando en la escucha, la observación y evitar la distracción de algún compañero.

#### **Durante el video:**

- Dependiendo de las características de los niños y bajo el propósito del video se podrá realizar la siguiente acción si es necesario:
- Interrumpir el video y realizar algunos cuestionamientos sin perder el orden.
- Observar con atención los comportamientos de los niños evitando juegos entre ellos que distraigan a sus demás compañeros por ello la importancia de establecer acuerdos al principio de la sesión del video.

#### **Después del video:**

- Realizar preguntas sobre el agrado del video, o qué fue lo que más le llamó la atención antes de preguntar sobre el tema.
- Si es necesario volver a repetir algunas secciones del video para



complementar las preguntas.

- Organizar de nueva cuenta a los niños en un círculo para el diálogo del video, este deberá ser breve para continuar con la siguiente fase y evitar aburrir a los niños.

#### **Fase 4: Escucho, analizo y comento. Aprendiendo de todos**

##### **Círculos de aprendizaje.**

Las actividades que se ponen en práctica dentro del aula de clases, requieren de diversos recursos didácticos para interesar al niño y muchas de ellas se recurre al video como recurso didáctico, se suele utilizar como retroalimentación al término de una clase o para la introducción de esta, en este caso se hará uso de manera intermedia después de dar a conocer el problema y haber recabado las opiniones de los niños se proyecta el video, posteriormente se implementará el espacio para su análisis desde la experiencia de los niños frente al problema observado en el video, el análisis se hará con la dinámica de los Círculos de aprendizaje interpersonal y el Círculo de retroalimentación al finalizar, con el objetivo de favorecer la escucha en el primer círculo y posteriormente la retroalimentación.

**Círculo interpersonal:** El maestro se convierte en facilitador al permitir una vez por semana el espacio, donde cada miembro del grupo pueda transmitirle al otro que aquello que comunicó se le entendió, sin darle consejo ni soluciones. Escuchar cuando toque escuchar. La búsqueda detrás de la práctica en el salón de clases apunta hacia un modelo de estudiante que por un lado, además de manejar información y contenido sea respetuoso de las diferencias en modos de sentir y pensar.

El círculo interpersonal busca promover dentro del salón de clases una experiencia de modelaje donde el alumno se reconozca y respete al otro y al mismo tiempo sea lo suficientemente respetuoso consigo mismo.



El espacio que se destina a este círculo es importante, evitar en lo máximo posibles distractores, y tener en cuenta los siguientes acuerdos:

- Hacer saber al grupo la temática del día explicándolo de manera clara y sencilla con la finalidad de que esta sea comprendida, colocando algún ejemplo si es necesario rescatando el video anterior y su contenido.
- Dar a conocer la finalidad de la actividad, indicando que por ahora solo se escuchará con total atención ya que posteriormente se tendrá la oportunidad de compartir concejos, comentarios, etc.

#### **Durante la participación:**

- Cada alumno tiene la posibilidad de compartir algo, de no ser así también es respetable, proporcionando la alternativa de iniciar quién guste, incluso el docente puede iniciar compartiendo su experiencia con relación al tema.
- Se destinará un tiempo para poder compartir sus experiencias y este tiempo se respetará.
- Es importante mientras que un compañero esté hablando observarlo y escucharlo con atención sin interrupción, burlas o preguntas.

#### **Después de la participación:**

- Se realizará una síntesis sobre las participaciones, de esto se ocupará un niño, por ejemplo uno de ellos escogerá a otro compañero y comentará lo que este dijo. Si no hubiese voluntarios el docente puede escoger a los dos niños.
- El comentario de agrado o no es importante para validar la eficacia de la actividad y si es necesario modificar algunas cuestiones por lo cual al finalizar la sesión se preguntará, ¿qué aprendieron de la sesión?, ¿qué les gustó y que no les gustó?



### **Círculo de retroalimentación:**

La interacción con los niños y más en el momento de la retroalimentación sobre una acción o actitud que ha molestado a un compañero es importante tener el tacto respetuoso para dirigirse al niño. Por otra parte, está la opinión del niño frente a la retroalimentación, debido a que podría molestarlo o hacerle sentir mal por ello el círculo de retroalimentación “pretende el desarrollo de la expresión clara, directa y personal de la solución de un conflicto, en la retroalimentación incluye lo positivo como lo negativo” esto con todo el respeto y tolerancia de las opiniones que los niños puedan manifestar, siempre con el fin de ayudar y no de perjudicar

El espacio y momento son 2 aspectos importantes para llevar a cabo este proceso por lo cual es necesario elegir un espacio donde no exista distracciones para que el niño pueda escuchar y dar su punto de vista, desarrollando su habilidad expresiva, haciendo uso del diálogo, además del momento apropiado para realizarlo, evitando algún tipo de discusión. Por lo cual el niño deberá estar preparado para recibir comentarios, si bien es cierto que hasta un adulto se le es complicado recibir algún mensaje por una acción protagonizada por sus impulsos no lo acepta como retroalimentación sino como un comentario para lastimarlo y hacerlo sentir mal frente a otros.

Por ello para llevar a cabo este proceso es necesario seguir algunas reglas que ha planteado Duarte (2013).

- Ser solicitado o autorizado por quien la recibe: La persona a quien se le esté haciendo la retroalimentación comprende que los comentarios o mensajes que se le hace llegar son para ayudar y no para perjudicar. El niño ante esta situación suele sentirse regañado o negarse a escuchar, por ello es necesario prepararlo antes de, con algunas situaciones o mediante el juego.
- Evitar que sea impuesta: Depende de la forma de comunicación que se



tenga con el niño, no se trata solo de soltar sin previo aviso algún adjetivo o sermón que lejos de ayudarlo podría lastimarlo, en vez de eso comenzar con: “tengo algo que decirte, ¿me escucharías unos minutos?, la cuestión es preparar al niño para evitar algún conflicto emocional.

- Utilizar la primera persona: Cada persona asume su responsabilidad para evitar algún tipo de manipulación y facilitar mayor transparencia.
- Ser descriptiva: Incluir 3 elementos; como, cuando, donde.

### **Fase 5: Juego de roles.**

La última fase deriva del momento en que niñas y niños ponen en práctica lo que han aprendido de las anteriores fases bajo diversas situaciones que se le plantearan, situaciones que deberán ser elegidas de manera cuidadosa y que se asemejen a lo que ellos están viviendo, elegir situaciones vividas, permitiendo una reflexión. El juego de roles permite al alumno actuar conforme a lo que piensa y desea hacer, no existe como tal un guión, permitiendo cierta libertad entre los participantes, sin embargo existe un moderador con la finalidad de sensibilizar, empatizar, y comprender el problema y su posible solución.

Posteriormente de las actividades anteriores, se organizan en distintos casos, por el cual se organizará el grupo en distintos equipos. Se dará lectura a breves casos repartiendo los distintos papeles a cada niño dependiendo del caso que les haya tocado. Después de la lectura se darán distintas opciones del cual los niños tendrán que elegir para solucionar el conflicto.

Al finalizar se podrá retomar el Círculo de retroalimentación para el análisis de las acciones que tomaron durante el juego de roles.

“consiste en dramatizar a través del diálogo y la improvisación, una situación que presente un conflicto, este deberá ser abierto y de lugar a posibles interpretaciones y soluciones” (Terrón, 2008).



Contiene las siguientes características:

- Despierte en el alumno emociones de familiaridad cargadas de sensaciones agradables, facilita la empatía, permitiendo conocer lo que otro está sintiendo bajo una misma situación.
- La toma de decisiones; ofrece la posibilidad a los alumnos de realizar pruebas, de aplicar los conocimientos ya adquiridos y comprender situaciones cambiantes. Los alumnos prueban las consecuencias que se darían en situaciones similares a las reales y puede tomar situaciones sin riesgo de sufrir las consecuencias negativas pero con la oportunidad de aprender de ellas, para la aplicación en la vida real teniendo la posibilidad de reorientar sus decisiones en un sentido u otro en razón de la retroalimentación. Muestra una imagen de ella pero con la diferencia de que se práctica para la vida real.

Esta fase se desarrollará de la siguiente manera:

- Recordar las anteriores fases, enfatizando en lo que aprendieron de los Círculos de aprendizaje y sobre el video.
- Definir la situación a partir de revisar las actividades anteriores y que sea relevante mejorar en el aspecto emocional al enfrentar algún conflicto.
- Preparar el espacio donde sucede la situación, esta puede ser dentro del aula de clases, o patio de juegos.
- Organizar a los niños en pequeños grupos asignado un rol a cada uno de ellos, por turnos cada uno de los grupos representará una situación los demás niños serán la audiencia enfatizando que deberán observar a sus compañeros sin hacer ningún comentario hasta que la presentación haya terminado.
- Dar lectura a una situación, posteriormente dejar el juego libre para los participantes sin olvidar la situación, preguntando ¿Cómo actuarías en este





caso?, en esta parte no es necesario aun realizar la retroalimentación solo observar las acciones de los niños.

- Para finalizar realizar el Círculo de retroalimentación preguntando a la audiencia ¿Qué hubieran hecho ustedes frente a esta situación? ¿Cómo se sentirían ustedes bajo una situación similar?
- Como estrategias se recomienda que en un solo día pasen 2 equipos para evitar el descontrol de los demás niños y evitar que se aburran, la elección de los personajes dependerá de aquellos que necesiten apoyo en la autorregulación de emociones.

# **CAPÍTULO VI CONCLUSIONES**



## CONCLUSIONES

A través de esta investigación se analizaron diversas categorías que acompañan al tema principal; la autorregulación de emociones para potenciar la sana convivencia, dicho termino se considera como la capacidad de adaptación a las diversas situaciones mediando las emociones, es decir va más allá de solo manejar las emociones, implica la adaptación a las diversas situaciones que el niño enfrente, potenciando estas capacidades a través de la guía del docente con la finalidad de que a través del periodo de trabajo y seguimiento niñas y niños puedan tomar decisiones futuras de sus emociones seleccionando formas adecuadas de manifestarlas.

La escuela es uno de los primeros espacios en el que niñas y niños fortalecen sus relaciones interpersonales separándose de sus padres de familia para convivir con otros niños de su edad, situación que representa para ellos un conflicto generando tormentas emocionales que poco a poco se irán adaptando a las diferentes situaciones con el apoyo de la docente y de los padres de familia.

La problemática surgió a partir de las intervenciones en el Jardín de Niños “Emilio Carballido”, pero también surge como un interés sobre la profundidad del tema, así como las acciones que se diseñaron con la finalidad de dar una propuesta para trabajar con la autorregulación de emociones a través del video y su análisis con una propuesta que a pesar de que lleva a largo plazo favorece en el desarrollo de niñas y niños, además de que se fortalecen habilidades como la escucha, la empatía, la participación y sobre todo la autoconciencia de sus propias emociones que apoyen a los niños a reaccionar de una manera que evite dañar a una segunda persona.

El proceso de la autorregulación de emociones es continuo y sigue en crecimiento aun en la etapa adulta. Es necesario que las niñas y los niños tengan la capacidad de autoconciencia, es decir que en un principio pueda identificar las



emociones que sienten y el estímulo que lo provoca, así como hablar de cómo se sienten de manera libre, además de respetar los acuerdos establecidos dentro del aula de clases para la realización de alguna actividad u organización de la misma poniendo a prueba su capacidad de escucha, la forma en que resuelven los conflictos, se hizo uso del diálogo o de la agresión, de esta manera se pudo identificar que fue necesario atender, a partir de ello con el apoyo de los círculos de aprendizaje las niñas y los niños adquirirán la comprensión de la situación en el cual podrían enfrentarse y por consiguiente podrán reaccionar lo menos impulsivo. El impacto del uso de una situación real con el apoyo del video dependerá de la profundidad del análisis con las niñas y los niños, por ello se toman los Círculos de aprendizaje como apoyo en el análisis, cabe resaltar que es necesario preparar con anterioridad a los niños en la habilidad de la escucha con la implementación de los acuerdos y dando a conocer además la forma adecuada para escuchar a una persona el cual es tener una postura receptiva, inclinando un poco el cuerpo hacia enfrente observando a la persona, evitar cualquier ruido que distraiga a quien está compartiendo su experiencia, así mismo evitar hacer comentarios, preguntas, o burlas. Estas habilidades mencionadas anteriormente se trabajan día a día dentro del aula de clases que van preparando a las niñas y niños para este tipo de actividades.

El uso del video también dependerá de los periodos que se utilice, tomando en cuenta que su uso excesivo puede llevar al niño al aburrimiento, además de que los resultados son notables a un largo plazo en las acciones de las niñas y los niños frente a conflictos, también se logró probar en diversos momentos del día, por ejemplo en la mañana como modo introductorio, sin embargo los conflictos que surgieron en este primer momento fueron que al solicitar su experiencia similar a la del video, los niños no recordaban mucho de ello. El segundo momento en que se utilizó el video fue al final de la clase, se destinó 30 minutos para la actividad, se mostraron mejores resultados porque le permite a niñas y niños recordar los sucesos que ocurrieron durante el día y puede compartirlos de



manera más fresca, cabe resaltar que solo se llegó a la fase 2 de la ruta metodológica, observar el video, compartir comentarios y experiencias, fortaleciendo la escucha, pero sin llegar a los Círculos de Aprendizaje por completo, situación que se derivó de la emergencia de salud.

La autorregulación emocional para potenciar una sana convivencia y buenas relaciones entre las niñas y los niños es un proceso arduo que se sigue trabajando en todos los niveles escolares con la finalidad de que dentro de su vida “integren conceptos de, valores, actitudes y habilidades que les permitan comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, tomar decisiones” (SEP, 2017) que contribuyan al fortalecimiento de su desarrollo personal para estar bien consigo mismo y con los demás.

Las actividades realizadas dieron la posibilidad de lograr en niñas y niños habilidades para la interacción con sus compañeros así como potenciar la autoconciencia de sus propias acciones a partir de la observación del video y compartir sus experiencias generando mayor confianza, a pesar de los inconvenientes presentados, como el tiempo para desarrollar los Círculos de aprendizaje, sin embargo se abre la posibilidad de poner a prueba las fases faltantes en intervenciones futuras, considerando los cambios pertinentes.

## **REFLEXIONES FINALES**

Las niñas y los niños conforme crecen necesitan expresar lo que sienten. La guía de un adulto más capaz ayudará al niño a no solo controlar sus emociones, también de manera gradual adaptará sus emociones a distintas situaciones, debido a que “la emoción es una respuesta orgánica, a un conjunto de estimulación del medio ambiente”(James & Lange, 1983: 35 y 49), es una manera



de reaccionar permitiendo la liberación de emociones cuidando que esto no dañe a otras personas, por ello los niños antes de llegar a la autorregulación de emociones necesita conocer sus emociones, identificar los estímulos que las causa.

El proceso de la autorregulación de emociones se forja durante el desarrollo del individuo. Es en la etapa infantil donde se tiene mayor oportunidad para establecer en niñas y niños las herramientas necesarias para autorregularse a través de las actividades y recursos necesarios evitando en el futuro conflictos que puedan dañar a su persona y a otros, vinculando el trabajo docente con los padres de familia. La autorregulación no solo implica manejar o controlar las emociones sino adaptarlas a distintas situaciones que puede enfrentar, modulando la intensidad de las mismas.

La sana convivencia se fortalece en las interacciones cotidianas entre los niños. Es necesario establecer acuerdos para la interacción a modo de que niñas y niños se adapten a ellos reconociendo que la sociedad se rige a través de acuerdos que por lógica debe respetar para evitar conflictos con sus iguales. El convivir les permite a niñas y niños construir su identidad personal a través de la interacción permitiendo el intercambio de experiencias y aprender del otro.

Los conflictos dentro del aula de clases son una oportunidad para que niñas y niños pongan a prueba diversas habilidades y tomen decisiones que los ayuden a solucionarlo y evitar actuar por impulso conforme vaya experimentando, con la guía del docente los elementos para afrontar un conflicto e incluso evitarlos va creciendo. La puesta en práctica de situaciones imaginarias o incluso reales brinda a niñas y niños una idea sobre cómo actuar, con la diferencia que durante estas pruebas podrá equivocarse pero al mismo tiempo aprender y llevarlo a la práctica en situaciones reales.

El proceso de la retroalimentación proporciona un clima de intercambio de manera respetuosa. Se desarrolla la expresión clara, directa y personal, tiene un efecto positivo tanto negativo, por lo que se debe evitar interpretaciones con la intención



de lastimar a la otra persona, evitar también que este sea impuesto además de que necesita ser autorizado por quien la recibe, por ello es necesario realizarlo cuando el grupo y el docente hayan llevado juntos el proceso de confianza y respeto

## REFERENCIAS

### BIBLIOGRÁFICAS

- Ausubel, D. P., & Sollivan, E. (1989). *El desarrollo infantil. El desarrollo de la personalidad*. México: Paidós.
- Agüera, L. G. (2007). *Más allá de la inteligencia emocional (Las 5 dimensiones de la mente)*. España: Thomson
- Berk, L. E. (1990). *Desarrollo del niño y del adolescente*. Prentice Hall.
- Barriga, F. D. (2005). Capítulo 3 El aprendizaje basado en problemas y el método de casos. En F. D. Barriga, *Enseñanza situada: Vínculo entre la escuela y la vida* (pág. 33). México: McGraw Hill.
- Bravo, A. (2011). *Convivencia escolar en educación primaria. Las habilidades sociales del alumnado como variable moduladora*. 39.
- Cabero, J. A. (2013). *La escuela en la sociedad de la información*. Madrid: PIRÁMIDE.
- Calderón, Rodríguez. M. (2012). *Aprendiendo sobre las emociones. Manual de Educación Emocional*. Coordinación Educativa y Cultura Centroamericana. 10
- Conangla, M. (2014). *Crisis emocionales*. Amat.
- Conte, V. (2011). *Habilidades sociales, autonomía personal y autorregulación*.
- Fierro Cecilio, M., & Lizardi, A. (2013). *Convivencia escolar: Un tema emergente de investigación educativa en México*. México.
- González, M. d. (1990). *La Zona de Desarrollo próximo como tarea de construcción*. Sevilla.
- Herrera Pertuz, L., & Ortiz Ocaña, A. (2018). *Educación inclusiva y convivencia escolar*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Lafarga, J. C. (2016). *Desarrollo humano: El crecimiento personal*. Trillas, México.
- Latorre, A. (2003). *La investigación-acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. España: GRAÓ.
- López, V. (2014). *Convivencia escolar. APUNTES Educación y Desarrollo Post- 2015*, 1-18.
- López, L. F. (2016). Las emociones como formas de implicación en el



- mundo. En el caso de la ira. *Estudios de la filosofía* , 11.
- Lozano, E. A. (2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia. *Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia* .
- Manríquez, M. S. (2014). Convivencia y clima escolar: Claves de la gestión del conocimiento. *Última década*, 153-178.
- Méndez, L. V. (2011). *Creciendo juntos: Estrategias para promover la autorregulación en niños preescolares*. México.
- Moll, L. C. *La Zona de Desarrollo Próximo de Vygotski: Una reconsideración de sus implicaciones para la enseñanza*. Madrid.
- Muñoz, A. (2005). *Autoterapia: Guía para sanar las emociones*.
- Nava, J. M. (2012). La regulación de las emociones. Madrid : PIRÁMIDE.
- Ortiz, A. O. (2018). *Educación inclusiva y convivencia escolar*. Bogotá: Ediciones de la U.
- Pastor Fasquelle, R., Nashiki Angulo, R. M., & Pérez Figueroa, M. Á. (2010). *El desarrollo y aprendizaje infantil, y su observación* . México : Puentes para crecer .
- Pérez, O. G. (2015). *Regulación emocional: Definición, red nomológica y medición*. México.
- SEP. (2017). *Aprendizajes clave. Educación Preescolar*. México: SEP

## **ARTÍCULOS DE REVISTAS**

- Arándiga, A. V. (2008). Propuestas emocionales para la convivencia escolar. El programa Piece. Obtenido de [https://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/irakurketa\\_gida\\_adimena\\_1\\_17/es\\_def/adjuntos/valles.pdf](https://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/irakurketa_gida_adimena_1_17/es_def/adjuntos/valles.pdf)
- Hernández Zavala, M., & Trejo Tinoco, Y. (2019). El desarrollo de habilidades socioemocionales de los jóvenes en el contexto educativo. *INEE* , 88-89.
- Rubio, A. M. (2018). Cortometrajes animados como recurso para la educación emocional en las escuelas. *CIMIE18* , 21-35.
- SEP. (2017). La importancia de la convivencia sana, pacífica y democrática en el aula. . *CNSPD* , 1-12.
- Serrano, C. (2010). *Habilidades sociales*. Editext.

Tapia, J. A., & Panadero, E. (2014). ¿Cómo autorregulan nuestros alumnos? Revisión del modelo cíclico de Zimmerman. *Redalyc* , 450-462.



"2020. Año de Laura Míndez de Cuenca; emblema de la mujer Mexiquense"

ESCUELA NORMAL DE IXTLAHUACA



**ASUNTO:** LIBERACIÓN DEL  
TRABAJO DE TITULACIÓN DEL  
POT 2019-2020.

Ixtlahuaca, Méx., a 10 de julio de 2020.

**MTRO. ALONSO GONZÁLEZ BASTIDA**  
ENCARGADO DEL DESPACHO DE LA ESCUELA NORMAL DE IXTLAHUACA  
PRESENTE

Considerando los Lineamientos para organizar el Proceso Ordinario de Titulación (POT 2019-2020) de la Licenciatura en Educación **Preescolar**, Plan de Estudios **2012**. En virtud de que el documento presentado para obtener el título de licenciada cumple con los establecimientos de la normatividad vigente y habiendo colaborado como asesor, me permito liberar el documento del estudiante de la Escuela Normal de Ixtlahuaca: **LILIANA PLIEGO RULFO**.

Desarrollado en la modalidad de **TESIS DE INVESTIGACIÓN** con el título: **LA AUTORREGULACIÓN DE EMOCIONES EN LA POTENCIACIÓN DE UNA SANA CONVIVENCIA CON ALUMNOS DE TERCER GRADO DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**.

Por lo anterior se emite la respectiva liberación, para continuar con los trámites correspondientes para la presentación del examen profesional.

ATENTAMENTE

  
**MTRO. SÉRGIO GONZÁLEZ ISIDRO**  
ASESOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

**ASUNTO: SE ASUME RESPONSABILIDAD**

Ixtlahuaca México, 10 de julio de 2020.

**MTRO. ALONSO GONZÁLEZ BASTIDA  
ENCARGADO DEL DESPACHO DE LA  
ESCUELA NORMAL DE IXTLAHUACA  
PRESENTE**

Quién suscribe **LILIANA PLIEGO RULFO**, asume de manera total la responsabilidad de haber estructurado, conforme a los **LINEAMIENTOS DEL PROCESO ORDINARIO DE TITULACIÓN PARA EGRESADOS DE LAS ESCUELAS NORMALES PÚBLICAS DEL ESTADO DE MÉXICO** y bajo la Supervisión del Director de **TESIS DE INVESTIGACIÓN**, del documento profesional titulado: **LA AUTORREGULACIÓN DE EMOCIONES EN LA POTENCIACIÓN DE UNA SANA CONVIVENCIA CON ALUMNOS DE TERCER GRADO DE EDUCACIÓN PREESCOLAR.**

Así como de haberlo adecuado conforme a los dictámenes hechos por especialistas del área y finalmente, defenderlo suficiente y argumentadamente ante el Honorable Sinodo, de tal forma que demuestre mis saberes categóricamente ante ellos, a través del diálogo académico que tenga lugar durante el desarrollo del Examen Profesional.

Agradece ampliamente el interés y el apoyo que siempre brinda a sus estudiantes y egresados.

**ATENTAMENTE**



---

**LILIANA PLIEGO RULFO**