



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



**UNIDAD UPN 099 CIUDAD DE MÉXICO, PONIENTE
UNIDAD CERTIFICADA BAJO LA NORMA ISO 21001:2018**

**EL RECONOCIMIENTO Y EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES PARA
REGULAR LA CONDUCTA**

TESINA

PRESENTA

CLAUDIA ALEJANDRA RAMÍREZ MARTÍNEZ

ASESOR DE TESINA: MAESTRO VICTOR MANUEL BELLO

MONTALVO

CIUDAD DE MÉXICO

SEPTIEMBRE 2022



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 099 CIUDAD DE MÉXICO, PONIE
UNIDAD CERTIFICADA BAJO LA NORMA ISO 21001:2018**



**EL RECONOCIMIENTO Y EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES PARA
REGULAR LA CONDUCTA**

TESINA

**OPCIÓN ENSAYO QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR**

PRESENTA

CLAUDIA ALEJANDRA RAMÍREZ MARTÍNEZ

CIUDAD DE MÉXICO

SEPTIEMBRE 2022

HOJA DICTAMEN

DEDICATORIAS

A mi familia.

Con mucho cariño a mi esposo y a mis hijos
que, sin ellos, no hubiera podido llegar a
esta meta.

Gracias por todo su apoyo.

A todos mis maestros.

Gracias por la gran labor que cada uno
realiza, su paciencia, su comprensión y por
compartir toda su sabiduría con nosotros.

A mi Asesor.

Maestro Víctor Manuel Bello Montalvo

Gracias por su tiempo, su dedicación, sus
consejos, y sobre todo por la paciencia que
siempre tuvo.

A mi maestra, Magaly Ruiz Briseño.

Gracias por ser un gran ejemplo para mí, por
enseñarme y por ayudarme a crecer.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	Pág.
EI TEMA DE ESTUDIO, BASE DE LA INVESTIGACIÓN	4
1.1. LA JUSTIFICACIÓN DEL TEMA	6
1.2. LOS REFERENTES DE UBICACIÓN SITUACIONAL DE LA PROBLEMÁTICA	7
1.2.1. REFERENTE GEOGRÁFICO	7
A) ANÁLISIS HISTÓRICO, GEOGRÁFICO Y SOCIO – ECONÓMICO DEL ENTRONO DE LA PROBLEMÁTICA	9
a) Orígenes y antecedentes históricos de la localidad	9
b) Orografía	11
c) Medios de comunicación	11
f) Cómo impacta el Referente geográfico a la problemática de estudio	12
B) ESTUDIO SOCIOECONÓMICO DE LA LOCALIDAD	13
a) Vivienda.....	13
b) Empleo	13
f) Educación	15
g) El contexto socioeconómico	15
1.2.2 EL REFERENTE ESCOLAR	16
a) Ubicación de la escuela en la cual se establece la problemática	16
b) Estatus del tipo de Sostenimiento de la Escuela	17
c) Aspectos Materiales de la Institución	17
d) Croquis de las Instalaciones Materiales	18
h) Organización de la Institución.....	19
f) Organigrama General de la Institución	20
i) Características De la Población Escolar	20
g) Relaciones e interacciones de la institución con los Padres de Familia .	21
h) Relaciones e interacciones de la escuela con la comunidad	22
1.3. EL PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	22
1.5. LA ELABORACIÓN DE LOS OBJETIVOS EN LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.	23
1.5.1. OBJETIVO GENERAL	24
1.6. LA ORIENTACIÓN METODOLÓGICA DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	24

CAPITULO 2. EL MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.....	26
2.1. EL APARATO CRÍTICO- CONCEPTUAL ESTABLECIDO EN LA ELABORACIÓN DEL MARCO TEÓRICO:.....	26
2.1.1. La importancia de la regulación de emociones en la etapa Preescolar	26
2.1.4. La expresión y reconocimiento de las emociones en el Plan 2017	37
2.1.4. La expresión y reconocimiento de las emociones en la Nueva Escuela Mexicana 42	
2.1.5. La expresión y reconocimiento de las emociones para mejorar la conducta en el aula. 45	
2.1.6. Estrategias didácticas para la expresión y reconocimiento de las emociones....	48
CAPÍTULO 3. UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN AL PROBLEMA	56
3.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA	56
3.2. JUSTIFICACIÓN PARA LLEVAR A CABO LA PROPUESTA.....	56
3.3. ¿A QUIÉN FAVORECE LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA?.....	57
3.4. CRITERIOS ESPECÍFICOS QUE AVALAN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA EN LA ESCUELA	57
3.5.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA	57
3.5.2. Objetivo General.....	57
3.5.3. Alcance de la propuesta	58
3.5.4. Temas Centrales que construyen la propuesta	58
3.5.5. ¿Qué se necesita para aplicar la propuesta?	62
3.6. MECANISMO DE EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO EN EL DESARROLLO DE LA PROPUESTA	62

CONCLUSION

BIBLIOGRAFÍA

REFERENCIAS DE INTERNET

INTRODUCCIÓN

Durante las últimas décadas, se ha estudiado la importancia que tienen las emociones de los niños en todos los ámbitos de sus vidas, y cómo el tratamiento que se les dé a éstas puede influir de manera favorable o perjudicial hasta la edad adulta. También se ha visto que las emociones tienen un papel importante en el ámbito educativo, pues de ellas depende que el niño cuente con la estabilidad suficiente para poder llevar con éxito sus procesos de aprendizaje.

Un fuerte incentivo para el proceso de enseñanza aprendizaje son las emociones, pues son la clave para la motivación de los estudiantes.

A manera de innovación Pedagógica, es prudente abordar la Educación Socioemocional, pues de esta forma se da respuesta a las necesidades que no se abarcan en la Educación formal.

Es por esto, por lo que el presente trabajo, tiene como objetivo hacer una breve investigación de la importancia que tiene la regulación de las emociones en la edad Preescolar para disminuir las conductas violentas en el aula y con ello, favorecer tanto las relaciones sociales de los niños como su proceso de enseñanza-aprendizaje.

Dentro del Capítulo 1, se explica el contexto en el que se basa este escrito, se trata de un CENDI de la Universidad Nacional Autónoma de México ubicado en la Alcaldía Iztapalapa. Los niños que conforman el objeto de estudio de esta investigación son en

su mayoría infantes que no tienen mucho contacto con sus padres debido a las actividades laborales de éstos.

El contexto económico y cultural de la zona donde se encuentra ubicado el CENDI no influye de manera directa en la problemática que se presenta, por lo que más bien se trata de una problemática originada en el ámbito familiar, es así como las estrategias y las actividades que se presentan en esta tesina son flexibles y adaptables a las necesidades de los niños independientemente del contexto en el que se apliquen.

A lo largo del Capítulo 2, se abordan temas referentes a la inteligencia emocional, de manera general se explican los elementos que conforman la regulación emocional, tales como el concepto del afrontamiento y algunas especificaciones al respecto, de igual manera se abarcan las características de la buena conducta del niño en Etapa Preescolar en contraposición con lo que se busca erradicar que son los actos violentos para resolver problemas. Además, se dedican dos apartados a la manera en la que se trabaja el aspecto socioemocional en el Programa Aprendizajes Clave Para la Educación Preescolar 2017 y la Nueva Escuela Mexicana.

Para concluir, en el Capítulo 3, se proponen estrategias que ayudan a fortalecer el ámbito emocional de los niños en el aula mediante acciones cotidianas perfectamente aplicables tanto al ámbito educativo como en el hogar, y que además están enfocadas en distintos aspectos de las emociones de los niños como autoestima, confianza, límites, comunicación y autorregulación, para finalmente dar pie a una propuesta de taller en el que los docentes se pueden apoyar adaptándolo a las necesidades de su contexto.

Las actividades que se proponen en el taller se realizan en diez sesiones, y están enfocadas en que los niños sean capaces de reconocer qué son las emociones, cómo se llaman y cómo se sienten cada una de ellas, en qué situaciones se desencadenan determinadas emociones y cómo regularlas por medio de respiraciones, objetos, y estímulos del entorno, pasando por el proceso de reconocimiento, identificar o nombrar y después regular.

Las actividades del taller también se abordan desde temas específicos como la empatía, la confianza en sí mismo, la correcta expresión de las emociones y la disminución de la violencia como medio de resolución de problemas.

Para finalizar se adjuntan las conclusiones, bibliografía y referencias electrónicas.

EI TEMA DE ESTUDIO, BASE DE LA INVESTIGACIÓN

Es vital que en la Etapa Preescolar los niños logren la correcta expresión y regulación de emociones, pues con ello el niño tendrá en el futuro las habilidades socioemocionales que le permitirán convivir en sociedad, también es importante saber que la expresión de éstas debe ser de forma empática y libre, porque esto fomentara la confianza en él mismo.

Los niños expresan sus sentimientos y emociones con diferentes conductas a través de las rabietas, mal humor, violencia, trastornos el sueño, aumento de miedos, etc., y siempre van a estar presentes en cualquier situación.

Las emociones básicas son alegría, tristeza, enfado (ira) y miedo, es importante reconocer que somos seres fundamentalmente emocionales y esto influye en la manera de pensar y actuar del ser humano, por lo cual la inteligencia emocional ayudará a reconocerlas y controlarlas. Todo lo que hacemos se relaciona con las emociones y esto influye de manera importante en el aprendizaje de los niños.

Es importante que los niños sepan que no hay emociones buenas o malas, sino que simplemente son lo que sentimos, esta premisa será importante porque ayuda a los infantes a vivirlas, identificarlas, regularlas, ser empático y relacionarse de manera efectiva con los demás, y así poder expresar verbalmente sus emociones.

Por ello, se determina como tema de estudio para esta investigación:

**EL RECONOCIMIENTO Y EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES PARA REGULAR LA
CONDUCTA EN NIÑOS DE PREESCOLAR 1 DEL CENDI ZARAGOZA EN LA
ALCALDÍA DE IZTAPALAPA EN LA CIUDAD DE MÉXICO.**

CAPÍTULO 1. LOS ELEMENTOS METODOLÓGICOS Y REFERENCIALES DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. LA JUSTIFICACIÓN DEL TEMA

La presente investigación se desarrolla debido a que en CENDI Zaragoza UNAM, se observan diferentes tipos de agresiones entre los alumnos de Preescolar 1; la forma en que los niños se agreden es a través de acometidas a sus compañeros, con golpes, arrebatando los materiales, berrinches, pataletas en la entrada al llegar al CENDI, entre otras más. Los padres de familia no saben cómo reaccionar o cómo frenar estas conductas y esto hace que se haga más difícil la situación con sus hijos.

Los padres prefieren dejar la responsabilidad a la institución y no buscan la manera de poder ayudar ellos mismos a sus hijos, para así resolver de forma efectiva las conductas inadecuadas que presentan los alumnos, además esto refleja que ellos tampoco pueden regular las emociones de sus hijos.

Las maestras, por su parte, no pueden enfrentar la situación porque no tienen control de grupo, no son disciplinadas, no tienen la capacitación necesaria y recurren a técnicas que no son satisfactorias para regular al niño, resultando una problemática que atañe a toda la comunidad educativa.

A la hora de la entrada se presentan casos donde el niño no quiere ingresar al CENDI y se desencadenan rabietas en presencia de los padres, en ese momento cuando se

les ponen límites se genera en los infantes momentos de tensión desde que comienza su jornada educativa, dispersando así su atención y su disposición al aprendizaje.

Por lo anterior, es importante que ellos puedan entender y expresar de manera verbal sus emociones desde que comienza su día, y lograr una comunicación asertiva con sus compañeros y adultos que le rodean.

1.2. LOS REFERENTES DE UBICACIÓN SITUACIONAL DE LA PROBLEMÁTICA

1.2.1. REFERENTE GEOGRÁFICO

La Ciudad de México es llamada así desde el 29 de enero de 2016 (antes Distrito Federal), cuenta con una Extensión de 1,479 Km², Coordenadas: Longitud 99°21'53.64"W a 98°56'25.08"W, Latitud 19°2'53.52"N a 19°35'34.08"N, tiene 16 Alcaldías, una Población de 8,811,266, Límites: Al Norte, Este y Oeste con el Estado de México y al Sur con el Estado de Morelos.¹

MAPA DE LA REPUBLICA MEXICANA²



¹ <https://mr.travelbymexico.com/677-cdmx/> (22/10/2021)

² Ídem.

La Alcaldía de Iztapalapa se localiza al Oriente de la Ciudad de México, con una superficie de 117,5 Km², ocupa el cuarto lugar entre las demarcaciones capitalinas por su extensión. Limita al Norte con Iztacalco, al Poniente con Benito Juárez y Coyoacán; al Sur con Xochimilco y Tláhuac; al Oriente con los Municipios Mexiquenses de La Paz y Valle de Chalco Solidaridad, y al Noreste con Nezahualcóyotl y el Estado de México.³

³ <https://es.wikipedia.org/wiki/Iztapalapa> (22/10/21)

MAPA DE LA ALCALDIA DE IZTAPALAPA⁴



A) ANÁLISIS HISTÓRICO, GEOGRÁFICO Y SOCIO – ECONÓMICO DEL ENTRONO DE LA PROBLEMÁTICA

a) Orígenes y antecedentes históricos de la localidad

Iztapalapa es un suburbio al Oriente de la Ciudad de México, que fue un poblado independiente a la orilla del Gran Canal. Su nombre proviene de la lengua náhuatl: *Iztapalli* "losas o lajas", *atl* "agua", y *Apan* "sobre", que en conjunto pueden traducirse como "En el agua de las lajas".

Algunos de los códices que incluyen noticias de Iztapalapa son el Códice Ramírez, en donde se relata la huida de los mexicas de Culhuacán, ya que ahí habían permanecido como esclavos, situándose primero en Iztapalapa y luego en Mexicaltzingo.

⁴ <https://es.wikipedia.org/wiki/Iztapalapa>(22/10/2021)

Las obras de Bernal Díaz del Castillo y de Hernán Cortés, coinciden en la descripción de Iztapalapa “asentada en tierra firme y sobre chinampas dentro del lago”, con preciosos palacios labrados de cantería.

Durante la Colonia y después de la Independencia hasta principios del Siglo XX, los habitantes de Iztapalapa vivían en la ladera Norte del Cerro de la Estrella y en las chinampas, teniendo la Iglesia y la plaza como centro de reunión. Iztapalapa estaba comunicada con la Ciudad de México por una red de canales que penetraban hasta el centro. El tránsito de canoas se concentraba durante la colonia y hasta principios del Siglo XX.

En 1983, Teresa Rojas Rabiela escribió que la agricultura de las chinampas se encontraba en su etapa final, debido a las políticas y acciones encaminadas a desecar el Valle de México, de esta manera podemos observar que históricamente en los últimos 120 años la extinción de las chinampas ha sido cada vez más acelerada y notoria, ya que según las investigaciones hasta antes de 1940 se podía navegar sobre el Canal de la Viga, desde el mercado de Jamaica hasta Xochimilco y Tláhuac, desde ahí se podían ver las chinampas de Santa Anita, Iztacalco, Mexicaltzingo e Iztapalapa. Fue entonces cuando comenzaron con la etapa de urbanización, iniciando también con la extinción de las chinampas.

En la década de 1950, los canales del Sur ya estaban casi totalmente secos y entonces se pensó y diseñó la urbanización que se tiene hasta el día de hoy.⁵

⁵ <http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM09DF/delegaciones/09007a.html> (22/10/2021)

b) Orografía

Sus principales elevaciones son: el Cerro de la Caldera, el Cerro de la Estrella que es uno más representativos por motivos históricos y culturales, el Peñón Viejo o del Marqués y la Sierra de Santa Catarina, donde se encuentran dos volcanes, el de San Nicolás Xiltepetl y Xoltepetl, y que además constituye el límite entre Iztapalapa y Tláhuac.

c) Medios de comunicación

Iztapalapa cuenta con emisoras de radio como: Planta de transmisión XEB IMER Central radio, en cuanto a la Prensa: El Universal, CIA Periodística Nacional, Aspectos Publicitarios, Editores e Impresores, Grafica Unión, Milenio Diario y Aviso Oportuno, además cuenta también con una cadena de televisión: Televisa Iztapalapa.⁶

d) Vías de comunicación

El CENDI se localiza en la Zona Nororiente que colinda al Norte con el Municipio de Nezahualcóyotl y tiene como ejes principales la Calzada Ignacio Zaragoza y las Avenidas Luis Méndez y Circunvalación (Ejes 6 y 5 Sur).

Las colonias más grandes y cercanas de la Zona son: Ejército de Oriente y Ejército Constitucionalista, Guelatao de Juárez y Santa Cruz Meyehualco, muy cerca del Hospital del IMSS, Hospital Zaragoza del ISSSTE, y Facultad de Estudios Superiores FES Zaragoza.⁷

⁶ <https://www.foro-mexico.com/distrito-federal/iztapalapa/guiaa-prensa-escrita.html> (22/10/2021)

⁷ <https://paot.org.mx/centro/programas/delegacion/iztapal.html> (5/11/2021)

e) Sitios de interés cultural y turístico

En primera instancia se encuentra el Parque Lineal Telecomunicaciones, este lugar cuenta con diferentes áreas para el desarrollo físico y la convivencia familiar, tales como una cancha de futbol rápido, cancha de futbol y basquetbol, un área para la actividad física con aparatos de gimnasio, juegos infantiles para llevar a los niños con protección, pista para patinar y un parque canino⁸.

El Museo Cabeza de Juárez cuenta con una explanada para eventos, es un foro abierto para actividades culturales, además de ser una excelente opción para tener un acercamiento a la vida de este presidente.⁹

f) Cómo impacta el Referente geográfico a la problemática de estudio

Dentro de la Alcaldía de Iztapalapa existen diversos sitios culturales y deportivos que benefician a los alumnos de la institución debido a que pueden acercarse al arte y al deporte, además se propicia un ambiente sano para las familias; las vías de comunicación son avenidas muy funcionales, los medios de comunicación ayudan a tener conexión con otros sitios de interés y mantener la comunicación constante, la orografía no afecta en ningún sentido a la ubicación, y finalmente, los antecedentes históricos tienen gran importancia para las actividades culturales que se realizan en la comunidad, esto propicia un impacto positivo en el contexto escolar. Sin embargo, se debe considerar que en los alrededores del CENDI existen problemáticas de asaltos y

⁸ <https://www.timeoutmexico.mx/ciudad-de-mexico/que-hacer/10-lugares-imprescindibles-de-iztapalapa> (5/11/2021)

⁹ http://sic.gob.mx/ficha.php?table=museo&table_id=547 (5/11/2021)

venta de drogas, que aunque no afectan directamente al objeto de estudio, influye en la seguridad de las áreas recreativas de la Alcaldía.

B) ESTUDIO SOCIOECONÓMICO DE LA LOCALIDAD

a) Vivienda

En 2020, la mayoría de las viviendas particulares habitadas contaban con 4 y 3 cuartos, 22.8% y 22.2%, respectivamente. En el mismo periodo destacan las viviendas particulares habitadas con 2 y 1 dormitorios, 39% y 30%, respectivamente, sólo un pequeño porcentaje de hogares cuentan con determinados elementos de conectividad y/o servicios que no sean los básicos.¹⁰

b) Empleo

En el segundo trimestre de 2021, Ciudad de México tuvo 4,117,427 empleos ocupados, 2.14% menos que el mismo periodo del año anterior. Las ocupaciones con más trabajadores durante el segundo trimestre de 2021 fueron: empleados de ventas, despachadores y dependientes en comercio, trabajadores de apoyo en actividades administrativas y comerciantes en establecimientos.

¹⁰ <https://datamexico.org/es/profile/geo/iztapalapa#calidad-vida> (5/11/2021)

c) Deporte

La Alcaldía Iztapalapa de la Ciudad de México (CDMX), se consolida como la más deportiva, pues aún con la pandemia de Covid-19, el deporte, activación física y promoción de la salud tuvieron un importante papel, destacaron las artes marciales, al lograr 3 millones 923 mil 33 visualizaciones en línea. ¹¹

La Unidad Deportiva Francisco I. Madero es un espacio dedicado al esparcimiento y al deporte. Aquí acuden cientos de personas con niños, adolescentes e incluso adultos mayores los cuales pueden practicar natación, dado que en esta unidad deportiva existen actividades diseñadas para cada uno de ellos.

d) Cultura

Dentro de las fiestas Populares de Iztapalapa está el carnaval que se festeja anualmente a principios de mes de marzo desde el año de 1800, y es el último pueblo de la zona Oriente que aún lleva a cabo la representación de su carnaval.

En cuanto a las tradiciones destaca la celebración de la Semana Santa, pues año con año se representa la Pasión de Cristo; principalmente los días de Domingo de Ramos, jueves y Viernes Santo.¹²

¹¹ <https://senderoartesmarciales.com/iztapalapa-se-convierte-en-la-alcaldia-mas-deportiva-de-la-cdmx/> (12/11/2021)

¹² <http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM09DF/delegaciones/09007a.html> (12/11/2021)

e) Religión predominante

El censo 2010 del INEGI, arrojó que en la Alcaldía de Iztapalapa 83.9% de la población de 5 años y más es católica, 7.6% es protestante o evangélica, 2.5 profesa otra religión y un 4.6% es atea. Apenas 10 años antes, en el censo 2000, un 92% se declararon católicas, lo que habla de una disminución del 8.1% en una década. ¹³

f) Educación

En 2010, la Alcaldía de Iztapalapa contaba con 723 Escuelas Preescolares (21.1% del total de la entidad), 621 Primarias (18.6% del total) y 211 Secundarias (15% del total). Además, la Alcaldía contaba con 48 Bachilleratos (8.4%), 17 Escuelas de Profesional Técnico (17.9%) y 61 Escuelas de Formación para el Trabajo (11.9%)¹⁴

g) El contexto socioeconómico

De acuerdo con el contexto, la vivienda de la gente en Iztapalapa es adecuada para ser habitable, cuenta con servicios generales, sin embargo, se tiene como el principal problema la falta de agua, en contraste cuenta con servicios de conectividad y comunicación adecuada. Los servicios para la recreación y el deporte son variados con centros deportivos completos y esto ayuda a que los niños y jóvenes tengan acceso al deporte y la convivencia en familia. Las fiestas populares y los centros culturales se manejan de acuerdo con las costumbres y tradiciones del lugar.

¹³<https://www.animalpolitico.com/2011/04/los-otros-cristianos-de-iztapalapa> (12/11/2021)

¹⁴ https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/32197/Distrito_Federal_007.pdf (12/11/ 2021)

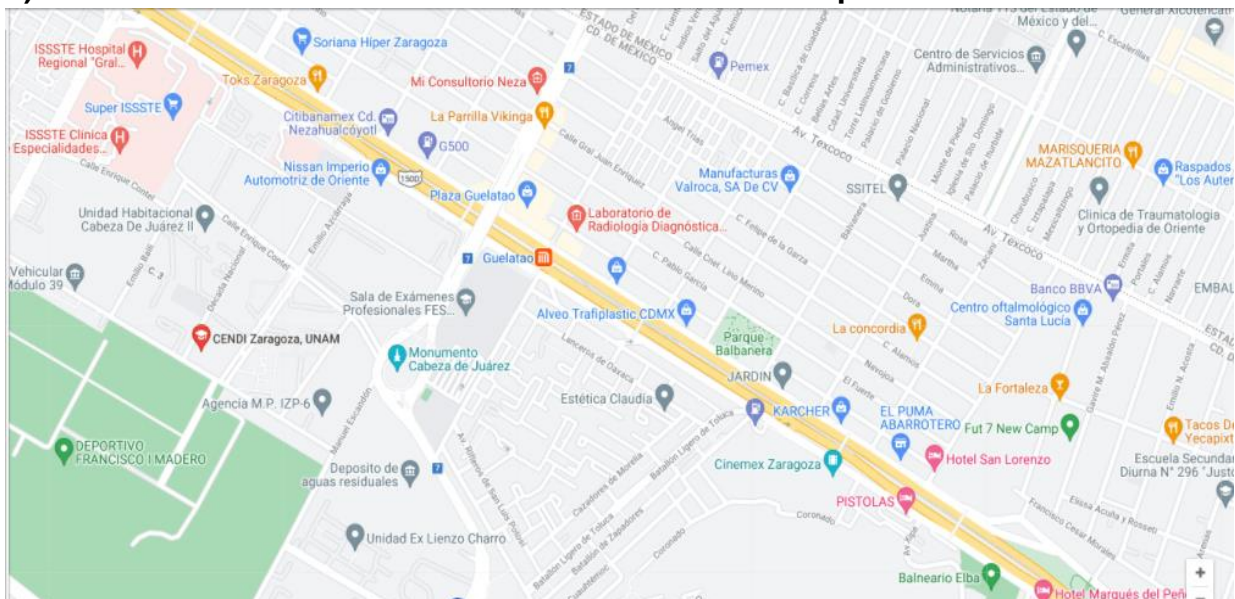
En la cuestión del empleo más del 40 % de la población de Iztapalapa es económicamente activa y de esa cifra el 21 % se dedica al trabajo informal, por lo que los tianguis representan una fuente ingreso y de consumo, y además son una fuerte identidad vecinal y habitacional, siendo esto un referente en casi todos los aspectos conductuales de los niños en la escuela.

La Educación es un aspecto positivo para la población de Iztapalapa ya que se cuenta con planteles que cubren todos los niveles y esto genera mayores oportunidades en los jóvenes y niños.

En el aspecto religioso, predomina la religión católica esto influye en las festividades que se realizan en la Alcaldía y en las costumbres y tradiciones de las localidades, y en contraparte afecta a la integración en las actividades de la escuela.

1.2.2 EL REFERENTE ESCOLAR

a) Ubicación de la escuela en la cual se establece la problemática



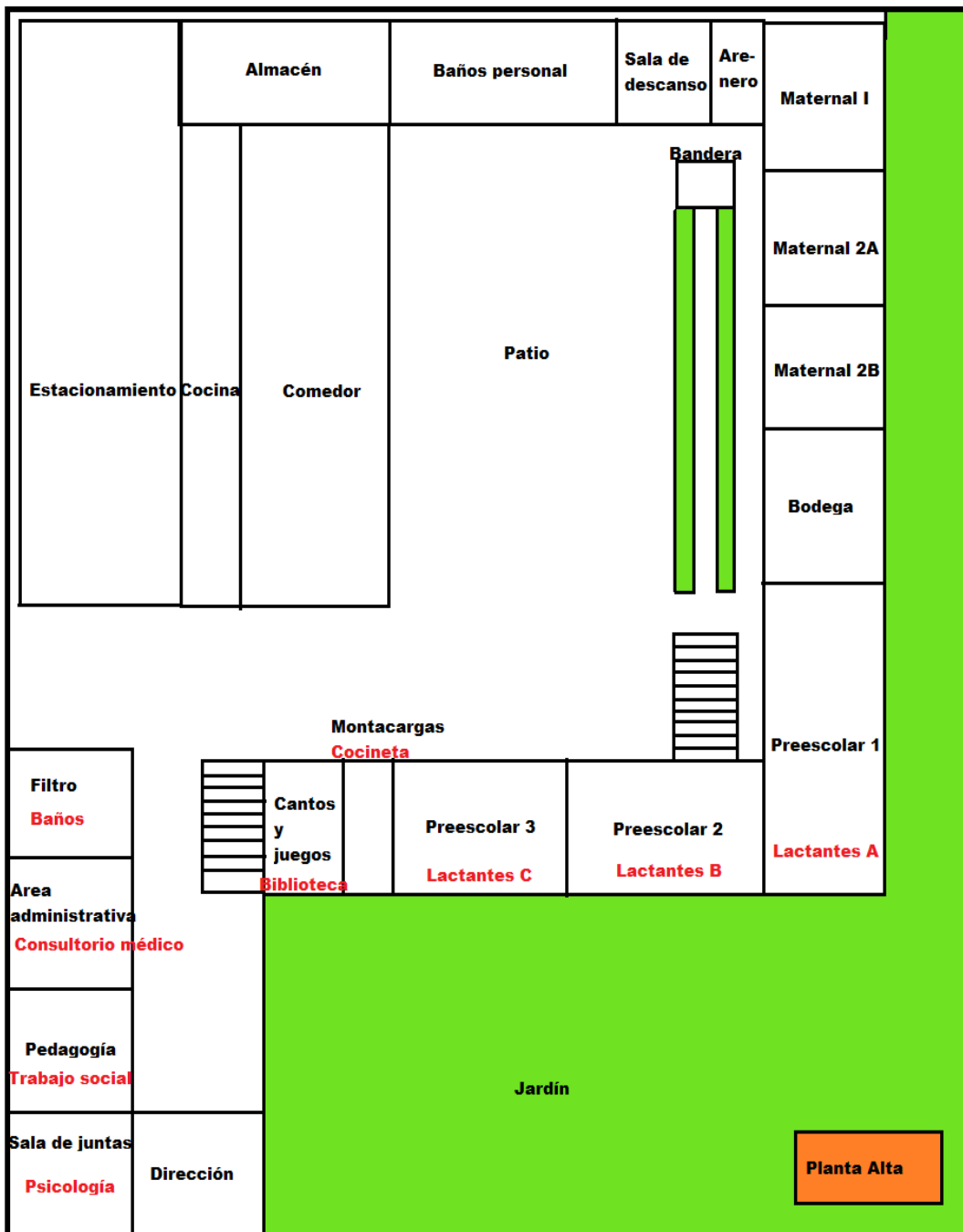
b) Estatus del tipo de Sostenimiento de la Escuela

El Centro de Desarrollo Infantil Zaragoza UNAM es de sostenimiento público.

c) Aspectos Materiales de la Institución

El CENDI Zaragoza UNAM, cuenta con 3 salas de lactantes, 3 salas de maternal, 3 salas de Preescolar, sala de cantos y juegos, biblioteca, sala de descanso, arenero, comedor, cocina, lactario, baños del personal, almacén de alimentos, almacén general, 2 cubículos de psicología, cubículo de trabajo social, servicio médico, sala de juntas, patio, jardín, oficinas administrativas, filtro clínico y estacionamiento.

d) Croquis de las Instalaciones Materiales ¹⁵

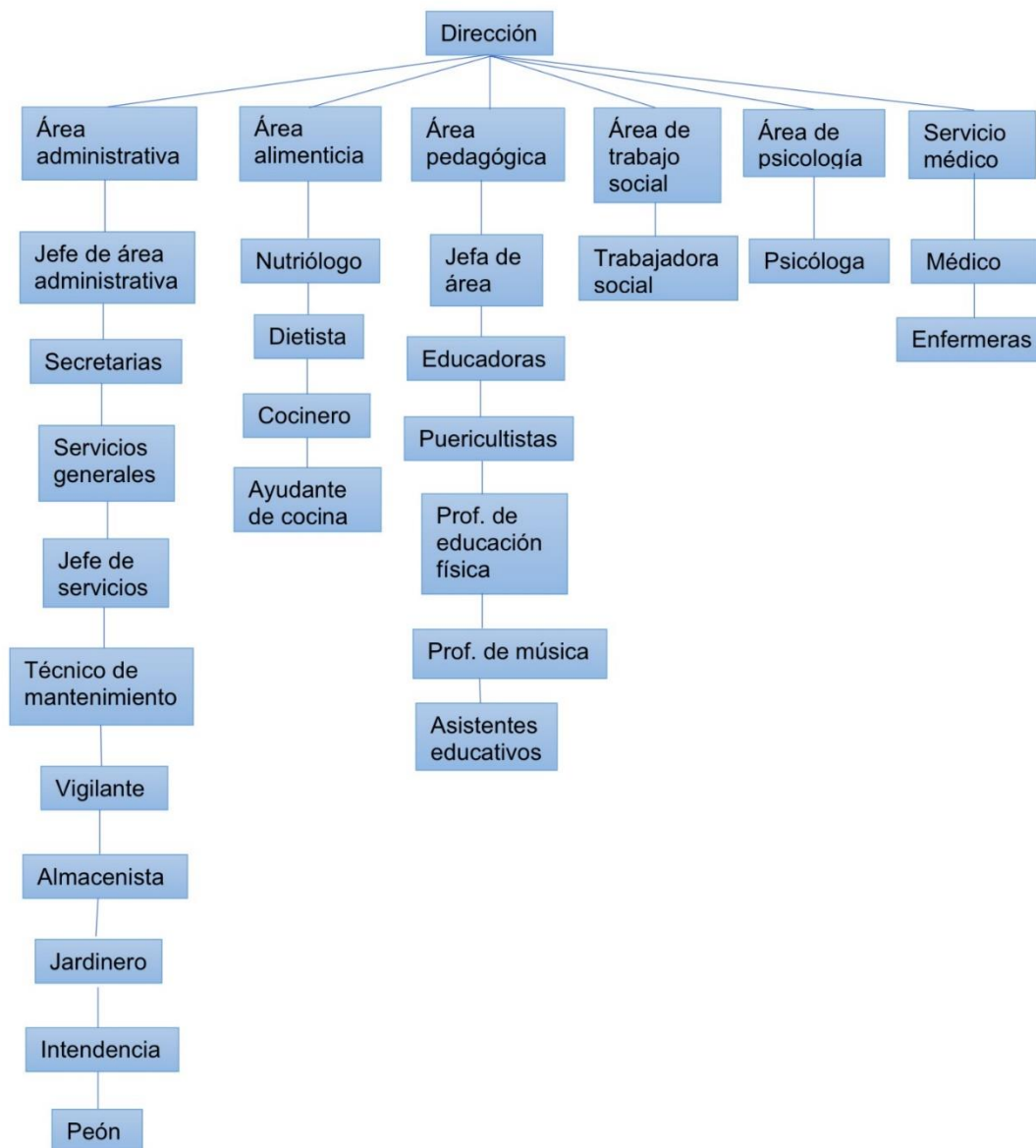


¹⁵ Croquis elaborado por la tesista con autorización de la dirección escolar

h) Organización de la Institución

El Centro de Desarrollo Infantil Zaragoza se rige por una directora, jefa de área pedagógica, jefe de la unidad administrativa, jefe del área alimenticia, dietista, 2 psicólogos, trabajadora social, 2 médicos, enfermera, 6 técnicos puericultistas, 4 educadoras, maestro de cantos y juegos, 20 asistentes educativos, 4 secretarias, jefe de servicios, técnico de mantenimiento, 2 vigilantes, 15 personas de intendencia, 2 almacenistas, jardinero, peón, 2 cocineros y 9 ayudantes de cocina.

f) Organigrama General de la Institución¹⁶



i) Características De la Población Escolar

El grupo de primer año de Preescolar está conformado por un total de 18 alumnos, de los cuales 10 son niñas y 8 niños, encontrándose en un promedio de edad de 3 a 4

¹⁶ Organigrama elaborado por la tesista con autorización de la dirección escolar

años. El diagnóstico inicial arroja que más del 90 % de los alumnos del salón son hijos únicos, el 10 % restante tiene un hermano más, por lo que se trata de familias pequeñas. Los Padres cuentan en su mayoría con Estudios Técnicos o de Secundaria, y algunos son docentes académicos de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza y Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Oriente, por lo que tienen estudios de licenciatura y todos cuentan con plaza en la UNAM.

El grupo de Preescolar 1, se caracteriza por que los niños son inquietos, no siguen indicaciones, les cuesta trabajo obedecer y comprender las reglas. La gran mayoría no trabajan con límites desde su casa, y por este motivo no pueden regular sus emociones, ya que están acostumbrados a actuar a su voluntad, los padres evaden las situaciones incómodas y complacen al infante en lo que desea, optan por distraer a sus hijos con las herramientas electrónicas con las que cuentan a la mano.

La situación en el aula se complica porque los niños no saben negociar, quieren tener el control de la situación, arrebatan el material, no utilizan el lenguaje oral para pedir lo quieren, y si lo hacen, es con golpes, enojos, berrinches y no ceden ante nada.

g) Relaciones e interacciones de la institución con los Padres de Familia

La participación de los Padres de familia no es buena, prefieren delegar todo a la escuela, sí colaboran con materiales que se les solicitan, pero no siempre. Su apoyo para la realización de las tareas escolares no es constante por el ritmo de vida que llevan, ya que trabajan en horarios largos, o su trayecto de camino a casa es complicado, en algunos alumnos es nulo el apoyo.

La comunicación con los Padres de Familia es buena puesto que se tiene la oportunidad de interactuar todos los días con ellos y se abordan las situaciones que requieran su intervención, sin embargo, se observa que constantemente no cumplen los acuerdos que se hacen con la Educadoras.

h) Relaciones e interacciones de la escuela con la comunidad

Las participaciones de la escuela en la comunidad son inexistentes, no se tiene ningún tipo de relación con la comunidad por la seguridad de los niños, ya que implica salir de la institución, o tener gente ajena dentro de ella y no es permitido.

1.3. EL PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Definir la problemática es relevante dentro del procedimiento de las determinaciones metodológicas de toda investigación de índole científica, esto precisa la orientación y seguimiento de la indagación.

Por ello, plantearlo en forma de pregunta concreta, disminuye la posibilidad de enfrentar dispersiones durante la búsqueda de respuestas o nuevas relaciones del problema.

¿Qué se necesita para regular la conducta en niños de Preescolar 1 del CENDI Zaragoza en la Alcaldía de Iztapalapa de la Ciudad de México?

1.4. LA HIPÓTESIS GUIA DE LA INVESTIGACION

Un hilo conductor propicio en la búsqueda de los elementos teórico- prácticos que den respuesta a la pregunta generada en el punto anterior es la base del éxito en la construcción de los significados relativos a la solución de una problemática, en este caso educativa. Para tales efectos se construyó el enunciado siguiente:

Lo que se necesita para regular la conducta en niños de Preescolar 1 del CENDI Zaragoza en la Alcaldía de Iztapalapa de la Ciudad de México; es el reconocimiento y expresión de las emociones.

1.5. LA ELABORACIÓN DE LOS OBJETIVOS EN LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

Definir y estructurar objetivos dentro de planos, tales como el desarrollo de una investigación la planeación Escolar o el diseño curricular, lleva a la posibilidad de dimensionar el progreso, avances o termino de acciones interrelacionadas con esquemas de trabajo académico.

Por ello, es deseable que estos, se consideren como parte fundamental de estructuras de esta naturaleza. Para la realización de la indagación presente, se constituyeron los siguientes objetivos:

1.5.1. OBJETIVO GENERAL

Diseñar una Investigación Documental que permita estructurar bases teórico-conceptuales sobre cómo regular la conducta mediante el reconocimiento y expresión de las emociones en niños de Preescolar 1 del CENDI Zaragoza en la Alcaldía de Iztapalapa de la Ciudad de México.

1.5.2. OBJETIVOS PARTICULARES

- 1. Especificar el objeto de estudio y diseñar un boceto de Investigación Documental.**
- 2. Indagar teorías y conceptos sobre cómo regular la conducta mediante el reconocimiento y expresión de las emociones en niños de Preescolar.**
- 3. Diseñar una propuesta de posible solución sobre la problemática que se estudia.**

1.6. LA ORIENTACIÓN METODOLÓGICA DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

La orientación metodológica indica las acciones a llevar a cabo en el quehacer investigativo documental, en este caso de índole educativa, es necesario conformar el siguiente sistematizado de cada una de las acciones a llevar adelante y que correspondan al nivel de inferencia y profundidad de cada una de las reflexiones que, conjugadas con las diferentes etapas de construcción del análisis, lleven a interpretar en forma adecuada, los datos reunidos en torno al tema base de la indagación.

La orientación metodológica utilizada en la presente investigación estuvo sujeta a los cánones de la sistematización bibliográfica como método de revisión documental.

Asimismo, para el manejo de los materiales bibliográficos se realizó la redacción de Fichas de Trabajo de conformación: Textual, Resumen, Paráfrasis, Comentarios y Mixtas principalmente. El documento fue sometido a diversas y constantes revisiones, realizándose las correcciones indicadas y necesarias en la elaboración del presente informe.

CAPITULO 2. EL MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

2.1. EL APARATO CRÍTICO- CONCEPTUAL ESTABLECIDO EN LA ELABORACIÓN DEL MARCO TEÓRICO:

2.1.1. La importancia de la regulación de emociones en la etapa Preescolar

Para este trabajo de investigación se tienen la necesidad de reconocer la expresión de los sentimientos, así como la regulación de las emociones y determinar cómo ésta afecta la conducta de los niños en Preescolar.

Por ello será necesario definir qué es la regulación emocional. Thompson citado en Garrido-Rojas dice que la regulación emocional es *“el proceso de iniciar, mantener, modular o cambiar la ocurrencia, intensidad o duración de los estados afectivos internos y los procesos fisiológicos (...)”*, tratándose por lo tanto de *“procesos externos e internos responsables de monitorizar, evaluar y modificar nuestras reacciones emocionales para cumplir nuestras metas”*¹⁷.

Otra definición es la de Olimpia Gómez y Nazira Calleja, quienes conjuntan a varios autores para formular su propia definición: *“La regulación emocional es el proceso a*

¹⁷ Guillermo Morales. Regulación emocional, concepto estrategias y aplicaciones en la relación de ayuda. España, Universidad de las Islas Baleares, 2014. Pág. 4

través del cual los individuos modulan sus emociones y modifican su comportamiento para alcanzar metas, adaptarse al contexto o promover el bienestar tanto individual como social".¹⁸

Finalmente, de acuerdo con Daniel Goleman la autorregulación es *"la capacidad para regular nuestra conducta y nuestro estado emocional de forma flexible en función de las necesidades de la vida diaria"*.¹⁹

Las tres definiciones anteriores son una pauta para enseñar la regulación de emociones en un contexto escolar. Con una correcta práctica docente los niños pueden aprender que es posible nombrar lo que sienten, que es válido comunicarlo y que además existen maneras de expresar y de regular esas emociones, sin recurrir necesariamente a las agresiones.

Con una correcta regulación de emociones están en juego las competencias comunicativas y las interacciones de los niños con sus pares y por lo tanto el aprendizaje y la retroalimentación que se da entre ellos.

Por otra parte, es fundamental considerar que el niño en Edad Preescolar está en proceso de comprensión de las normas sociales, es así como el contexto en el que se desenvuelve también tiene un papel importante en el aprendizaje de las habilidades socioemocionales. La relación entre estas habilidades y el ámbito social lo define Campos J. y Barrett *"la habilidad para modular las emociones es pertinente y central*

¹⁸ Olimpia Gómez y Nazira Calleja. *"Regulación emocional: definición, red nomológica y medición"*. Revista Mexicana de Investigación. México, Universidad Nacional Autónoma de México, 2016. Pág. 96

¹⁹ Daniel Goleman. *Inteligencia emocional*. Barcelona, Kairós, 1996, pág. s-f. citado en SEP. *Consejo Técnico escolar tercera sesión ordinaria. Ciclo escolar 2021- 2022. Educación Preescolar*. México, 2022. Pág. 11

*en la interacción dado que contribuye a la función comunicativa recogiendo información acerca de los pensamientos e intenciones de las personas y coordinando los encuentros sociales”.*²⁰

Dentro del aula, la identificación y regulación de una emoción disminuye en gran medida situaciones de conflicto que no permiten tener un ambiente de aprendizaje propicio. Si un niño de edad preescolar no es capaz de regular sus emociones, entonces no tiene un control de sus acciones, lo que desencadena una confusión emocional y desconcierto en todo el grupo, generando así un conflicto, además es posible que los demás niños aprendan a imitar esos comportamientos para llamar la atención del docente.

De acuerdo con lo anterior, es necesario que los docentes trabajen estimulando la inteligencia emocional en las situaciones cotidianas que suceden dentro del aula, por ejemplo, cuando hay que compartir juguetes y materiales; estos momentos son detonadores de emociones negativas como el enojo y la frustración, sin embargo, por medio del diálogo o bien estrategias didácticas se puede llegar a un acuerdo o inhibir una situación desfavorable.

Para apoyar lo anterior se citan las palabras de Goleman: *“un adecuado desarrollo de la inteligencia emocional se evidencia sobre todo en la capacidad que tienen las*

²⁰ Campos, J. & Barrett, K. Toward a new understanding of emotions and their development. New York, Cambridge University Press, 1984. Pág. 264-293

*personas de interactuar con diversos agentes sociales del entorno, principalmente a partir del autoconocimiento de sus fortalezas y debilidades, y de la empatía”.*²¹

Cuando un docente enseña estrategias de regulación emocional en el aula, se genera un espacio de seguridad, confianza y tranquilidad, los resultados se verán en el desarrollo integral de los niños preescolares, y esto se observa principalmente en la forma en la que cada uno de los niños piensa, siente, actúa y se expresa con sus compañeros y adultos que le rodean. Al respecto Alexandra Herrera aporta que *“La importancia del desarrollo temprano de la inteligencia emocional radica en que permite moldear de manera positiva el comportamiento para formar seres humanos psicossocialmente competentes y productivos, tanto a nivel académico como en lo laboral a futuro.”*²²

En décadas anteriores las emociones no eran relevantes en el ámbito educativo por lo que no se les vinculaba con el proceso de enseñanza-aprendizaje, hoy en día se han hecho numerosos estudios que demuestran que las emociones tienen un papel principal, pues para que el aprendizaje sea significativo debe haber una relación con la motivación del niño, así su interés y disposición siempre estarán presentes. Nos dicen al respecto Cole, Michel y Teti *“Las emociones se han asociado con error,*

²¹Daniel Goleman. La inteligencia emocional. Educación de la expresión de la sexualidad y la inteligencia emocional en niñas, niños y adolescentes con derechos. España, Actualidades Investigativas en Educación, 2006. Pág. s/n Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44760313>

²² Alexandra Herrera. La educación emocional desde la etapa preescolar. Ed. 16, España, Aula Idea, 2015. Pág. 35

*debilidad moral o desquicio, y han sido excluidas de la escena científica por ser consideradas secundarias frente a la cognición”.*²³

Como conclusión, cuando el niño Preescolar tiene una buena auto regulación tiene una interacción adecuada con sus compañeros, sus competencias sociales estarán bien desarrolladas, y así logrará comunicar de manera asertiva lo que puede y quiere hacer tomando en cuenta su motivación y siendo empático con sus compañeros y adultos cercanos, mejorando así su desempeño escolar.

2.1.2. Características de una buena conducta en la Etapa Preescolar²⁴

La conducta es la principal vía por la cual los niños le dan a conocer a los adultos cuáles son sus necesidades. Desde el nacimiento hasta los 5 años tienen una capacidad limitada para entender y expresarse por sí mismos claramente usando palabras. Sin embargo, es a través de su conducta general, y habilidad para jugar bien con otros niños y con adultos que se pueden reconocer las características de una buena conducta en esta etapa, por lo que contar con buenas habilidades de observación objetivas son la clave para identificar lo que los niños necesitan.²⁵

En esta etapa los niños pequeños están todavía aprendiendo cómo ser sociables y cómo controlar su conducta, y para los docentes algunas veces es difícil saber cuándo

²³ Cole, P., Michel, M. & Teti, L. The development of emotion regulation and dysregulation: EUA, A clinical perspective. EUA, Monographs of The Society for Research in Child Development, 1994. Pág. 73-100

²⁴ California Childcare Health Program. Desarrollo Social y Emocional de los Niños. California, Universidad de California, 2006. Pág.3

²⁵ Ídem.

ciertos comportamientos son adecuados a su edad o si forman parte de un problema más grande.

Tomando en cuenta lo anterior, la mejor manera de aprender acerca de la conducta de un niño es observar y recopilar información que pueda describir las características de sus acciones en una variedad de escenarios y situaciones. Se requiere ser objetivo y hacer al menos de 15 a 20 observaciones separadas en diferentes escenarios por un periodo de 2 a 5 días. Finalmente hay que reunir toda la información hasta que se desarrolle un patrón claro.²⁶ Estas características también son perfectamente aplicables a la labor de la enseñanza de la regulación de las emociones.

El Programa del cuidado de la salud de California (*California Childcare Health Program*) propone una lista de características que muestran que el niño o niña se siente abrumado o tenso (en relación con el ámbito social), por lo que aquí se muestra la información a la inversa para denotar cuáles serían los comportamientos de una conducta que muestra un desarrollo favorable en el niño.

En primera instancia no tienen dificultad para enfocarse o completar una tarea, no se frustran con facilidad, no muestran dificultades para tomar decisiones, no tienen dificultades para seguir instrucciones, resuelven los problemas sin necesidad de agresiones (golpeando, mordiendo, agarrando o empujando), no expresan sus emociones con pataletas o rabietas, no se aferran a los adultos, aceptan nuevas

²⁶ Ídem.

tareas, juegan con otros niños, cuando lloran se les puede calmar con rapidez, come sin dificultad.

Por su parte, el programa Aprendizajes Clave para la Educación Preescolar²⁷ plantea que la buena conducta en el niño se observa cuando tiene una motricidad progresiva y realiza actividades sin ayuda, esto implica que él se reconozca capaz de emprender acciones por sí mismo, que tengan confianza en sus capacidades, reconozca sus límites y que identifique a quién pueden acudir en caso de necesitar ayuda y tenga confianza para hacerlo.

Se puede decir que un niño tiene desarrolladas sus habilidades sociales y emocionales cuando puede hacer amigos de manera sana, supera la frustración, puede lidiar con cambios y seguir las reglas, el desarrollo social y emocional también se reconoce cuando genera relaciones íntimas y seguras teniendo un vínculo afectivo con las personas que lo cuidan y atienden, cuando explora sus alrededores libremente y aprende, cuando puede gestionar y expresar emociones.

Se puede identificar un niño con buena conducta, cuando su lenguaje es adecuado, tiene progresión en su dominio y le permite relacionarse, así como construir representaciones mentales, expresar y dar nombre a lo que percibe, siente y capta de los demás, así como lo que los otros esperan de él, cuando expresa su opinión en situaciones sociales y en relación con sus compañeros, cuando dice lo que le gusta y le disgusta, lo que le causa temor, lo que le parece justo e injusto.

²⁷ SEP. Plan y programas de estudio 2017. México, 2017. Pág. 307- 308

2.1.3. Características del desarrollo social, de lenguaje y emocional del niño de 3 a 4 años

En este apartado se abordan en primera instancia las características del desarrollo social, después las características del desarrollo emocional y finalmente las del lenguaje, haciendo un enfoque sobre todo en el lenguaje pragmático o social que se relaciona estrechamente con el tema de estudio.

Las características sociales de cada niño varían de acuerdo con el tipo de crianza que ejercieron sus padres, el lugar donde vive, la calidad de la salud que tenga, nivel económico, entre otros factores.

El desarrollo social está basado en el conocimiento del mundo físico y social, este último abarca tres aspectos: a) El conocimiento y comprensión de uno mismo y de los demás, b) La comprensión de las relaciones entre las personas y de las normas que rigen la vida de los grupos y c) El conocimiento de las instituciones y sistemas existentes en la sociedad.²⁸ Cuando los niños aprenden las habilidades que les permiten tener un conocimiento de estos tres aspectos, se dice que tienen un correcto desarrollo social.

De acuerdo con Julio Machargo, el niño construye el conocimiento social a partir de sus experiencias e interacciones con el medio. Como características del desarrollo en edad de 0 a 6 años menciona que el niño conoce, asimila e imita las reglas y normas que rigen la vida social y da las respuestas que se esperan de él en cada momento del desarrollo.

²⁸ Julio Machargo. Desarrollo personal y social en los años de la educación infantil, España, Universidad de las Palmas de Gran Canaria, 2005. Pág. 111

El autor argumenta que las actividades asociativas son cada vez más frecuentes y consistentes; las relaciones sociales y grupales se presentan más estructuradas y exigentes, el juego y las actividades físicas se convierten en el medio óptimo para las relaciones con los compañeros, el tener amigos en estos años es de la mayor importancia para la vida del niño. Las relaciones que predominan son las de amistad y las de participación en los juegos e implicaciones en diferentes actividades. La interacción entre iguales se hace más compleja, organizada y regida por algún tipo de norma, es desde estos primeros años cuando es posible observar la existencia de jerarquías sociales.²⁹ En lo concerniente a las relaciones que se establecen entre los iguales dice que:

Las relaciones entre compañeros contribuyen sustancialmente al desarrollo de las competencias sociales y de la personalidad. Los compañeros son agentes principales de socialización, al mismo nivel de importancia que los adultos. La interacción con los iguales es conveniente y necesaria para el aprendizaje social y la adquisición de experiencias que determinarán la vida posterior.³⁰

El niño aprenderá que forma parte de una familia y de grupos sociales que se rigen por reglas a las que hay que ajustarse. Las interacciones con los demás se intensifican

²⁹ Julio Machargo. Desarrollo personal y social en los años de la educación infantil. España, Universidad de las Palmas de Gran Canaria, 2005. Pág. 113

³⁰ ídem.

y en ese complejo contexto se adquieren los modelos del comportamiento social y va emergiendo su personalidad.

Referente al desarrollo emocional, Petra María Pérez aporta que a lo largo de la infancia se adquiere la conciencia de "sí-mismo" siendo este un proceso relacionado con otros procesos cognitivos y de socialización, los cuales desembocan en la representación e identificación del "yo" tanto de los propios sentimientos como de las emociones. Es así como, conforme aumenta esta conciencia de sí mismos, aumenta el autoconocimiento de los niños, transformándose en un conocimiento que sobrepasa la etapa infantil.³¹

Las interacciones con la madre y personas que están a su cuidado son, evidentemente, determinantes. Los niños y su cuidador desarrollan un sistema de comunicación a través de la experiencia, que les permite aprender a regular sus conductas mutuamente.³²

En esta etapa los niños generan sus aprendizajes imitando, se asimilan muy rápidamente los miedos o comportamientos ante situaciones, animales u objetos; por ello los miedos más sutiles de los adultos o personas cercanas se transmiten a los niños incluso inconscientemente, pues ellos perciben y asimilan las inquietudes y preocupaciones ante determinadas situaciones, es así que por medio de su comportamiento emocional, les muestran el camino a seguir.

Copiando el comportamiento de sus mayores cuando les tranquilizan, aprenden cómo pueden tranquilizarse a sí mismos cuando les invade la emoción. También de manera

³¹ Petra María Pérez Alonso Jeta. El desarrollo emocional infantil (0-6 años): pautas de educación. España, Congreso de Madrid, 1998. Pág. 7

³² Ibid. Pág. 14

indirecta, los padres muestran las posibilidades de autocontrol emocional que tienen los niños cuando están alterados, a medida que sienten que sus emociones se perciben, se admiten, canalizan o suavizan. Sucede exactamente lo mismo con emociones como la agresividad, la inseguridad ante la vida, la tristeza y depresión.

Por el contrario, los hijos de padres optimistas tienen mayores posibilidades de desarrollar una postura hacia el mundo marcada por la confianza, se transmite la creencia de que los éxitos pueden conseguirse con esfuerzo y que los fracasos son un reto, una oportunidad de mejorar.³³

En resumen, es mediante la participación en sucesos interactivos que los niños aprenden los conceptos y contenidos emocionales, desarrollan y mejoran los vínculos afectivos sobre la base de sus necesidades personales y las exigencias sociales del contexto.³⁴

En el siguiente cuadro se resumen las características del desarrollo del lenguaje, social y emocional.³⁵

LENGUAJE	SOCIAL	EMOCIONAL
Le agrada hablar y aprender nuevas palabras. Su atención es de corto alcance. Es curioso e inquisitivo. Con frecuencia no entiende bien y suele hacer comentarios aparentemente ajenos al tema. Le agrada usar su imaginación. Le gustan los juegos con los dedos y las manos, los cuentos y las actividades musicales. No	Le agrada trabajar a solas. No le interesa jugar en cooperación con otros, pero le gusta tener amigos a su alrededor. Es egocéntrico. Tiene dificultad en compartir. Prefiere estar cerca de personas adultas, particularmente familiares, porque así se siente protegido.	Le agrada complacer a las personas adultas. Necesita de su aprobación, su amor y sus elogios. Reacciona emocionalmente cuando siente temor o ansiedad. Llora con facilidad. Es sensible a los sentimientos de otras personas. Está desarrollando cierta independencia.

³³Ibid. Pág. 16

³⁴ Ibid. Pág. 17

³⁵ <https://www.churchofjesuschrist.org/manual/teaching-no-greater-call-a-resource-guide-for-gospel-teaching/c-teaching-different-age-groups/2-age-characteristics-of-children?lang=spa> (Fecha de consulta 5/04/2022)

alcanza a diferenciar la fantasía de la realidad		Expérimenta emociones intensas, aunque breves.
--	--	--

Para finalizar este apartado, sólo queda abordar cuál es la relación de las emociones y el lenguaje. En este aspecto se requiere que los niños tengan un dominio adecuado de las habilidades pragmáticas de la lengua, es decir, el conocimiento práctico de cómo usar el lenguaje para comunicarse en un entorno social.

Papalia y Martorell refieren las palabras de Owens, Shatz y Gelman para exponer las siguientes características: a los tres y cuatro años los niños son bastante locuaces, prestan atención al efecto que tiene su habla en los demás, en caso de no ser comprendidos tratan de explicarse con más claridad, son capaces de simplificar su lenguaje, emplear un tono más alto si es necesario.³⁶

Este periodo es crucial pues es aquí donde se puede guiar al niño o niña a comenzar una conversación sencilla encaminada a un objetivo simple.

2.1.4. La expresión y reconocimiento de las emociones en el Plan 2017

El reconocimiento y expresión de las emociones es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños integran a su vida conceptos, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, así como construir una identidad personal y

³⁶ Papalia y Martorell. Desarrollo humano. Óp. Cit. Pág. s-f

mostrar atención y cuidado hacia los demás, estableciendo relaciones positivas, aprendiendo a manejar sus emociones.³⁷

La emoción es una parte complicada de la Psicología humana. Se conforma de elementos fisiológicos que se expresan instintivamente y de aspectos cognitivos y socioculturales conscientes e inconscientes, lo que implica que las emociones, especialmente las secundarias (o los sentimientos), también sean aprendidas y moduladas por el entorno sociocultural y guardan una relación de pertinencia con el contexto en el que se expresan. Su función principal es causar en nuestro organismo una respuesta adaptativa, ya sea través de sensaciones de rechazo o huida, o bien de acercamiento y aceptación.

Las emociones se pueden clasificar en emociones básicas de respuesta instintiva como la ira, la alegría, la tristeza, el miedo, el asco o la sorpresa, y en emociones secundarias o sentimientos que conllevan un componente cognitivo y cultural que complejiza su expresión y entendimiento como por ejemplo la gratitud, el respeto, el perdón, la benevolencia, la contemplación estética o bien la envidia, los celos, el odio, la frustración, la venganza, entre otros.

De ahí que, para algunos autores, tanto las emociones básicas como las secundarias, se clasifiquen en dos grandes categorías: las positivas o constructivas que producen estados de bienestar, o las negativas o aflictivas que producen estados de malestar.³⁸

³⁷ SEP. Plan y programas de estudio 2017. Óp. Cit. Pág. 304

³⁸ SEP. Plan y programas de estudio 2017. Educación Primaria. 6º. México, 2017. Pág. 437

Dentro del programa de Educación Preescolar se deben trabajar las habilidades emocionales, ya que en la actualidad la Educación se debe enfocar desde una visión humanista que sea el centro del esfuerzo formativo, tanto del contexto en que se encuentran los niños como en el sistema educativo.³⁹

Para cumplir tal objetivo del programa de Preescolar, se comenzó a trabajar la Educación Socioemocional como un proceso de aprendizaje en el cual los niños trabajan e integran en su vida las habilidades, valores, actitudes y conceptos que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar empatía, atención y cuidado hacia los demás, así como lograr un trabajo colaborativo, trabajar en equipo, establecer relaciones positivas, resolver conflictos mediante el diálogo, aprender a tomar decisiones y a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva.⁴⁰

DIMENSIONES	Habilidades asociadas a las dimensiones socioemocionales	PREESCOLAR			PRIMARIA					
					PRIMER CICLO		SEGUNDO CICLO		TERCER CICLO	
		1º	2º	3º	1º	2º	3º	4º	5º	6º
Indicadores de logro										
AUTORREGULACIÓN	Regulación de las emociones	• Utiliza estrategias para regular emociones como el enojo, el miedo o la tristeza.			• Utiliza técnicas de atención y regulación de impulsos provocados por emociones aflitivas.		• Utiliza de manera autónoma técnicas de atención y regulación de impulsos provocados por emociones aflitivas.		• Anticipa los estímulos que conllevan a un estado emocional aflitivo e implementa estrategias preventivas de regulación.	
	Autogeneración de emociones para el bienestar	• Reconoce qué lo hace sentirse alegre, seguro y feliz.			• Identifica las emociones que lo hacen sentir bien y reconoce el sentido del humor como una estrategia para reducir la tensión.		• Utiliza estrategias de toma de perspectiva en situaciones aflitivas para mantener un estado de bienestar.		• Evoca emociones positivas para contrarrestar los estados aflitivos y alcanzar el bienestar.	

41

³⁹ SEP. Plan y programas de estudio 2017. Óp. Cit. Pág. 303

⁴⁰ Ibid. Pág. 304

⁴¹ Ibid. Pág. 474

También la Educación Socioemocional en Preescolar tiene como propósito que los niños desarrollen y pongan en práctica herramientas para generar un sentido de bienestar consigo mismos para que se manejen de acuerdo con su autoconcepto y muestren también actitudes asertivas hacia sus compañeros; esto nos dará un ambiente satisfactorio en el aula, se evitara muchos problemas de conducta y el ambiente de aprendizaje será óptimo.

El gran reto sería cómo lograr todo lo anterior, y esto se aborda en el programa de Preescolar mediante experiencias prácticas y rutinas en relación a las actividades escolares, para que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos que le afecten a él mismo y a sus compañeros y así puedan lograr que su vida emocional y sus habilidades sociales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas reales y positivas a lo largo de su vida tanto escolar como familiar.⁴²

Elia López Cassa menciona que los objetivos que pueden lograrse en la etapa de Educación Preescolar son los siguientes: Favorecer el desarrollo integral de los niños y niñas, proporcionar estrategias para el desarrollo de competencias básicas para el equilibrio personal y la potenciación de la autoestima, potenciar actitudes de respeto, tolerancia y socialización, potenciar la capacidad de esfuerzo y motivación ante el trabajo, desarrollar la tolerancia a la frustración, favorecer el autoconocimiento y el conocimiento de los demás, y desarrollar la capacidad para relacionarse con uno mismo y con los otros de forma satisfactoria, desarrollar el control de la impulsividad, y

⁴² Ibid. Pág. 304

finalmente, favorecer tanto la cantidad como la calidad de las interacciones del grupo para la mejorar la relación y la unión grupal. Para lograrlo de manera eficiente es necesario la colaboración de todos los miembros de la comunidad educativa.⁴³

Respecto a las competencias emocionales que pueden desarrollarse en la Educación infantil, la autora refiere a Bisquerra y Pérez Escoda, y menciona que son la conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencia para la vida y el bienestar.

López Cassa; también argumenta que para poder desarrollar estas competencias es necesario tomar conciencia del propio estado emocional y saber expresarlo a través del lenguaje verbal y no verbal, aproximarse al desarrollo de la empatía y relacionarse de forma positiva con uno mismo y con el entorno.⁴⁴

Esta información resulta útil aplicándola al objeto de estudio, es decir, los niños del grupo de Preescolar 1 para que sean capaces de identificar sus cualidades y las de sus compañeros y muestren autonomía al proponer estrategias para jugar y aprender de manera individual y en grupo, y se pueda tener un ambiente sano dentro del aula.

De esta forma, los planteamientos del Plan 2017 en lo que se refiere a la Educación Socioemocional sirven para concientizar a los docentes de que las emociones juegan un papel importante en el crecimiento, en los aprendizajes y en el desarrollo integral de los niños en Preescolar.

⁴³ Elia López Cassa, La práctica de la educación emocional en la educación infantil. Barcelona, Universidad de Barcelona. Pág. 549

⁴⁴ Ibid. Pág. 550

2.1.4. La expresión y reconocimiento de las emociones en la Nueva Escuela Mexicana

Para poder entender la influencia que ejercen las emociones en los niños es suficiente con observar su comportamiento y su manera de hablar. En ocasiones los docentes reconocen cuando alguno de sus estudiantes presenta un cambio en su conducta o en su desempeño porque las emociones influyen en ellos.

En el caso de los niños de Preescolar 1 del CENDI Zaragoza, los niños no identifican sus emociones, sin embargo, sí las expresan por medio de golpes, agresiones y berrinches. Además, cuando se trata de hacer una reflexión respecto a su comportamiento, no tienen respuestas claras porque no saben nombrar lo que sienten. De acuerdo con esto es importante que se maneje la inteligencia emocional desde edad Preescolar, sobre todo, tomando en cuenta que es una edad en la que las emociones son muy abrumadoras y se sienten con mucha intensidad.

La inteligencia emocional engloba habilidades como el control de sus impulsos, la autoconsciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía y la agilidad mental, por ello es importante conocer y considerar las emociones propias y de las personas que nos rodean, una vez que se hizo eso se les puede manejar de la mejor manera. ⁴⁵

⁴⁵ <https://nuevaescolamexicana.sep.gob.mx/detalle-recurso/1131> (4/04/2022)

Lo anterior implica que no sólo los estudiantes deben tener inteligencia emocional, sino que también el docente debe estar muy preparado en este aspecto para saber reaccionar frente a las situaciones del aula.

El término inteligencia emocional fue utilizado por primera vez en 1990 por Peter Salloby y John Mayer, y de acuerdo con ellos se refiere a la capacidad de controlar y regular los sentimientos propios, reconocer y modificar los de otras personas y utilizarlos como guía del pensamiento y de la acción.

La IE (inteligencia emocional) comprende muchas habilidades y rasgos de la personalidad, empatía, control de nuestro carácter, independencia, la capacidad de adaptación y de resolver problemas interpersonales, persistencia, amabilidad y respeto.

Se pueden encontrar las emociones en la expresión corporal, también hay que considerar que la IE forma parte de las siete inteligencias, significa, poder dirigir las emociones y equilibrarlas, así como pensar en cómo reaccionamos frente situaciones y buscar la forma de reflexionar cuando algo no nos sale bien.

La cuestión es cómo se pueden manejar las emociones desde el programa de Educación vigente que es La Nueva Escuela Mexicana. Actualmente se plantea desde un punto crucial en el crecimiento profesional y personal de la infancia en México, es decir, desde la perspectiva de la salud mental, pues el gobierno reconoce que actualmente se vive en nuestro país un ambiente de violencia, Bullying y drogas desde edades muy tempranas, lo cual no garantiza un futuro sólido o próspero para los ciudadanos y ciudadanas del país. Las soluciones a esta problemática fueron

establecidas en las leyes de implementación normativa del Acuerdo Educativo Nacional, y se argumenta que será posible a través del fortalecimiento de la autoestima, sentido comunitario, orgullo por su identidad cultural y étnica, y finalmente amor a México.

Respecto a lo anterior el Acuerdo Educativo Nacional menciona que;

*“Las habilidades socioemocionales en este nuevo enfoque se encuentran presentes en los valores que se buscan inculcar dentro de los planteles educativos y al procurar la participación de los padres de familia y los maestros en el proceso educativo de los niños menores de edad, promoviendo una integración entre las familias y la comunidad”.*⁴⁶

Los valores que se mencionan como prioridad son la honestidad, la libertad, el respeto, la tolerancia, entre otros, ya que promueven una cultura de paz y forjan parámetros sanos de convivencia.

En pocas palabras, se busca prevenir las problemáticas relacionadas con la violencia, sin embargo, no se abordan soluciones desde la perspectiva de la mejora de las problemáticas que ya están presentes.

Tomando en cuenta lo anterior, con una Educación en las emociones podemos prevenir problemas posteriores porque si nosotros como docentes proporcionamos a los niños

⁴⁶<https://www.blog.cloud9worldmexico.com/post/el-enfoque-de-las-habilidades-socioemocionales-en-la-nueva-escuela-mexicana> (4 /04/2022)

las estrategias que necesitan durante su desarrollo, les van a servir para enfrentarse experiencias que la vida les va presentando.

En el caso de los niños de Preescolar 1 del CENDI Zaragoza, los niños necesitan saber cómo pueden establecer una negociación, como llegar a un acuerdo con sus compañeros sin llegar a la violencia, necesitan conocer sus sentimientos y aceptar que son diferentes a los de sus compañeros, además de desarrollar una mayor autonomía y así por consecuencia una sana autoestima, necesitan tener una Educación en valores que es una forma de atender los sentimientos, dado que ellos recurren a la violencia para obtener lo quieren y al berrinche para expresar lo que sienten.

2.1.5. La expresión y reconocimiento de las emociones para mejorar la conducta en el aula.

Gonzalo Hervás y Gabriel Moral refieren las palabras de Gross para definir la regulación emocional *“se refiere a aquellos procesos por los cuales las personas ejercemos una influencia sobre las emociones que tenemos, sobre cuándo las tenemos, y sobre cómo las experimentamos y las expresamos”*.⁴⁷

Por su parte Aitziber Pascual Jimeno y Susana Conejero López argumentan que la regulación emocional se define como *“los procesos externos e internos responsables de monitorizar, evaluar y modificar nuestras reacciones emocionales para cumplir nuestras metas”*⁴⁸. Los autores agregan que:

⁴⁷ Gross, J. *Emotion regulation: past, present, future. Cognition and Emotion*. EUA, 1999. Pág. 275, citado por Gonzalo Hervás y Gabriel Moral. *Regulación emocional aplicada al campo clínico*. Madrid, 2017. Pág. 3

⁴⁸ Aitziber Pascual Jimeno y Susana Conejero López. *Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias*. España, 2019. Pág. s/n

Las personas activan procesos de regulación emocional en base a una necesidad o una meta, ya sea ésta consciente o inconsciente. En muchas ocasiones la meta es reducir un estado afectivo negativo porque se ha vuelto muy intenso o duradero, pero pueden existir otras metas. De hecho, en algunos casos la meta puede ser reducir un estado emocional positivo, por ejemplo, porque no encaja en una situación social determinada.⁴⁹

Por lo tanto, el desplazamiento de una conducta negativa por una positiva se da porque existe un vínculo entre los pensamientos, las emociones y la conducta.⁵⁰

En las aulas, muchas veces los niños sienten incomodidad, se sienten fuera de control, experimentan una emoción y no saben qué es, aprender a identificar esos sentimientos y a darles un nombre será el primer paso para que ellos tengan más opciones en cuanto a cómo responder ante esos sentimientos. Respecto a esto es conveniente mencionar que la identificación y regulación de las emociones puede ocurrir en dos momentos: 1. Mientras se está experimentando la emoción, o bien 2. Antes de que ésta suceda y en diversas ocasiones la regulación emocional no es voluntaria ni

⁴⁹ Ídem.

⁵⁰ Ídem.

planificada,⁵¹ es por ello por lo que los estudios se refieren a dos términos distintos para poder diferenciar los momentos en los que las emociones pueden ser modificadas.

El primer término es afrontamiento, el segundo la regulación emocional, y ambos tienen una relación estrecha, dado que para lograr una regulación emocional se requieren estrategias de afrontamiento activo. Estos dos términos suelen confundirse e intercambiarse con frecuencia.

Pascual y Conejero definen el afrontamiento como “un conjunto de esfuerzos dirigidos a manejar del mejor modo posible (reduciendo, minimizando, tolerando o controlando) las demandas internas y ambientales excesivas o estresantes”.⁵² Esta modificación emocional atiende sobre todo a las demandas abrumadoras, se ha estudiado en relación con el estrés, la enfermedad, la familia y el trabajo, además se considera que ésta corresponde a situaciones donde se requieren un periodo de tiempo más largo, por ejemplo el afrontamiento de la muerte de un ser querido.

Por su parte la regulación emocional designa a un esfuerzo de las personas por liberarse de experiencias emocionales que no necesariamente se limitan a experiencias negativas o desagradables, es decir, abarca todo tipo de emociones

Elia López Cassa resalta la importancia de la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner, donde se destaca la inteligencia interpersonal y la inteligencia intrapersonal.

⁵¹Aitziber Pascual Jimeno y Susana Conejero López. Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. España, 2019. Pág. s/n

⁵² Ídem.

La inteligencia interpersonal es la capacidad para establecer interacción con las demás personas, estimular el sentimiento de empatía, establecer relaciones sociales satisfactorias, etc. Así como también la inteligencia intrapersonal la cual se refiere al conocimiento de uno mismo, es la capacidad de reconocer los propios sentimientos y emociones, ponerles nombre y expresarlas de forma sana, capacidad por quererse a uno mismo y aceptar las propias limitaciones, regular nuestras emociones e impulsos, etc.⁵³ En palabras textuales de la autora: *“Cuando hablamos de educar emocionalmente significa validar las emociones, empatizar con los demás, ayudar a identificar y a nombrar las emociones que se están sintiendo, poner límites, enseñar formas aceptables de expresión y de relación con los demás, quererse y aceptarse a uno mismo, respetar a los demás y proponer estrategias para resolver problemas.”*⁵⁴

2.1.6. Estrategias didácticas para la expresión y reconocimiento de las emociones.

Es importante que en el transcurso de los primeros años de la vida de los pequeños se lleve a cabo una metodología educativa basada en las experiencias propias, en las actividades que realicen sobre su entorno y lo que en él se encuentra, y, ante todo, basada en el juego; todo ello siempre en un ambiente cálido, de afecto y confianza que otorgue a los niños la seguridad necesaria para realizar las actividades que repercutirán en el afianzamiento de los aprendizajes.

⁵³ Elia López Cassa. La educación emocional en la educación infantil. España, 2005. Pág. 156

⁵⁴ Ídem.

Las estrategias que se trabajarán favorecen los procesos de:

1. Construcción de la identidad
2. Comprensión y regulación de las emociones
3. Establecimiento de las relaciones interpersonales

Con estos procesos los niños lograrán un dominio gradual como parte de su proceso socioemocional, los cuales se favorecen si los niños tienen las siguientes oportunidades.

1. Identificar características personales tanto físicas como en modos de ser
2. Reconocer lo que pueden hacer sin ayuda y solicitarla cuando lo necesiten
3. Participar en actividades de grupo y de la escuela para que expresen sus ideas, las defiendan y en situaciones de conflicto identificar sus reacciones, controlar sus impulsos y dialogar para resolverlos
4. Expresar sus opiniones acerca de situaciones sociales
5. Proponer acuerdos para la convivencia

Estos procesos se crean en un ambiente en el que las oportunidades se convierten en formas permanentes de actuar e interactuar.

A continuación, las estrategias que se utilizarán para tales fines:

El juego: Es una estrategia indispensable para aprender habilidades sociales y reguladoras, sobre todo el juego simbólico.

Por otra parte, las actividades o juegos donde asuman una responsabilidad también aportan a este objetivo, se recomiendan actividades que impliquen representación de situaciones de su casa, de su familia y al final comentar cómo se sintieron.

A propósito de esto, el Programa Aprendizajes Clave para la Educación Preescolar menciona que: “La dramatización y el juego de roles son una estrategia que puede ser útil para hablar, compartir y aprender a regular conductas”.⁵⁵

En el juego los niños pueden explorar materiales, solucionar problemas y trabajar juntos sobre sus ideas.

Las asambleas: organizar asambleas para que expresen su opinión o puntos de vista de un tema en especial. Procurar que no todos los niños participen el mismo día, porque se pierde el interés de la actividad.

La autonomía: Se requiere desarrollar prácticas de cuidado personal, guardar el material que usa, hacerse cargo de sí mismo y sus pertenencias, hacer tareas escolares sencillas de forma independiente. Identificar y seguir reglas en el salón y dentro de la escuela. Realizar y terminar sus trabajos y tareas.⁵⁶

Con lo anterior se favorece la expresión de ideas, la resolución de problemas y hacerse cargo de sí mismos.

El autoconocimiento: para favorecer los procesos de identidad, identificar en qué se parecen a otras personas y compañeros, esto le ayuda a crear un sentido de identidad y pertenencia. Estas experiencias ayudan a pensar acerca de sí mismo, descubren nuevas cualidades y esto les ayuda a tener confianza en sus capacidades.

Es necesario que en todas las actividades se les haga saber a los niños lo que van logrando, ayudarlos a identificar sus cualidades, alentarlos a ser perseverantes

⁵⁵ Programa Aprendizajes Clave para la Educación Preescolar. SEP. Plan y programas de estudio 2017. México, 2017. Pág. 321

⁵⁶ Ibid., pág. 322

evitando hacer las cosas por ellos, y de esta forma el darse cuenta de que pueden hacerlo contribuye a desarrollar su confianza autonomía y tener un buen autoconcepto.

La autorregulación: Será necesario reconocer emociones, compartir necesidades, hablar de cómo sus palabras tienen efectos positivos o negativos, aprender técnicas para contener impulsos, para ello, el Programa 2017 agrega que:

Las historias, canciones y rimas pueden ayudar a los niños a dar nombres a las emociones y sentimientos; compartir con otros compañeros y percatarse que otros niños también sienten lo que ellos; conocer las historias que se generen en el aula les ayuda a tener más claros sus pensamientos y sentimientos”.⁵⁷

También se debe hablar y razonar para resolver conflictos, aprender a esperar su turno en actividades y juegos, utilizar los cuentos y canciones como recurso, después proponer que comenten acciones o escenas específicas que aborden emociones como disfrutar, el miedo, la tristeza o el enojo. Será prudente hacerles preguntas como “¿Por qué los personajes sienten miedo? ¿Alguna vez han sentido miedo? ¿Qué han hecho cuando han sentido miedo?”

Ayudarlos a construir frases que expresen orgullo, alegría, temor, vergüenza. Por ejemplo, de situaciones cotidianas “estoy triste si...” “me pongo contento cuando...”

⁵⁷ Programa Aprendizajes Clave para la Educación Preescolar. SEP. Plan y programas de estudio 2017. México, 2017. Pág. 320

“en la escuela me enoja que...”. Resolver problemas y conflictos, proponer actividades retadoras, experimentar técnicas para el control de impulsos y conductas agresivas para que comprendan que ellos pueden hacer algo para calmarse y tener el control de sí mismo.⁵⁸

La empatía: Hablar sobre cómo les gustaría que los apoyaran en ciertas circunstancias o cómo lo harían ellos con sus compañeros. Jugar con diferentes amigos durante la semana.

El Programa 2017 dice que “*Cuando se presente algún suceso en el aula o la escuela intentar ponerse en su situación y pensar cómo se sentirían si les hubiera pasado a ellos*”.⁵⁹ También aquí es prudente proponer los juegos de responsabilidad por turno y al final preguntar cómo se sintieron en cada uno de los papeles que desempeñaron.

La colaboración: Compartir experiencias personales, tener responsabilidad en diferentes actividades, proponer qué hacer en un conflicto, tarea o dificultad. Elaborar acuerdos para una buena convivencia. Cuando se trabaja en colaboración se entiende que “*el trabajo y juego en pequeños grupos propicia que los alumnos aprendan a interactuar de manera correcta con otros, trabajar en forma cooperativa, escucharse unos a otros, negociar y resolver conflictos*”⁶⁰

⁵⁸ Programa Aprendizajes Clave para la Educación Preescolar. SEP. Plan y programas de estudio 2017. México, 2017. Pág. 321

⁵⁹ Ibid., pág. 323

⁶⁰ SEP. Plan y programas de estudio 2017. México, 2017. Pág. 325

2.2. ¿ES IMPORTANTE RELACIONAR LA TEORÍA CON EL DESARROLLO DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA DIARIA EN EL CENTRO ESCOLAR?

Sí, es importante, porque con una correcta regulación emocional van a disminuir las malas conductas dentro del aula, el niño sabrá cómo actuar en determinada situación a partir de que ya tuvo un entrenamiento para conocer, reconocer y validar sus emociones frente al grupo o con alguno de sus compañeros, estas acciones muchas veces los docentes del centro de trabajo no las realizan porque se enfocan en calmar la situación y no en atender la emoción del niño en ese momento, si se atendiera con interés lo que el niño siente y el por qué, se estaría validando su emoción, el niño se sentiría atendido y aprendería a expresar sus emociones por medio de la comunicación además de modificar su comportamiento.

En consecuencia los niños tendrían una buena IE, la cual se refleja en la manera de conducirse adecuadamente cuando surge un problema, tratar de llegar a un acuerdo para resolver el conflicto entre compañeros sin recurrir a las agresiones, ya que las ventajas de una buena conducta son observables y las detectamos cuando los niños no tienen dificultad para enfocarse en lo que están haciendo, completan una tarea, tienen tolerancia a la frustración, toman decisiones, siguen instrucciones, no se aferran al adulto y juegan con otros niños.

Estas características no se trabajan en las aulas de mi Centro Educativo porque las docentes se enfocan en otras cosas soslayando estos aspectos, no contribuyen a esta formación porque no visualizan la importancia que tienen en cambio, si se trabajaran

de forma consciente para lograr una buena educación emocional, impactaría en un ambiente favorable para el aprendizaje.

Además, en cuanto a la expresión y reconocimiento de las emociones para mejorar la conducta en el aula se considera que si los docentes intervienen en la promoción de la autorregulación pueden favorecer que los niños sigan reglas y estén atentos en las actividades cotidianas.

Otro punto a considerar es que los niños en su proceso de desarrollo y en la evolución de su pensamiento van aprendiendo poco a poco a gestionar sus emociones y entender lo que sucede a su alrededor y muchas veces no tienen la capacidad para definir qué está bien y qué no, y es aquí donde el papel del docente resulta indispensable proporcionando la ayuda para guiarlos, interviniendo en el proceso de descubrir las actitudes, los valores y las reglas que deberán aprender en su formación integral, sin embargo no se lleva a cabo en el CENDI Zaragoza, por lo tanto los docentes de este Centro requieren capacitación en las estrategias didácticas para el logro de los objetivos que son el motivo de esta investigación y reconocer la importancia del reconocimiento y expresión de las emociones.

2.3. ¿LOS DOCENTES DEL CENTRO DE TRABAJO AL CUAL PERTENECE, LLEVAN A CABO SU PRÁCTICA EDUCATIVA EN EL AULA BAJO CONCEPTOS TEÓRICOS?

No, porque los docentes del Centro de Desarrollo Infantil necesitan capacitación debido a que no cuentan con estos conocimientos en sus prácticas, no se actualizan, no toman cursos, talleres, etc., y las prácticas que llegan a realizar no las hacen de

forma consciente con el propósito bien fundamentado para lograr una buena educación socioemocional. Por el contrario, son prácticas que se realizan por costumbre, sin un objetivo definido, no se reconocen los beneficios y características de una buena conducta, si todo esto se llevara a cabo con una metodología nos daría como consecuencia un ambiente enriquecedor y propicio para el aprendizaje.

Es así como la importancia de la regulación de emociones para mejorar la conducta en el aula y los beneficios de una correcta Educación socioemocional son fundamentales ya que la ausencia de esta crea como consecuencia la falta de manejo de grupo, además de agresiones y violencia por no saber controlar impulsos.

Es más importante aún que los docentes cuenten con el conocimiento teórico para que puedan llevarlo a la práctica de manera fundamentada y sistematizada y se logren así los objetivos del perfil de egreso de la Educación Preescolar.

CAPÍTULO 3. UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN AL PROBLEMA

3.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA

Taller el baúl de las emociones para el reconocimiento y expresión de las emociones para mejorar la conducta en niños de Preescolar 1.

3.2. JUSTIFICACIÓN PARA LLEVAR A CABO LA PROPUESTA

Este taller favorece a los niños de Preescolar 1 por que sus emociones se ven afectadas por las dinámicas que tienen en su casa, y muchas veces llegan a la escuela sin buena disposición, enojados, haciendo berrinches, se enganchan con sus emociones y se desbordan perdiendo el control y esto les afecta en sus relaciones con los demás, es por eso por lo que este taller les va a ayudar a mejorar sus habilidades socioemocionales y va a mejorar su aprendizaje.

En la medida que el niño pueda reconocer sus sentimientos y emociones va a poder desplazar una conducta negativa y transformarla por una positiva. Favorecerá su relación con los demás desarrollando las habilidades comunicativas. Cuanto más pronto el niño aprenda a reconocer regular y expresar sus emociones, tendrá mejor respuesta ante los conflictos que se le presenten a lo largo de la vida.

3.3. ¿A QUIÉN FAVORECE LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA?

A los niños de Preescolar 1 del CENDI Zaragoza en la Alcaldía de Iztapalapa. Porque tendrán una buena motivación para asistir a la escuela, el aprendizaje lo tomarán como algo interesante y no como una situación incómoda para ellos, ya que van a mejorar sus relaciones interpersonales y tendrán un buen aprendizaje.

3.4. CRITERIOS ESPECÍFICOS QUE AVALAN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA EN LA ESCUELA

La implementación de la propuesta está autorizada por la directora del CENDI Zaragoza, Maestra Consuelo Solorza, se llevará a cabo durante 10 sesiones, una vez a la semana con una duración de 30 minutos por sesión. Será impartida por la titular del grupo.

3.5. LA PROPUESTA

3.5.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA

Taller: el baúl de las emociones para el reconocimiento y expresión de los sentimientos para mejorar la conducta en niños de Preescolar 1.

3.5.2. Objetivo General

La propuesta se diseñó con el objetivo de mejorar la conducta a través del reconocimiento de las emociones de los niños de Preescolar 1 pretende ser útil para

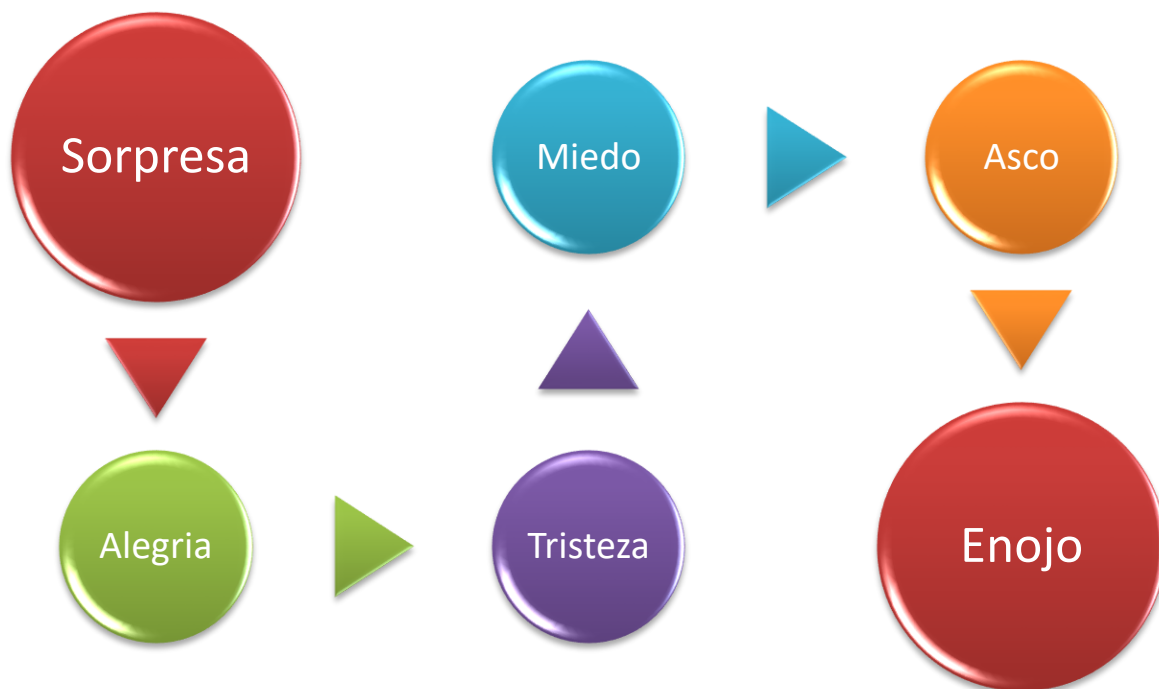
canalizar mejor sus emociones favoreciendo sus relaciones interpersonales, aprender a vincularse de manera asertiva con los demás, a negociar a través del diálogo, y a largo plazo con un trabajo constante aprenda a resolver sus propios conflictos.

3.5.3. Alcance de la propuesta

Los niños van a potenciar el desarrollo de su Educación Socioemocional, van a ser capaces de conocer y regular sus emociones para alcanzar metas sociales, familiares y emocionales.

3.5.4. Temas Centrales que construyen la propuesta

Las emociones más comunes en los niños



3.5.4. Características del Diseño

Título Yo me molesto y te molesto.	Desarrollo Se comenzará con un juego de caras y gestos donde los niños se familiaricen y comprendan los diferentes rostros que expresen tristeza, alegría, ira, etc. Posteriormente se harán breves representaciones de la vida cotidiana que desencadenan enojo. Se invita a los niños a realizar una reflexión de cómo reaccionan cuando están enojados y que lo representen a sus compañeros, después se hace énfasis en reconocer cuáles acciones son perjudiciales para ellos y sus semejantes. Como actividad final se pide a los alumnos que realicen un dibujo donde describan sus acciones al responder con enojo.
Estrategia didáctica Juego de roles	Técnica de Evaluación Rubrica
Temática Enojo	Producto de la sesión Dibujo donde el niño reconozca cuándo realiza acciones por enojo o por molestia.

Título ¿Cuándo me siento triste?	Desarrollo Se les pregunta a los niños ¿Por qué lloramos? Todos escuchan con atención a sus compañeros, cada uno participa esperando su turno. Se formará un círculo con los niños sentados en el suelo y la maestra narra el cuento del patito feo para todo el grupo, se mostrarán y explicarán las ilustraciones, posteriormente la maestra pregunta a los niños cómo creen que se siente el patito del cuento, los niños dan su opinión ordenadamente, con ayuda reflexionarán cuáles son los momentos del cuento en los que el patito esta triste.
Estrategia Didáctica Cuento	Técnicas de evaluación Escala de actitudes
Temática Tristeza	Producto de la sesión Modelado con plastilina de un rostro triste.

Título El vagón de la alegría	Desarrollo. Cantaremos la canción “el tren de la alegría” y los niños participarán formando un trenecito. Con cajas de cartón de huevo se elabora con los niños el tren de las emociones, se decora cada caja con un color distinto (alegría, verde-asombro, rosa-miedo, azul-tristeza, rojo-enojo) y se explica que cada vagón pertenece a una emoción. Empezamos a empapelar el vagón de la alegría, al terminar en el vagón de la alegría cada uno va a ir mencionando qué le causa alegría, y así sucesivamente.
Estrategia didáctica Trabajo en equipo	Técnicas de evaluación Preguntas sobre el procedimiento
Temática Alegría	Producto de la sesión. Vagón de caja de cartón empapelado y decorado.

Título El cofre del tesoro	Desarrollo Se les pide a los papás con anticipación una cajita de zapatos decorada llamativamente, la cual contendrá un pequeño espejo pegado dentro de la misma. La maestra debe proporcionar a cada niño su respectiva caja. Se hará una narración explicando que aquello que se encuentra dentro de la caja es un tesoro que tienen los papás. Después cada niño menciona características de sí mismos, de su forma de ser, con quién conviven, que les gusta hacer etc., al final se les pedirá que abran el cofre para que vean lo que hay dentro, al hacerlo en el momento se les pedirá que observen bien su cara en el espejo y se explica que esa cara es de sorpresa, porque es algo que no esperaban. Se realizará con ayuda de la maestra una reflexión de qué otras situaciones nos causan sorpresa, cada niño podrá participar de forma ordenada.
Estrategia didáctica Me reconozco	Técnica de evaluación Registro anecdótico
Temática sorpresa	Producto de la sesión Elaborar imágenes de rostros con expresión de sorpresa, elaborados por los niños con técnica de pintura con los dedos.

Título ¿Qué es el miedo?	Desarrollo ¿Preguntar a los niños qué les hace sentir miedo? Escuchar las respuestas de los niños de manera ordenada. El niño observará la escenificación por las maestras del cuento el monstruo azul, al terminar cada niño va a mencionar por qué tenía miedo el monstruo, con ayuda de la maestra, deberán reflexionar qué se siente cuando tenemos miedo, qué siente nuestro cuerpo, qué cambios tenemos en ese momento, explicarles que podemos controlarlo por medio de respiraciones.
Estrategia didáctica Escenificación	Técnica de evaluación Diario de trabajo
Temática Miedo	Producto de la sesión Elaborar un monstruo de color con tubo de cartón de papel de baño

Título Cosas que me dan asco.	Desarrollo Preguntar a los niños ¿qué es el asco? ¿qué cosas nos producen asco? Cada niño va a mencionar en qué momentos lo sienten. Los niños observarán una función de teatro guiñol en la cual los personajes interpretarán situaciones del tema. ¿Entre todos se hace una reflexión de qué les dio asco a los personajes y por qué?
Estrategia didáctica Tetro guiñol	Técnica de evaluación Lista de cotejo
Temática Asco	Producto de la sesión Elaboren globos con harina para hacer caritas de las emociones

Título El álbum de las emociones	Desarrollo Explicar a los niños que vamos a confeccionar un álbum de fotografías de la clase en el que aparezcan reflejadas las diferentes emociones que sentimos a lo largo del día. Tomaremos fotos con el permiso de los padres a lo largo de la jornada escolar en las que aparezcan los niños del aula en diferentes momentos del día y expresando diferentes tipos de emociones. Haremos fotos cuando sonrían, cuando se enfaden, cuando lloren, cuando se asusten, etc., También podemos incluir fotos de la maestra que también este expresando alguna emoción. Así como también sus papás pueden colaborar con fotografía de ellos mostrando alguna emoción (pedirlas con anticipación). Confeccionaremos el álbum con la ayuda de los niños, nos aseguraremos de queden reflejados todos ellos y todas las emociones posibles.
Estrategia didáctica	Técnica de evaluación Diario clase
Temática Las emociones	Producto de la sesión Álbum de las emociones nos aseguraremos de queden reflejados todos ellos y todas las emociones posibles.

Título La cajita de las emociones	Desarrollo Invitar a los niños a ver un video “¿Para qué sirven las emociones?” (YouTube fundación pas). Comentaremos acerca del video, de lo que les sucedió a los personajes y qué sentían al estar en tal o cual situación, esto les ayudará a comprender mejor las emociones. Presentaremos a los niños la cajita de las emociones, es una caja que tiene adentro muchas pelotitas, cada pelotita tiene el color y la cara de una de las emociones que hemos visto, la maestra va a sacar una pelotita sin ver, la muestra a los demás y menciona la emoción, por ejemplo, alegría y hablará de una situación que en el video se relacione con esa emoción después cada uno de los niños pasará a sacar una pelota y hará el mismo procedimiento.
Estrategia didáctica	Técnica de evaluación Diario de trabajo
Temática Para que sirven las emociones	Producto de la sesión Elabore un collage de imágenes con las emociones que vimos.

Título El rally de las emociones	Desarrollo Se colocarán en el salón 4 estaciones con las diferentes emociones y en cada una se realizará alguna actividad para aprender a regular la emoción que corresponde a la estación en la que se encuentren. En la estación de la alegría se dispondrá un espacio donde los niños se van a poner a bailar, en la estación del enojo aprenderán a controlar el enojo a través de la técnica de la botella de la calma, en la estación de la tristeza, se trabajarán actividades donde el niño pueda expresar por qué se siente triste y por medio de un dibujo con música relajante pueda cambiar su estado de ánimo. En la estación del miedo podemos expresar qué nos causa miedo y qué podemos hacer para dejar de sentirlo, por ejemplo, por medio de respiraciones, relajamiento de nuestro cuerpo, música suave, etc., al final del rally todos expresaran de forma ordenada sus experiencias.
Estrategia didáctica Rally	Técnica de evaluación Registro anecdótico
Temática Control de emociones	Producto de la sesión Elaborar una botella de la calma.

Título Ruleta de las emociones	Desarrollo Presentar a los niños la ruleta de las emociones, hay que explicar que giraremos la ruleta para ver qué emociones nos toca representar. Pasará cada uno de forma ordenada, gira la ruleta y cuando pare, observaremos todos de que emoción se trata, ejemplo: alegría, expresar con el rostro y cuerpo la alegría, cada uno puede ir mencionando qué le causa alegría, y así sucesivamente con cada una de las emociones.
Estrategia didáctica Juego de azar	Técnica de evaluación Rubrica
Temática Reconocimiento de emociones	Producto de la sesión Pintura con acuarelas de diferentes rostros expresando una emoción.

3.5.5. ¿Qué se necesita para aplicar la propuesta?

Para realizar la propuesta se va a necesitar el siguiente material:

Sesión 1.-Hojas blancas, crayolas.
Sesión 2.- Cuento “El patito feo”, plastilina de diferentes colores, tablas para plastilina.
Sesión 3.- Grabadora, memoria con canciones, caja de cartón (de huevo) papel lustre y crepe de color amarillo, resistol, stickers para decorar.
Sesión 4.- Cajita pequeña decorada por la mamá o el papá en forma de cofre con un espejito pegado dentro de la caja, cartulina blanca, pinturas de témpera, toallitas de papel.
Sesión 5.- Ropa adecuada para caracterización del cuento el monstruo azul, ropa de color azul, careta del monstruo azul, tubo de cartón de papel de baño, pintura azul de agua, brocha, marcador negro.
Sesión 6.- Teatrino, muñecos guiñoles de personas y animalitos, ilustraciones de cosas que nos producen asco, grabadora, globos del número 7, harina, embudo, marcador negro.
Sesión 7.- Cuaderno de papel marquilla de 50 hojas, fotografías impresas de los niños, de los papás y de las maestras expresando diferentes emociones, celular para tomar fotografías, resistol adhesivo en barra, calcomanías pequeñas.
Sesión 8.- Cañón o pantalla para proyectar un video, caja de cartón pequeña, pelotas de unicel de color amarillo que llevan dibujadas diferentes emociones, imágenes de revistas (o impresas) de rostros con diferentes emociones, papel bond, resistol en barra.
Sesión 9.- Grabadora, memoria con música alegre para niños, botellas de calma elaboradas con anticipación, música tranquila, cartulinas blancas, crayones, plumones, botella de plástico, agua, diamantina de color claro, pegamento con diamantina, color vegetal.
Sesión 10.-Ruleta elaborada con ilustraciones de rostros de diferentes emociones, cartulina blanca, acuarelas, pinceles.

3.6. MECANISMO DE EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO EN EL DESARROLLO DE LA PROPUESTA

Título ¿Qué es el miedo?	Desarrollo ¿Preguntar a los niños qué les hace sentir miedo? Escuchar las respuestas de los niños de manera ordenada. El niño observará la escenificación por las maestras del cuento el monstruo azul, al terminar cada niño va a mencionar por qué tenía miedo el monstruo, con ayuda de la maestra, deberán reflexionar qué se siente cuando tenemos miedo, qué siente nuestro cuerpo, qué cambios tenemos en ese momento, explicarles que podemos controlarlo por medio de respiraciones.
Estrategia didáctica Escenificación	Técnica de evaluación Guía de observación Fecha de observación: Aprendizajes Esperados: • Reconoce y nombra situaciones que le generan alegría, seguridad, tristeza, miedo o enojo, y expresa lo que siente. Aspectos para evaluar:
Temática Miedo	Producto de la sesión Elaborar un monstruo de color azul con tubo de cartón de papel de baño.

No.	Aspectos para evaluar	Registro de cumplimiento			Observaciones	
		Siempre	A veces	Se le dificulta hacerlo		
1.-	Da nombre a las emociones.					
2.-	Expresa en qué situaciones siente miedo.					
3.-	Nombra alguna parte de su cuerpo en donde sienta la emoción.					
4.-	Reflexiona que puede hacer cuando siente miedo.					
5.-	Utiliza estrategias para regular emociones como el miedo.					

3.7. RESULTADOS ESPERADOS CON LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA

Que los niños conozcan, identifiquen y regulen sus emociones supondrá un gran avance a la hora de saber controlar distintas situaciones que puedan tener en la escuela y a lo largo de su vida.

Es importante, que los niños construyan su aprendizaje equivocándose y sobre todo sintiéndose seguros, sabiendo que las emociones forman parte de nosotros y que podemos entrenarlas, la finalidad de las actividades es que los niños puedan reconocer sus emociones y así poder controlarlas.

Es por ello, que las emociones juegan un papel muy importante en el desarrollo de las competencias sociales, el poder regularlas les ayudará a ser capaces de tener empatía con sus compañeros favoreciendo la comunicación, en la medida que el niño pueda entender y expresar lo que siente, entonces podrá controlar y manejar sus impulsos para no dañar a otros, establecer acuerdos y poner límites a determinadas situaciones, así como tener motivación para hacer las cosas y lograr metas.

CONCLUSIONES

- En el **Primer Capítulo**; se especifica que el CENDI se encuentra en una zona complicada por tratarse de la Alcaldía de Iztapalapa, donde la mayoría de sus colonias o barrios son conflictivos a causa de las dinámicas que se dan por ser una zona de bajos recursos, ya que predominan el comercio informal, la venta de drogas, los asaltos, falta de seguridad, etc., sin embargo este tipo de problemas en el contexto en que se encuentra el centro de desarrollo infantil no afecta en el aprendizaje y desarrollo de los niños dentro de la institución porque es muy independiente de la comunidad, ya que no se tiene ningún tipo de contacto por la seguridad de los niños.
- La problemática que se presenta en la institución es mas de índole familiar y escolar que del contexto de la escuela. Siendo el tema la regulación de la conducta mediante el reconocimiento de las emociones es necesario llevar a cabo todas las acciones pertinentes para lograr los objetivos de la investigación.
- En el **Segundo Capítulo**; hace referencia a que en la medida que los niños conozcan, entiendan y expresen sus emociones facilitaran la aparición de las conductas apropiadas, ya que la expresión de las emociones permite predecir el comportamiento derivado de las mismas y esto les da una gran importancia a los procesos de las relaciones interpersonales ya que saber manejar nuestras

emociones adecuadamente es primordial para para nuestro bienestar y nuestras relaciones con los demás.

- Se le debe dar importancia a las emociones en la Educación, y el desarrollo temprano de la regulación emocional, esto nos dará la pauta para moldear de manera positiva la conducta.
- Que los niños conozcan, identifiquen y regulen sus emociones le ayuda a saber cómo actuar ante diversas situaciones que se le presenten a cada momento, dentro del aula, en su casa, con las personas que le rodean, con sus compañeros, familiares etc. Específicamente en la resolución de conflictos. Y así se formarán como adultos competentes y productivos académica y laboralmente hablando.
- Las estrategias didácticas para regular las emociones se deben llevar a cabo tomando en cuenta lo que se plantea en los planes y programas de estudio vigentes ya que son la columna vertebral para lograr la Educación socioemocional de los niños en Preescolar.
- En el **Tercer Capítulo**, la propuesta que aquí se presenta pretende mejorar la conducta de los niños a través del reconocimiento de las emociones, tomando en cuenta la investigación que se realizó del por qué es importante la regulación emocional y cómo favorece el desarrollo integral del niño.
- Los niños van a aprender a conocer, expresar y regular sus emociones construyendo su aprendizaje sin temor a equivocarse, porque si se les da la oportunidad de validar sus emociones, se van a sentir seguros y esto ayuda en el aprendizaje.

BIBLIOGRAFÍA

CAMPOS, J., & BARRETT, K. Toward a new understanding of emotions and their development. New York, Cambridge University Press, 1984.

COLE, P., MICHEL, M. & TETI, L. The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. EUA, Monographs of The Society for Research in Child Development, 1994.

GOLEMAN, D. (1995). La inteligencia emocional. En Carballo, S. (2006). Educación de la expresión de la sexualidad y la inteligencia emocional en niñas, niños y adolescentes con derechos. Actualidades Investigativas en Educación, 6(3).

GOLEMAN, D. Inteligencia emocional. Barcelona, Kairós, 1996, pág. s-f. citado en SEP. Consejo Técnico escolar tercera sesión ordinaria. Ciclo escolar 2021- 2022. Educación Preescolar. México, 2022.

GÓMEZ, O., & CALLEJA N. “Regulación emocional: definición, red nomológica y medición”. Revista Mexicana de Investigación en Psicología 8, 1. México, Universidad Nacional Autónoma de México, 2016.

HERRARA, A. La educación emocional desde la etapa preescolar. Ed. 16, España, Aula Idea, 2015.

MORALES, G. Regulación emocional, concepto estrategias y aplicaciones en la relación de ayuda. España, Universidad de las Islas Baleares, 2014.

SEP. Plan y programas de estudio 2017. México, 2017.

REFERENCIAS DE INTERNET

<https://senderoartesmarciales.com/iztapalapa-se-convierte-en-la-alcaldia-mas-deportiva-de-la-cdmx/>

<https://mr.travelbymexico.com/677-cdmx/>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Iztapalapa>

<http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM09DF/delegaciones/09007a.html>

<http://www.paot.org.mx/centro/programas/delegacion/iztapal.html>

<https://www.timeoutmexico.mx/ciudad-de-mexico/que-hacer/10-lugares-imprescindibles-de-iztapalapa>

http://sic.gob.mx/ficha.php?table=museo&table_id=547

<https://datamexico.org/es/profile/geo/iztapalapa#calidad-vida>

<https://senderoartesmarciales.com/iztapalapa-se-convierte-en-la-alcaldia-mas-deportiva-de-la-cdmx/>

<http://www.inafed.gob.mx/work/enciclopedia/EMM09DF/delegaciones/09007a.html>

<https://www.animalpolitico.com/2011/04/los-otros-cristianos-de-iztapalapa>

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/32197/Distrito_Federal_007.pdf

<https://nuevaescuelamexicana.sep.gob.mx/detalle-recurso/1131>

<https://www.blog.cloud9worldmexico.com/post/el-enfoque-de-las-habilidades-socioemocionales-en-la-nueva-escuela-mexicana>

<https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/html/>