



**SEP**  
SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD UPN 096 CDMX- NORTE

Detección del estrés infantil en el proceso de aprendizaje en niños de preescolar.

PROYECTO DE INOVACION PEDAGOGICA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LICENCIADO EN EDUCACIÓN PREESCOLAR PLAN 2008

PRESENTA:

IMELDA EDITH SÁNCHEZ MALDONADO

ASESOR (A)

DRA. CLAUDÍA ALANIZ HERNÁNDEZ

Ciudad de México noviembre 2022



**SEP**  
SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD UPN. 096 CDMX-NORTE

Detección del estrés infantil en el proceso de aprendizaje en niños de preescolar.

IMELDA EDITH SÁNCHEZ MALDONADO

Proyecto de innovación Pedagógica  
Presentado para obtener el título de Licenciada en Educación Preescolar

Ciudad de México, 2022

# INDÍCE

Capítulo I Marco Teórico .....	6
1.1 Desarrollo infantil .....	6
1.3 Desarrollo emocional.....	10
1.3.1 ¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional? .....	12
1.3.2 La dimensión emocional del conocimiento.....	14
1.4 Estrés infantil.....	16
1.4.2 El estrés como respuesta a una emoción.....	17
1.4.3 Clasificación de estrés.....	18
Capítulo II. El contexto .....	21
2.1 La comunidad.....	21
2.2 Diagnóstico de Inclusión.....	22
2.3 Diagnóstico psicopedagógico .....	24
2.3.1 Diagnóstico de grupo en preescolar.....	26
2.3.2 Guía de observación general.....	27
2.3.3 Diagnóstico para casos detectados con estrés infantil.....	27
2.3.4 Evaluación .....	29
2.3.5 Actividades sugeridas:.....	29
CAPITULO III Propuesta de intervención.....	31
3.1 Metodología .....	32
3.1.1 Investigación – acción.....	35
3.1.2 Instrumentos de investigación.....	36
3.2 Propuesta de intervención en el aula.....	43
3.3 Taller para padres.....	52
3.4 Seguimiento.....	55
Conclusiones.....	57
Referencias .....	61
ANEXO 1 .....	64
Cuestionario 1. Indicador .....	64
ANEXO 2 .....	75
ANEXO 3 .....	76

## Introducción

El estrés actualmente ya no es solo una enfermedad que se manifiesta en los adultos, ahora también los niños la padecen. El tema del estrés infantil es de gran importancia, ya que se ha observado que interfiere en el proceso de aprendizaje de los niños de preescolar de manera negativa. Es importante abordar esta temática si consideramos que el preescolar es la primera etapa de enseñanza formal para los niños de 3 a 5 años.

El estrés en los niños puede ser preocupante, este se puede manifestar desde la infancia y se puede reflejar de forma severa llegada la adolescencia. De ahí la importancia de detectarla de manera temprana para que no obstaculice el desarrollo educativo y social en los niños.

El estrés infantil afecta el estado físico, emocional y cognitivo de los niños manifestándose con actitudes como apatía, fatiga, falta de concentración, bajo rendimiento escolar, disminución de la actividad física, fatiga o cansancio, brotes de mal humor, retraimiento social (aislamiento), desconfianza, pérdida o aumento de apetito o peso e hipersomnolia durante el día (estado somnoliento).

Debido a la importancia de dicho problema, la finalidad de este proyecto de investigación es analizar y comprender las actitudes que manifiestan los niños en la etapa de su educación preescolar y que posiblemente se vinculen con el estrés infantil.

Antes que nada, es importante considerar la difícil tarea que tienen los padres para seleccionar un preescolar para sus hijas e hijos, lo cual implica una búsqueda en la que ellos observan desde la ubicación, las instalaciones, el personal docente, los horarios y sobre todo en los programas de estudio que la institución les ofrece.

Es de suma importancia mencionar que cuando las niñas y los niños ingresan al preescolar, manifiestan diversas actitudes, esto puede ser por el contexto de donde provienen, el tipo de familia y los estilos de crianza.

Por consiguiente, durante la jornada escolar los niños manifiestan actitudes como: berrinches, enojos, gritos, agresiones físicas y verbales, dependencia física y emocional y actitudes desafiantes. Algunos son hijos únicos y no están habituados a compartir, todo lo quieren para ellos, no respetan a sus compañeros y maestros, no son ordenados, no respetan reglas, no les gusta trabajar en equipo ya que todo lo quieren hacer ellos o a la inversa, no quieren hacer nada.

En consecuencia, las actitudes manifestadas por los niños y las niñas en el salón y en las diversas actividades, intervienen de manera significativa en el proceso de aprendizaje.

Ahora bien, cuando se trata de un niño que agrede a sus compañeros, la docente tiene que intervenir para que no lastime a otro niño y de alguna manera su atención está centrada en el niño que está mostrando este tipo de actitud y no en la enseñanza.

Algo semejante ocurre cuando un niño muestra conductas que afectan a los integrantes del grupo, es rechazado por los demás, no lo aceptan en sus juegos, lo evaden y en las actividades prefieren mantenerse alejados de él.

En el presente proyecto de investigación se analiza si las actitudes manifestadas por las y los niños de preescolar, son generadas por estrés.

Para adentrarnos al tema de investigación se trabajó con la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la repercusión del estrés infantil en el proceso de aprendizaje en preescolar?

La realización de este proyecto de investigación, tendrá un impacto educativo ya que mediante la observación, el docente identificó en el aula a niños que manifestaron síntomas de estrés, de esta manera la docente puede implementar estrategias de apoyo en beneficio a los niños con este trastorno.

En cuanto al impacto social, nos permite favorecer las habilidades emocionales para formar niños con una buena autoestima, niños capaces de relacionarse con los demás de manera cordial, niños que se desenvuelvan mejor y que se sientan seguros de sí mismo en cualquier contexto, mediante el desarrollo de la inteligencia emocional.

También se espera que esta investigación tenga un impacto en el desarrollo integral infantil, considerando que en esta etapa los niños empiezan a formar su personalidad y es importante hacer caso a las señales de alerta que manifiestan y que no son acordes a la etapa evolutiva por la cual están pasando. Si este trastorno se detecta a tiempo los niños alcanzarán un desarrollo óptimo.

Este proyecto de innovación tiene como finalidad enseñar a los niños a identificar, controlar y expresar sus emociones de forma adecuada, para que actúen de manera correcta ante situaciones fuera de lo común y que sepan adaptarse a cambios, evitando de esta manera que sufran un trastorno de depresión de manera prolongada.

Además, el proyecto se vincula con el Programa de Aprendizajes Clave (SEP, 2017) en los siguientes aspectos:

- En el apartado IV que corresponde al Currículo de la Educación Básica, menciona que se debe formar a los estudiantes en el manejo de sus emociones.
- Uno de los rasgos del perfil de egreso es que el niño posea autoconocimiento y regule sus emociones.
- En las Áreas de desarrollo personal y social, menciona como un área de desarrollo la Educación Socioemocional.
- Con los aprendizajes esperados.
- Con el Área de Desarrollo Personal y Social.
- En la educación socioemocional, en donde los niños desarrollen habilidades, comportamientos, actitudes y rasgos de personalidad.
- Con los propósitos generales de la educación socioemocional.

- Con los propósitos de la Educación Preescolar en el Desarrollo socioemocional.
- En las características y necesidades de los niños de preescolar.
- Con la Dosificación de los indicadores de logro, en donde se establecen las dimensiones y habilidades asociadas a las dimensiones socioemocionales.
- Con las Orientaciones Didácticas en la Autorregulación.
- Con Modelar Actitudes

Con este proyecto se pretende apoyar a docentes, niños y padres de familia, mediante la detección oportuna de los síntomas que manifiesten los niños y que estén relacionados con el estrés infantil, lo cual permitió encontrar las estrategias adecuadas para apoyar de manera eficaz a los niños que padecen este trastorno.

Con un diagnóstico oportuno, la docente puede planear estrategias pedagógicas que le permitan diseñar actividades y en caso de ser necesario canalizarlos a un profesional especializado en este tipo de trastorno.

El proyecto puede y debe llevarse a cabo en el aula, requiere de la capacidad de observación del docente para identificar si en las actitudes de los niños hay síntomas de depresión.

El objetivo general del proyecto de investigación es analizar la repercusión que tiene el estrés infantil en el proceso de aprendizaje en preescolar.

El desarrollo emocional de un niño debe ser sano si consideramos que esta es una condición natural, esta etapa es la más importante ya que se puede considerar el cimiento para un desarrollo pleno y libre de obstáculos para el desarrollo cognitivo de las niñas y los niños de 3 a 5 años. Es en esta etapa en donde se afianza la personalidad, la autonomía y forman su propio carácter, el cual les permitirá afrontar cualquier situación una vez que sean adultos.

El trabajo está organizado en tres capítulos, en los cuales se analizan los conceptos relacionados con el estrés, las causas, las consecuencias, las manifestaciones y la influencia negativa que este trastorno ejerce en el proceso de aprendizaje en los niños de preescolar.

En el capítulo I se analizan los aspectos relacionados con el desarrollo infantil y la influencia que ejercen en la manifestación de emociones de las niñas y los niños en el preescolar.

En el capítulo II se revisan los contextos escolares, de inclusión y de aula, los cuales permiten al docente tener un conocimiento amplio sobre el entorno en donde el niño crece y evoluciona.

En el capítulo III se habla sobre las técnicas de investigación, se hacen sugerencias para abordar este trastorno en el aula en el proceso de aprendizaje, se sugiere la realización de talleres para padres con temáticas relacionadas con la dimensión emocional, así como los aspectos a observar, los indicadores y la forma en la que se evaluaron los aprendizajes esperados.

## Capítulo I

### Marco Teórico

En este capítulo encontraremos los conceptos básicos relacionados con el proceso del desarrollo de las niñas y los niños de preescolar, así como un análisis breve de la influencia que ejerce el contexto familiar y los estilos de crianza de cada niña y niño que asiste al preescolar.

Otros aspectos que se abordan son las etapas del desarrollo infantil y de la manera en cómo en cada una el niño no solo evoluciona físicamente sino también emocionalmente.

#### 1.1 Desarrollo infantil

El desarrollo infantil comienza desde el vientre materno, posteriormente se da en el contexto familiar; en donde comenzara la etapa en la que su desarrollo tanto físico y emocional dependerán de su entorno familiar y de la forma en la que son criados.

Posteriormente habrá un desarrollo de habilidades en el contexto escolar y en el cual se valoran las fortalezas y debilidades de las niñas y los niños en todos los aspectos de su desarrollo.

Vera Garcia (2009), define al desarrollo infantil como:

Serie progresiva de cambios ordenados y coherentes. “progresivo” significa que los cambios son direccionales y que avanzan, en lugar de retroceder. “Ordenados” y “coherentes” sugieren que hay una relación definida entre los cambios que tienen lugar y que los precedieron o los seguirán. (pág. 1)

Lo niños se comportan conforme a su edad, aunque cada uno lo manifiesta de diferente forma, de ahí la importancia de conocer y reconocer las etapas que corresponden a su edad para detectar si hay algún indicio de estancamiento o retroceso tanto en su desarrollo físico y emocional.

#### Entorno Familiar

El desarrollo infantil está vinculado con el entorno familiar ya que es en este contexto en donde se favorecen por primera vez los diferentes aspectos del desarrollo emocional, es en este contexto en el que recibe las muestras de afecto o de rechazo, es aquí en donde adquiere su personalidad, su autonomía y adquiere su identidad.

Para Ramon “El tamaño y la estructura de la familia también pueden determinar el éxito académico de los niños” (2009, pág. 120), dicha influencia que ejerce la familia en el rendimiento académico es importante, la participación de los padres en el proceso educativo garantiza que se puedan lograr los objetivos, el entorno familiar en el que se desenvuelven, la forma en la que está constituida su familia y sobre todo la disposición que tengan los padres o cuidadores para establecer una relación de comunicación con la docente.

Los niños cuyos padres están al pendiente de su progreso escolar, tienen un buen desempeño escolar ya que se sienten seguros y tienen una buena autoestima.

el desarrollo infantil es un proceso que comienza desde la concepción y envuelve aspectos que van desde el crecimiento físico, hasta la maduración neurológica, de comportamiento, cognitiva, social y afectiva del niño. El resultado es un niño competente para responder a sus necesidades y a las de su medio, considerando su contexto de vida.

Considerando que cada familia tiene un estilo propio para criar y educar a sus hijas e hijos, es importante mencionar que una buena práctica en donde se inculquen valores como el respeto, la tolerancia, la empatía y el amor entre otros, puede marcar una gran diferencia en el desarrollo emocional de las niñas y niños.

### Estilo de crianza parental

Se puede decir que los niños heredan rasgos físicos de los padres, pero también adquieren actitudes que aprenden de cada uno de ellos. El estilo de crianza es entendido como una constelación de actitudes acerca del niño, que le son comunicadas y que crean un clima emocional en el que se ponen de manifiesto los comportamientos de los padres. Estos comportamientos incluyen tanto las conductas con las que desarrollan sus propios deberes de paternidad (prácticas parentales), como cualquier otro tipo de comportamientos: gestos, cambios en el tono de voz, expresiones espontáneas de afecto, etc. (Nerin 2014, pág. 149)

No todas las familias están constituidas con la misma estructura, pero es cierto que lo que viven en el entorno familiar se ve reflejado en la personalidad de los niños. Las manifestaciones que los niños tengan en el aula, con sus compañeros, con su docente y durante la realización de las actividades nos darán indicios de cómo fue su crianza.

### 1.2 Desarrollo infantil integral

El desarrollo integral del niño, suele ser como un sistema, sigue una secuencia gradual que va de menos a más, en cuanto al desarrollo y adquisición de habilidades

y de acuerdo a la etapa de evolución física y psíquica. En un desarrollo normal; todas las habilidades y funciones deberán tener un desarrollo pleno. En este aspecto tanto la familia como la escuela serán los encargados para lograr un desarrollo integral en las niñas y niños, considerando diferentes factores que influyen en este proceso como lo menciona Otsubo (2008):

la promoción integral del desarrollo temprano de niñas y niños, representa un enfoque estratégico de valor en el abordaje de los problemas de las familias que viven en condiciones de vulnerabilidad, pobreza y exclusión social. Si tenemos en cuenta —desde una perspectiva social— que los niños y niñas constituyen uno de los grupos de más alta vulnerabilidad a los procesos de ajuste económico, la intervención sobre el desarrollo infantil constituye una estrategia efectiva y justa en términos individuales y poblacionales. (pág. 14)

El desarrollo integral de las niñas y los niños favorece la práctica de diferentes destrezas y habilidades que pone en juego en su proceso de enseñanza y aprendizaje, no solo en la adquisición de saberes, también en el la adquisición del lenguaje oral y escrito; habilidades que le permitan ser autónomo, independiente, autosuficiente y capaz de establecer relaciones en las cuales ponga en juego dichas habilidades (Otsubo, 2008)

el desarrollo infantil es un proceso continuo, donde el/la niño/a va aprendiendo a dominar procesos cada vez más complejos de movimiento, pensamiento, afectos y relación con los otros. Es un proceso que se despliega en interacción con su propio medio (su familia, otros sujetos sociales que participan en el desarrollo del niño, su cultura, instituciones, creencias y representaciones sociales, etc.). (pág. 15)

El desarrollo integral de una niña o un niño considera aspectos como:

- Nutrición
- Salud física y emocional

- Desarrollo psicomotor
- Del lenguaje
- Pedagógico

Del cuidado y vigilancia de los aspectos anteriores se encargan los padres y las instituciones educativas, las cuales los favorecerán poniendo en prácticas las estrategias necesarias para lograrlo. Hernández (2015), afirma que:

son múltiples los actores involucrados en el desarrollo de los niños menores de 6 años, y todos deben confluír de manera oportuna y armónica para promover mayores posibilidades de desarrollo personal, social y fortalecer el capital humano de los países. Entre estos se destacan la familia, la comunidad, la escuela, los servicios sanitarios, la sociedad organizada y las instituciones gubernamental (pág. 285)

Para conocer cómo evolucionan las niñas y los niños, es importante analizar las etapas del desarrollo considerando los aspectos generales de un desarrollo saludable tanto físico y emocional.

Los seres humanos se desarrollan desde su gestación por etapas o fases, para lo cual se consideran las siguientes:

- Desarrollo físico
- Desarrollo motor
- Desarrollo cognoscitivo
- Desarrollo psicosocial

### 1.3 Desarrollo emocional

Para comprender las etapas del desarrollo emocional que se produce en los niños, considero que es importante tomar en cuenta diferentes circunstancias en las cuales se ven involucrados de manera directa; a pesar de que hablamos de una etapa en concreto que va de los 3 a los 5 años de edad, no todos se desenvuelven en el

mismo tipo de contexto y por lo tanto esto es lo que marca la diferencia en su desarrollo emocional. Al respecto Vygotsky (1996) expresa:

propone la comprensión del proceso de desarrollo humano a partir de los cambios que ocurren en diferentes periodos de la vida. Éstos se derivan de la relación entre el contexto general y la situación social de desarrollo particular, donde el niño se inserta. Los cambios generan crisis que impelen al niño a buscar nuevas habilidades para atender sus necesidades, las cuales se tornan cada vez más complejas en sus relaciones sociales (citado en da Silva, 2014, págs. 13-14)

Las emociones son reacciones desencadenadas, por situaciones gratas y no gratas a las cuales estamos expuestos todos en algún momento, generando reacciones que se manifiestan por medio de conductas, gestos o palabras y de esta manera transmitimos hacia los demás como estamos sintiendo. Murcia define las emociones desde un punto vivencial como:

alteraciones súbitas y rápidas que experimentamos desde nuestro estado de ánimo, la mayoría de veces por ideas, recuerdos circunstancias. Algunas de las más comunes son: la ira, la tristeza, el temor, el placer, la sorpresa, el disgusto, la vergüenza y el amor, aunque este último es considerado también un sentimiento (Murcia, 2012, pág. 59)

Ser inteligente, no solo se refiere al área cognitiva, incluye también el manejo de emociones, ya que ello brinda al ser humano la capacidad de enfrentar y solucionar situaciones diversas y la capacidad de interactuar en su entorno.

Zúñiga (2005), considera que la inteligencia emocional es “La habilidad esencial de las personas para atender y percibir los sentimientos de forma apropiada y precisa, la capacidad para asimilarlos y comprenderlos adecuadamente y la destreza para regular y modificar nuestro estado de ánimo y el de los demás” (Zuñiga, 2005, pág. 1)

Es importante que un niño posea la inteligencia necesaria para regular sus emociones, esto se puede lograr enseñándole básicamente a conocer, identificar y a saber cómo expresarlas en determinado momento. Cuando un niño no tiene la

capacidad de regular sus emociones le genera frustración y no sabe cómo utilizarlas o simplemente las evade y se aísla reaccionando de manera inadecuada.

### 1.3.1 ¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional?

Para adentrarnos al tema, Castro (2006) menciona que:

Hasta la década de los 80 la inteligencia se consideraba como un conjunto de capacidades esencialmente intelectuales (capacidad de análisis, de síntesis, de razonamiento, de memoria, etc.), siendo el Cociente Intelectual (CI) su medida más aceptada. Pero ya los primeros psicólogos dedicados a estudiar científicamente esta capacidad, como Thorndike y Wechsler, habían hecho notar que, probablemente, existían factores no-intelectuales vinculados al comportamiento inteligente. (pág. 4)

Existen diferentes factores que favorecen o perjudican el desarrollo de la inteligencia emocional de los niños en el preescolar, estos pueden ser internos o externos, cada niña y niño posee capacidades y habilidades de acuerdo a su edad, sin embargo, cada uno posee diferentes características de acuerdo a las experiencias vividas.

El docente juega un rol importante en el desarrollo de la inteligencia emocional de las niñas y niños de preescolar, ya que puede utilizar diferentes estrategias para favorecer las competencias emocionales, como:

- El juego.
- Las artes
- La expresión oral.

Goleman 1999 (citado en Castro 2006) menciona que: “por competencia emocional se entiende la capacidad de expresar nuestros propios sentimientos del modo más adecuado y eficaz, posibilitando la colaboración en la consecución de un objetivo común” (pág. 5), mientras que las habilidades socioemocionales se adquieren cuando se alcanza la madurez para reconocer, expresar y entender las emociones propias y las de los demás.

El juego es una actividad que atrae a los niños, mediante el juego los niños se divierten, aprenden, interactúan con sus pares y adultos y desarrollan habilidades sociales.

Torres 2002, refiere que:

el juego favorece y estimula las cualidades morales en los niños y en las niñas como son: el dominio de sí mismo, la honradez, la seguridad, la atención se concentra en lo que hace, la reflexión, la búsqueda de alternativas para ganar, el respeto por las reglas del juego, la creatividad, la curiosidad, la imaginación, la iniciativa, el sentido común y la solidaridad con sus amigos, con su grupo (pág. 290)

Es importante que al implementar esta herramienta se les explique a las niñas y a los niños que no se trata de competir o de quien gana o pierde, simplemente se trata de jugar para aprender, para convivir y que esta actividad representa alegría.

Existen una variedad muy amplia de juegos que se pueden emplear; los juegos de mesa (memorama, lotería, serpientes y escaleras, matatena, etc.), los tradicionales (las estatuas de marfil, a la víbora de la mar, a pares y nones, etc.).

El arte es otra estrategia que se puede llevar a cabo para que los niños expresen sus emociones. El arte tiene diferentes formas de expresión como son: la pintura, la danza, la música y el teatro.

García (2005) menciona que:

Con la Educación Artística se promueve el uso de las artes como medio para comunicar las ideas y sentimientos propios, en palabras, con el cuerpo, o con obras, optimizando el modo en que se dan las relaciones entre los hombres al diversificar los medios de expresión. (pág. 84)

La expresión oral a través de la literatura, también es una herramienta útil para que los niños conozcan e identifiquen emociones a través de cuentos, por medio de ellos se les motiva a reflexionar sobre alguna situación que les genere alguna inquietud.

Martínez 2015, menciona que:

Para nadie es un misterio el gran interés que muestran los niños por el relato de historias. ¿Cuántos recuerdan el inmenso mundo de fantasía al que accedían escuchando las historias narradas por los padres antes de dormirse? La importancia de esta inocente práctica, que ha sido realizada de manera intuitiva a través de generaciones, ha logrado un asidero teórico en las últimas décadas, que se han centrado en el positivo impacto que tiene el cuento infantil sobre el despliegue de diversas áreas del desarrollo. (pág. 118)

El arte en cualquiera de sus expresiones permite al niño interpretar y entender sus propias emociones y las de los demás, adquieren paulatinamente la habilidad de solucionar conflictos de una forma positiva.

### 1.3.2 La dimensión emocional del conocimiento.

Ante todo, es importante saber que una emoción es algo que surge de manera espontánea y a consecuencia de una situación que se está viviendo, probablemente el cuerpo la utiliza como un mecanismo de defensa. En el caso de las niñas y los niños estas emociones surgen de forma inesperada y algunas pueden ser breves, sin embargo, algunas pueden prolongarse por más tiempo.

“Las emociones son reacciones psicofisiológicas de las personas ante situaciones relevantes desde un punto de vista adaptativo, tales como aquellas que implican peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, novedad, etc.” (Rodríguez, 2009, pág. 86)

En relación a lo citado, cabe mencionar que cuando las niñas y los niños asisten al preescolar por primera vez manifiestan ciertas actitudes durante el proceso de adaptación, al igual cuando han tenido algún cambio en su contexto familiar.

Este concepto hace referencia al conocimiento y reconocimiento de las emociones que se experimentan, con la seguridad de saber diferenciar una de la otra y las causas que la generan y así mismo el control de ellas.

Este conocimiento incluye las capacidades de: a) etiquetar emociones y reconocer las relaciones entre las palabras y las emociones mismas, tales como la relación entre gustar y amar; b) interpretar los significados de las emociones respecto a las relaciones, como que la tristeza a menudo es precedida de una pérdida; c) comprender sentimientos complejos: sentimientos simultáneos de amor y odio, o mezclados, como que el temor es una combinación de miedo y sorpresa y d) reconocer las transiciones entre emociones, como la de la ira a la satisfacción (Guil, 2018, pág. 4)

Para que un niño en la etapa preescolar alcance un desarrollo integral, es importante favorecer, no solo su aspecto cognitivo, también el emocional, de esta manera el niño podrá resolver situaciones de su vida cotidiana sin que esto le genere angustia ya que será capaz de conocer las emociones que experimente y tomar decisiones respecto al manejo de las misma. “No sólo importa el aspecto cognitivo, sino también la conciencia y la capacidad para gestionar y controlar las propias emociones y sentimientos” (Cardona, 20017, pág. 176)

Las emociones pueden influir de manera positiva o negativa en el desarrollo socioemocional de las niñas y los niños. Pero también existen factores que influyen de forma directa en la expresión de sentimientos, en concreto hablamos del estrés durante la etapa de la educación preescolar.

Goleman (1996), citado en Alviárez (2009) menciona que “la inteligencia emocional está constituida por cinco dimensiones:

- 1.Autoconocimiento: se refiere a reconocer un sentimiento cuando este se presenta.
- 2.Autorregulación: es la habilidad de lidiar con los propios sentimientos.
- 3.Motivación: tomar el mando de las emociones y encausarlas.
- 4.Empatía: reconocer las necesidades y los deseos de otros
- 5.Habilidades sociales: es la habilidad de producir sentimientos en otros. (2009, págs. 98,99,100)

Cuando las niñas y los niños desarrollan las habilidades antes mencionadas, lograrán entender lo que les sucede a ellos y a los demás cuando experimentan una

situación que les produce una emoción, de esta manera adquieren la capacidad para encontrar soluciones ante cualquier circunstancia.

#### 1.4 Estrés infantil.

El estrés se considera un factor de riesgo para el desarrollo integral de las y los niños de preescolar genera en ellos actitudes que pueden obstaculizarlos en diferentes áreas de su desarrollo, generando un desequilibrio emocional.

Al hablar de estrés es conveniente distinguir entre un estrés positivo o eustrés, esencial para la vida, ya que permite enfrentarse a los desafíos cotidianos, y un estrés negativo o distrés, generador de desgaste y que acrecienta la vulnerabilidad del sujeto a un trastorno de ansiedad o a un cuadro depresivo (Martinez, 2014, pág. 296)

En el aula se observa que los niños que se detectaron con síntomas de estrés, experimentaban situaciones específicas dentro del contexto familiar como: ausencia de papa o mama, la pérdida de un familiar muy importante para ellos, la llegada de un hermanito, conflictos entre los padres, etc. Oros destaca que: “los estresores de un niño pequeño estarán mayormente asociados al núcleo familiar y a las relaciones de apego” (Oros, 2005, pág. 88)

También se ha observado que cada niño tiene una forma diferente de manifestar estrés, aunque la situación familiar por la que pasan sea igual o similar, cada uno reacciona de diferente forma. Para Oros (2005), existen:

Factores facilitadores de estrés podrán ser iguales para todos, pero la forma de reaccionar ante ellos dependerá del grado de vulnerabilidad y del perfil psicológico de cada uno. Esto explica por qué un mismo suceso resulta amenazante o estresor para algunas personas y no para otras (pág. 86)

El estrés puede ocasionar diferentes afectaciones en el desarrollo físico, en la adquisición de conocimientos y en la forma en la que las niñas y los niños gestionan sus emociones. Se pudo observar en el aula la diferencia que existía entre los niños que padecían estrés y los que no en los aspectos antes mencionados.

En términos generales para Loredó:

el estrés tiene un efecto directo sobre nuestro ser físico, así, por ejemplo; lo que nos sucede cuando vivimos con fuertes sentimientos de disgusto, enojo o molestia y tendemos a encerrarnos en nosotros mismos, estar a la defensiva y a veces esto nos produce dolores de cabeza, estómago, malestar general etc. El estrés continuo ha probado causar un daño gradual en el sistema circulatorio el aparato digestivo, los pulmones los músculos y/o articulaciones, esto es aplicable tanto en niños como adultos (Loredó, 2009, pág. 9)

#### 1.4.2 El estrés como respuesta a una emoción.

El estrés y la emoción, están estrechamente vinculadas, ya que una emoción es la manifestación de una situación que las niñas y los niños experimentan y que de alguna manera genera en ellos estrés. El estrés que manifiestan es un indicador de que algo sucede en el aspecto emocional de las niñas y los niños.

El estrés como amenaza percibida: se asume que el estrés proviene de la percepción y evaluación que la persona hace de la situación identificándola como evento amenazante para su propia seguridad. Aquí el sujeto evalúa y compara sus propias capacidades para hacer frente al estrés y la intensidad del estresor experimentando efectos fisiológicos y psicológicos consecuentes de esa evaluación (Loredó, 2009, pág. 9)

Los síntomas relacionados con el estrés son diversos, es importante conocerlos para identificarlos de manera oportuna para realizar una intervención pedagógica.

Martínez 2014, clasifica los síntomas del estrés en:

Psíquicos: Desmotivación - desinterés, irritabilidad, ansiedad, tedio, disminución de la capacidad de pensar o concentrarse, errores de memoria, labilidad afectiva (cambios de humor frecuentes o intensos).

Físicos: alteraciones del sueño, pérdida o aumento de peso, malestar general, cefaleas (dolor de cabeza), problemas digestivos.

Conductuales: Rechazo de la escuela, disminución del rendimiento, aumento de los errores, incumplimiento de tareas, empeoramiento de las relaciones con los compañeros y profesores. (pág. 297)

#### 1.4.3 Clasificación de estrés

Según López el estrés puede clasificarse de acuerdo a sus incidencias en:

a) Estrés agudo (transitorio). Se produce cuando un individuo experimenta una sensación de peligro inminente

b) Estrés crónico puede aparecer como el resultado de la concatenación de diversos acontecimientos estresantes o una misma situación mantenida durante mucho tiempo.

c) Estrés anticipatorio. Se presenta antes de que ocurra la situación estresante, es decir, se anticipa y puede adoptar las manifestaciones señaladas para el estrés agudo o crónico. (pág. 379)

Hay que hacer notar que las niñas y los niños pueden manifestar alguno de los tres tipos de estrés antes mencionados, durante su desarrollo las niñas y los niños experimentan cambios físicos y emocionales, los segundos dependen del contexto en el que se encuentren y de las situaciones que cada uno viva durante alguna de las etapas de su desarrollo.

Por lo regular las niñas y los niños manifiestan actitudes como miedo, enojo, frustración, etc. lo cual puede ser una señal de que algo no está bien y esto sucede en el momento de realizar una actividad. En este sentido el rol del docente consiste

en observar e identificar alguna situación que pueda frenar el proceso de enseñanza- aprendizaje de las niñas y niños.

Además, el estrés tiene tres fases:

- 1) Fase de alarma: ante un estímulo estresante el organismo se activa, se prepara para hacerle frente
- 2) Fase de resistencia: el organismo continúa haciendo frente al estresor
- 3) Fase de agotamiento: dado que la resistencia es limitada, si el estrés es continuo o es intenso el organismo puede enfermar (López, 2016, pág. 296)

Es importante mantenerse atento ante cualquier manifestación de estrés en las niñas y los niños de preescolar, ya que se considera que durante esta etapa están formando su propia personalidad influenciados por el entorno en el que se encuentran, de ahí la importancia de observar y detectar síntomas relacionados con el estrés y que puedan afectar el desarrollo integral del niño.

El estrés puede interferir con la memoria, alterar el temperamento y el autocontrol en las niñas y en los niños.

Si bien el estrés se manifiesta por los cambios que sufren los niños durante su vida cotidiana, en la actualidad se suma el efecto que genera en ellos la pandemia por COVID 19.

Según UNICEF, cuando se interrumpen las rutinas en las niñas y niños menores de 6 años, es decir que hay una disrupción de la vida cotidiana y normal, puede generar estrés (...) El estrés no siempre es malo, pues fácilmente con apapachos, juegos y distracciones puedes ayudar a bajar los niveles de cortisol y regresar el cuerpo a la normalidad. Esto se conoce como estrés tolerable y muy probablemente las niñas y los niños estén sufriendo este tipo de estrés por el aislamiento frente al coronavirus (...) En el caso de niñas y niños entre los 3 y 5 años, es de esperar que comiencen a expresar:

- Conducta regresiva, es decir que muy probablemente vuelva a orinarse en la cama cuando ya habían aprendido a avisar para ir al baño, o dejan de hablar o hablan a medias, y es usual que comiencen a chuparse el dedo.
- No toleran estar solos o solas y quieren siempre estar con algún adulto.
- Experimentan una pérdida en el apetito o, por el contrario, quieren comer en exceso.
- Problemas para dormir o mantener su rutina de sueño.
- Comienzan a aparecer los miedos, ya sea a seres o situaciones reales como a animales o a la oscuridad, o a seres fantásticos como monstruos.
- Comiencen a expresar dolores inusuales de estómago o dolor de cabeza.
- Juegan repetidamente su situación actual; es decir que pueden empezar a jugar los roles que ven dentro del hogar (2022)

Las manifestaciones de este tipo de actitudes en el salón y en las diversas actividades, intervienen de manera significativa en el proceso de aprendizaje.

Es importante que tanto los padres en casa y el docente en el aula estén al tanto de cualquier cambio que surja en la conducta o estados de ánimo de las niñas y los niños.

En condiciones normales las niñas y los niños pueden manifestar emociones que hasta cierto punto pueden ser congruentes a la etapa de desarrollo en la que se encuentren y por lo tanto son pasajeras, pero si existen ciertas alteraciones que se prolonguen y que alteren su proceso de desarrollo, es importante poner mayor atención.

Por ejemplo, si se observa que existen cambios en sus hábitos, en sus gustos, en su comportamiento, en la forma en la que se relaciona con los demás, el tipo de juegos, su estado de salud, etc. Las niñas y los niños requieren de un ambiente sano y seguro para el desarrollo armónico.

Es importante permitir la manifestación de todas las emociones que experimenten las niñas y los niños, ya sean gratas o no, posteriormente es conveniente dialogar sobre lo que acaban de experimentar para que puedan entender lo que paso y como poder controlarlo. Motivarlo a que reflexioné sobre la forma en la que experimento y manifestó dichas emociones y hacerle saber que el tiene el control sobre lo que experimenta.

El acompañamiento de los padres y el docente en la gestión de mociones le permitirán ser un adulto equilibrado emocionalmente.

## Capítulo II.

### El contexto

El propósito que tiene este capítulo es describir la importancia del contexto escolar y el de la comunidad en el desempeño de los niños durante el proceso de enseñanza – aprendizaje.

De igual forma se presentan los diagnósticos de inclusión, el psicopedagógico y el del aula, como una propuesta para su aplicación, para conocer las necesidades educativas de las niñas y los niños de preescolar.

#### 2.1 La comunidad

EL entorno escolar nos permite conocer las características interiores y exteriores de la escuela, además de las características de la comunidad en donde se desarrollan las niñas y los niños, permitiéndonos conocer aspectos del niño y de su entorno familiar. Esto es importante ya que influye en el desempeño académico de los niños.

Para López (2016), “el contexto en la educación supone relación o unión de cosas semejantes o disonantes entrelazadas o tejidas que forman un ecosistema eficiente y cooperador para la permanencia de la vida: todos ponen, todos se benefician” (pág. 3)

Las relaciones que se establecen entre docentes, alumnos y padres de familia son importantes para lograr las metas establecidas para el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños de preescolar.

El proyecto de investigación se realizó en la escuela de nivel preescolar “Defensores de la patria”, la cual se encuentra ubicada en la colonia Benito Juárez del Municipio de Cd. Nezahualcóyotl en el Estado de México. La escuela es particular, incorporada y es una escuela adaptada, cuenta con un grupo para cada grado (1º,

2º y 3º), cada grupo tiene una titular con licenciatura, una auxiliar técnica y hay una directora.

Se imparten talleres de danza y música, el horario es de 8:50 a 12:30. La capacidad de los salones es para 20 niños, pero solo hay de 10 a 15 niños por grupo. Los padres de familia en su mayoría son padres jóvenes, los cuales algunos se dedican al comercio y en su mayoría ejercen una carrera profesional.

## 2.2 Diagnóstico de Inclusión

Para el diagnóstico de inclusión se propone la realización de las entrevistas de la guía para la Educación Inclusiva de Booth, las cuales se encuentran en los anexos de este documento con el propósito de recopilar datos que permitan conocer la percepción que tienen docentes, padres de familia y alumnos de la escuela a la que asisten.

Es importante conocer las necesidades de cada niña y niño que asiste al preescolar, de esta manera el proceso de enseñanza aprendizaje se llevara cabo de manera asertiva, saber cómo son, que saben, la forma en la que reaccionan, de esta manera la escuela pondrá a su alcance las herramientas necesarias para este proceso. Para Arriaga (2015) la inclusión:

Se trata, pues, de un proceso temporal de acciones sucesivas, estructuradas e interrelacionadas, que, mediante la aplicación de técnicas relevantes, permite el conocimiento, desde una consideración global y contextualizada, de un sujeto que aprende, y cuyo objetivo final es sugerir pautas perfectivas que impliquen la adecuación del proceso de enseñanza-aprendizaje. (pág. 68)

El concepto de Inclusión nos hace pensar en alumnos con necesidades especiales definidas como algún tipo de discapacidad física o mental, sin embargo, la inclusión también se relaciona con alumnos que presentan bajo rendimiento escolar a causa

de alguna situación emocional, en este caso estrés. Por otro lado, Booth (2011), argumenta que:

la inclusión en el Índice es un enfoque basado en principios para la mejora de la educación y la sociedad. Está vinculado a la participación democrática dentro y fuera de la educación. No se trata de un aspecto de la educación relacionado con un determinado grupo de estudiantes. Tiene que ver con la coherencia en las actividades de mejora o innovación que habitualmente se llevan a cabo en los centros escolares bajo una variedad de iniciativas, para que converjan en la tarea de fomentar el aprendizaje y la participación de todo el mundo: los estudiantes y sus familias, el personal, el equipo directivo, y otros miembros de la comunidad. (pág. 24)

Es de suma importancia que los actores educativos estén organizados para que se enfoquen en un mismo objetivo; el de la inclusión, estar atentos a que exista un aprendizaje igualitario considerando las necesidades de cada uno sin importar la condición de los alumnos. Según su perspectiva, Booth (2011):

las ideas acerca de la inclusión se confunden con el uso del término “Inclusión social”, a veces se utiliza para significar “la superación de situaciones de privación”, como la pobreza o la insuficiencia de la vivienda, aunque en otras ocasiones parece significar la superación del estigma asociado a la desventaja, en lugar de la desventaja en sí misma. La inclusión social también se utiliza en documentos gubernamentales y por educadores en el sentido de superar “problemas conductuales” y de relación. (...) Dado que la inclusión a menudo es utilizada para referirse a las personas con discapacidad puede fomentar la creencia de que estas no son objeto de exclusión social, y que su situación es el resultado natural de sus déficits o condiciones de salud. Todas las formas de inclusión y exclusión son sociales, y surgen en la interacción entre las personas y los contextos en los que se desarrollan o desenvuelven. (pág. 24)

El concepto de Inclusión en la educación preescolar, no solo hace referencia a los niños con necesidades especiales, también a niños con bajo rendimiento escolar, a niños cuyo ritmo de aprendizaje es más lento, a niños que provienen de otro país o estado, a niños con costumbres diferentes a las de nuestra comunidad escolar, a niños con otras creencias o a niños con una familia conformada de forma diferente

a la tradicional. Booth (2011), afirma que: “Una de las formas más importantes de entender la inclusión es verla como el proceso sistemático de llevar determinados valores a la acción”. (pág. 25)

Fomentar la práctica de valores en los niños de 3 a 5 años es de gran importancia para su desarrollo, no solo en el ámbito escolar también en la convivencia dentro de su entorno familiar y social. Los valores adquieren mayor relevancia cuando son aplicados en el convivir con sus pares y adultos que les rodean. La ausencia de valores generara conflicto en sus relaciones interpersonales al realizar diferente tipo de actividades y en las interacciones que establecen en la escuela, en el hogar y en la sociedad.

La inclusión, no solo es un concepto, es una actividad que se vuelve necesaria en todos los contextos, no es solo aceptar, es llevar a la practica el significado de este concepto, y participar de forma activa en su práctica.

En la educación la inclusión no solo contempla a las niñas y a los niños, también a los padres, a los docentes y a la comunidad. La imagen que proyecte la escuela al respecto proporcionara a las niñas, a los niños, a los padres y a los docente, seguridad y bienestar en el contexto educativo.

### 2.3 Diagnóstico psicopedagógico

Es importante valorar el desarrollo de un niño desde su gestación, su nacimiento y crecimiento, para lo cual es oportuno aplicar un diagnóstico psicopedagógico para conocer su proceso de desarrollo e identificar en las diferentes dimensiones de su desarrollo sus capacidades y necesidades.

Arriaga (2015), alude al diagnóstico psicopedagógico como:

un ejercicio fundamental de aproximación entre docentes y alumnos, el cual implica el descubrimiento de aspectos cognoscitivos, actitudinales y aptitudinales del grupo y de cada uno de sus integrantes. Una aproximación sobre la que el docente habrá de fundamentar su actuación y que le permitirá establecer la congruencia de su quehacer docente con los

requerimientos actuales en educación al conocer las diferencias en los estilos de aprendizaje, las capacidades, las habilidades de cada estudiante y la diversidad socio-cultural de donde provienen con el propósito de desarrollar el máximo potencial en cada persona. (pág. 63)

Considero que el conocimiento que la docente tenga acerca de sus alumnos, le permite monitorear si sus habilidades y destrezas son congruentes con la etapa de en la que se encuentran o requieren de algún estímulo, esto será pieza clave para implementar estrategias para que los niños cuenten con las herramientas necesarias para desarrollarse de manera integral. Para Arriaga (2015), la finalidad del diagnóstico psicopedagógico:

no se reduce a la resolución de problemas o a la ayuda de personas con deficiencias, una acción correctiva o reactiva, sino que incluye una función potenciadora de las capacidades y otras de tipo preventivo o proactivo. Su propósito es apoyar el desarrollo del proceso educativo, con una finalidad de mejora, hacia el perfeccionamiento de su objeto de estudio (producto o proceso) contextualizándose en un proceso perfectivo y de desarrollo propio de la educación. (págs. 67-68)

El diagnóstico permite a la docente conocer a su alumno en diferentes aspectos, le brinda la oportunidad de identificar y prevenir a tiempo alguna situación o problema que el niño manifieste y que obstaculice el proceso de enseñanza aprendizaje o bien, impulsar las fortalezas del niño.

La observación de cada una de las acciones que el niño realiza, muestra el ritmo que tiene, siendo esta la oportunidad para la docente de implementar las estrategias que requieran de acuerdo a sus necesidades.

Una vez que ya se cuenta con el diagnóstico, Arriaga, señala que: “A partir de este conocimiento pueden tomarse decisiones educativas adecuadas, procurando adaptar y mejorar el aprendizaje y las intervenciones, a las peculiaridades de cada alumno o situación educativa”. (Arriaga, 2015, pág. 69)

Con los resultados del diagnóstico, la docente analiza los datos para intervenir mediante el diseño de las situaciones que le permitan atender las necesidades de cada niño, brindándoles la oportunidad de demostrar sus habilidades y de fomentar en cada uno la inquietud por aprender y descubrir nuevos aprendizajes, sin olvidar que cada uno posee saberes previos y será la docente quien los guíe en su nuevo proceso de aprendizaje.

En cuanto a este proyecto es importante mencionar que solo es de investigación, su finalidad fue analizar las causas y consecuencias del estrés en los niños de preescolar, con el objetivo de identificar la existencia de este trastorno en uno o más niños en el aula y generar propuestas en las que se planteen las posibles estrategias a emplear.

### 2.3.1 Diagnóstico de grupo en preescolar

El diagnóstico es un proceso diseñado por el docente para llevarlo a cabo en el aula, en este caso permitirá identificar si en el grupo existen uno o más alumnos que manifiesten síntomas de depresión y que esto pueda generar una obstaculización en el proceso de aprendizaje, tanto para un alumno en particular o de forma grupal.

La estrategia que se sugiere para detectar depresión infantil en los niños de preescolar, es una Guía de Observación, la cual se aplicará durante las actividades cotidianas de forma grupal. Posteriormente se realizará una guía de observación para los casos identificados.

Este diagnóstico va dirigido para que la docente lo aplique, debe considerar que, en caso de detectar alguna manifestación de depresión, no será ella quien atienda al alumno, sino un profesional. De lo contrario se generan actividades para lograr que los niños tengan un buen desarrollo y adquieran habilidades emocionales que pondrán en práctica en el momento que lo requieran.

El diagnóstico permite a la docente conocer las virtudes y deficiencias de los niños que integran el grupo. Se debe considerar las etapas de desarrollo de los niños de

acuerdo a su edad y grado que se encuentran cursando, por lo tanto, se puede aplicar a los tres grados de educación preescolar.

### 2.3.2 Guía de observación general

Tabla 1. Aspectos a observar

ASPECTOS	MANIFIESTA	
	FRECUENTEMENTE	A VECES
Apatía (SE)		
Aburrimiento (SE)		
Falta de concentración (SC)		
Bajo rendimiento escolar (SC)		
Disminución de actividad (SF)		
Fatiga o cansancio frecuente (SF)		
Brotos de mal humor (SE)		
Retraimiento social (se aísla durante las actividades y de sus compañeros) (SE)		
Desconfianza (SE)		
Pérdida de apetito o peso (SF)		
Exceso de hambre (SF)		
Hipersomnolia durante el día (se duermen durante la jornada escolar o presenta somnolencia) (SF)		

Fuente: Unicef (s/f)

SC. Síntoma cognitivo

SE. Síntoma emocional

SF. Síntoma Físico

### 2.3.3 Diagnóstico para casos detectados con estrés infantil

Tabla 2. Registro de casos de estrés.

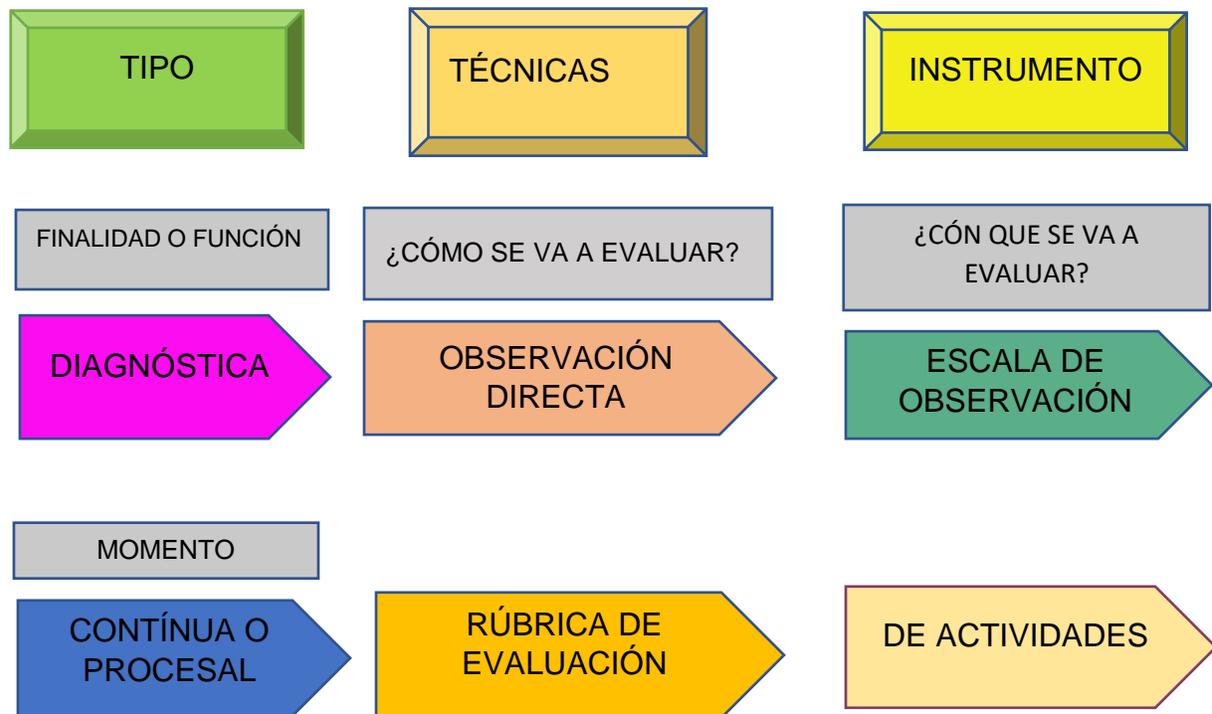
Este registro se realiza mediante una escala de observación.

ASPECTOS		DURANTE ACTIVIDADES (redactar en que momentos de las actividades se manifiestan estos aspectos)
Apatía	Desinterés	
	Poco interés	
Aburrimiento		
Falta de concentración	Se distrae fácilmente	
	Inicia una actividad, pero no la concluye.	
	Se le dificultan las actividades.	
Disminución de actividad	Bajo rendimiento escolar	
Fatiga o cansancio	Frecuente	
	Poco Frecuente	
Brotos de mal humor	Consigo mismo	
	Con adultos	
	Con sus compañeros	
	Con desconocidos	
	Hacia los objetos	
Retraimiento social (se aísla)	De las actividades	
	De sus compañeros	
	De los adultos	
Desconfianza		
Pérdida de apetito o peso		
Exceso de hambre		
Hipersomnias durante el día (se duermen durante la jornada escolar o presenta somnolencia)		

Fuente: UNICEF (s/f)

### 2.3.4 Evaluación

Esquema 1: tipo, técnicas y escalas de evaluación



Fuente: Elaboración propia

### 2.3.5 Actividades sugeridas:

- Generar actividades en donde puedan expresar sus sentimientos.
- Estar pendiente del tipo de alimentación y sus hábitos de dormir.
- El ejercicio físico como una vía de escape.
- Ejercicios de respiración.
- Ejercicios de relajamiento.
- Establecer y mantener rutinas.
- Tratarlo de forma natural.
- Generar ambientes, si tensiones.
- Educación emocional mediante: juegos, cuentos, cantos, teatro guiñol.
- Cuidar y guiar la relación que establece con las personas (pares o adultos).

García (1995), afirma que:

el diagnóstico, en cualquiera de sus formalidades y modalidades, debe procurar el conocimiento del fenómeno educativo de una forma objetiva y rigurosa; descubrir causas; interpretar síntomas y procurar remedios. Y todo ello con una única intención: La mejora del sujeto o de la intervención. El diagnóstico es un paso previo y necesario para la ulterior orientación y tratamiento. La orientación escolar actúa desde el conocimiento previo que sobre la realidad escolar le aporta el diagnóstico. (págs. 75-76)

Ante la necesidad de proporcionar a los niños una enseñanza de calidad, el diagnóstico permite orientar la práctica docente, la cual está basada en el conocimiento de las habilidades, destrezas y dificultades que pueden presentar los niños durante el proceso de aprendizaje, utilizando todos estos datos para mejorar el rendimiento académico de los alumnos.

Es importante resaltar que para García (1995)

la educación infantil debe ser considerada como uno de esos momentos fuertes o crítico de orientación, dado que es una etapa óptima para el diagnóstico por dos razones fundamentales: Una, el importante momento psicoevolutivo del sujeto, en el que pueden darse múltiples interferencias debidas a las más variadas causas y circunstancias de distinto tipo. La otra, por las finalidades y objetivos asignados a esta etapa escolar, relacionada con el desarrollo integral del niño. (pág. 76)

Cabe mencionar que los niños antes de ingresar al preescolar reciben una enseñanza en el contexto familiar y ejemplo de diversas conductas. En la primera etapa de su educación formal, los niños manifiestan actitudes, valores, conocimientos y conductas ya aprendidas, de ahí la importancia que durante esta etapa se observen y se registren los cambios que presentan y la forma en la que se relacionan con los integrantes de su nuevo contexto.

La Secretaría de Educación Pública enfatiza que:

en la educación preescolar la evaluación es de carácter cualitativo. La evaluación diagnóstica, como parte de la evaluación formativa, se realiza de manera previa al desarrollo de un proceso educativo por medio de situaciones didácticas o de actividades que favorezcan el proceso de enseñanza-aprendizaje; esto con la intención de observar cómo se desempeña cada niña o niño en relación con los aprendizajes esperados, sus características y rasgos personales, condiciones de salud física y algunos aspectos de su ambiente familiar, gustos, preferencias, temores, entre otros (SEP, 2018, pág. 6)

Así que es muy importante que el docente utilice la observación precisa en cada una de las actividades que realizan los niños, ya sean las de rutina o las que se planean para introducir algún tema que aporte nuevos saberes a los niños. Esta observación se realiza de manera sistemática desde el inicio, durante y al final de cada actividad para observar el desempeño del grupo y de cada uno de los niños. Para la SEP, “El diagnóstico inicial se centrará en el desarrollo de la expresión oral y el desarrollo socioemocional, servirá como referente para organizar el trabajo escolar y establecer acuerdos con docentes, directivos con la colaboración de las familias”. (SEP, 2018, pág. 6)

Con los resultados, se establecerán estrategias para crear situaciones que ayuden a solucionar algunos problemas que se observen, considerando que en esta labor se den involucrar a los padres para obtener mejores resultados.

### CAPITULO III

#### Propuesta de intervención

En este capítulo se da a conocer el método propuesto para llevar a cabo la detección del estrés infantil, así como el tipo de investigación y los instrumentos que se utilizaron para realizarla, incluyendo una guía para su aplicación.

Dentro de los instrumentos sugeridos encontraremos: entrevistas a padres y docentes con los cuales se pretende conocer datos relacionados con las niñas y niños en diferentes aspectos de su desarrollo y su contexto familiar.

También se incluyen algunas guías de observación, el diagnóstico, una propuesta de situación didáctica, una rúbrica, un taller para padres con un cronograma del mismo y una tabla de indicadores para ver los avances.

### 3.1 Metodología

La metodología es importante en la realización de cualquier investigación, ya que permite al investigador realizar una serie de procedimientos mediante los cuales llegue al objetivo planteado. La investigación debe ser validada con datos que tengan un soporte científico, de ahí la importancia de que las fuentes que se consulten sean confiables

El presente proyecto se apoya en la metodología cualitativa mediante la cual se recopilan datos que sirvan para el proceso de investigación, así como para establecer estrategias de acción en el aula de preescolar y de esta manera obtener los resultados para la posible solución del problema planteado.

Para Galeano:

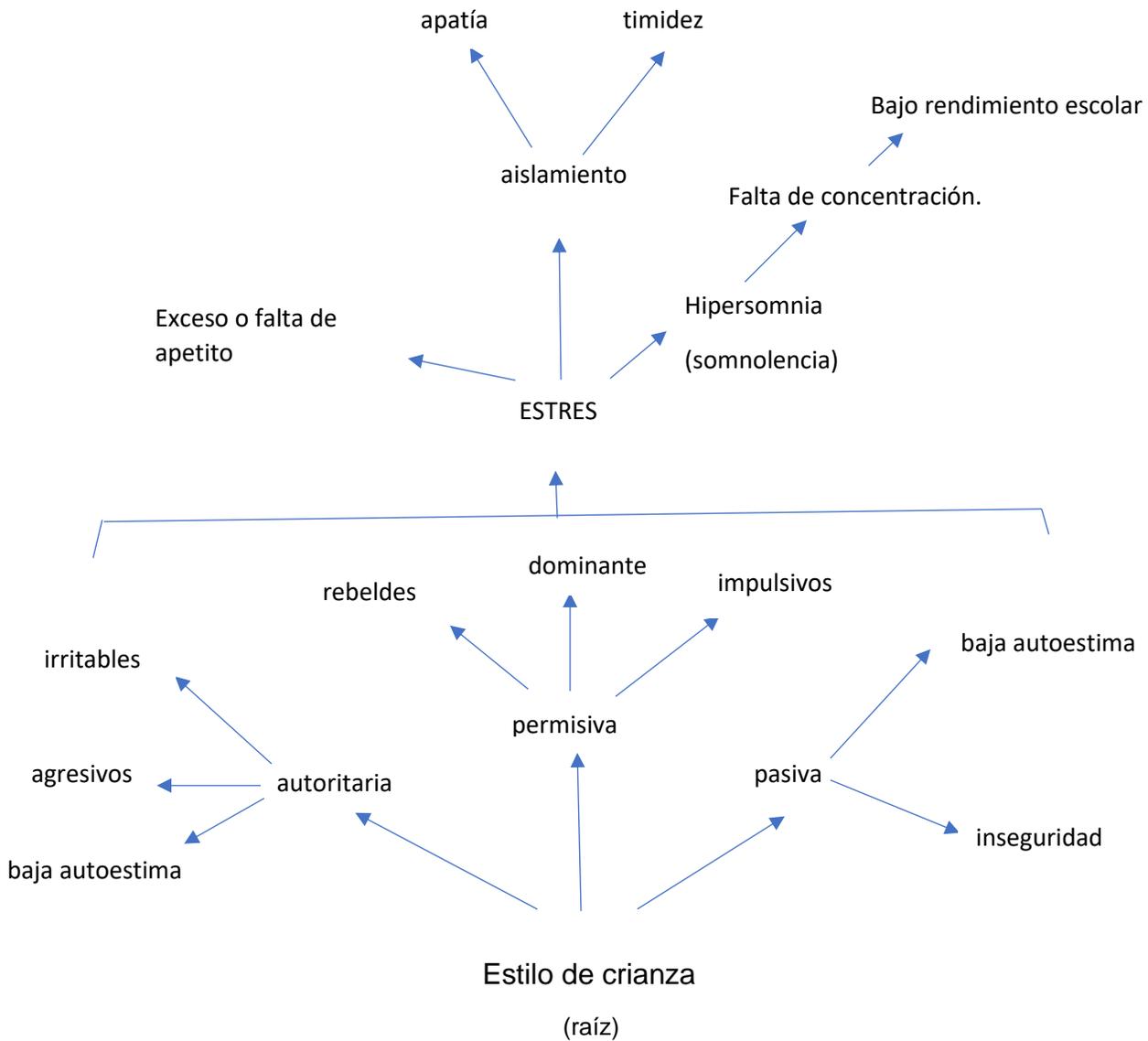
La investigación cualitativa puede ser útil para familiarizarse con un contexto, unos actores y unas situaciones antes de proceder “en serio” a los procesos de muestreo y de aplicación de instrumentos de medición. Por tanto, tiene sentido cuando se conoce poco del tema o de la situación que se va a estudiar, como “inmersión” inicial que aporta elementos a la formulación del problema o en la fase descriptiva de la investigación. Para otros su utilidad radica en complementar información para acompañar el análisis estadístico con ciertos datos que contextualizan la información. Otros investigadores circunscriben este enfoque a la formulación del “marco teórico, o de los antecedentes del problema a investigar. (2004, pág. 16)

La metodología del proyecto de investigación, es cualitativa, pues en el objetivo general se planteó analizar situaciones que conlleva el estrés infantil en el proceso de aprendizaje de los niños de preescolar. Es relevante observar las actitudes que manifiestan los niños en cada una de las actividades, realizadas durante la jornada escolar, lo que permite una intervención adecuada de la docente ante alguna

manifestación de estrés, de tal manera que se enfatizó en la investigación y análisis de este trastorno. (Ver imagen).

En la siguiente imagen se simula la raíz como el problema principal que da origen a otro más y a su vez este origina otros.

Árbol de posibles causas del estrés infantil en preescolar.



Después de haber realizado el árbol de las causas que generan el estrés en los niños de preescolar se definen los objetivos, se identifican los problemas y se establecen las acciones.

Se consideraron los siguientes objetivos:

- Identificar las causas y consecuencias del estrés en los niños de preescolar.
- Observar si las actitudes que manifiestan son causadas por estrés.

Cabe mencionar que el bajo rendimiento no se relaciona con el hecho de que las niñas y los niños sean o no inteligentes, sino que es multifactorial.

Pérez (2005), lo define como:

Un término general que se refiere a un grupo de alteraciones en los procesos de enseñanza aprendizaje caracterizados porque los alumnos rinden significativamente por debajo de sus capacidades, y que se manifiestan como dificultades en el aprendizaje e inadaptación escolar (bajo rendimiento académico general, o en áreas específicas, graves lagunas de conocimientos- incluso de las llamadas habilidades instrumentales, inadaptación escolar). (págs. 27,28)

Además del bajo rendimiento escolar, los niños muestran diversas actitudes que indicaron que alguno de ellos podría padecer de estrés.

Lo anterior implica realizar un estudio de las actitudes o conductas que presentaron los niños durante la etapa de preescolar, estas fueron un indicador importante para esta investigación.

No hay que olvidar que, mediante la convivencia en el aula, los niños establecen relaciones con sus compañeros y docente, mediante dicha convivencia se puede observar las reacciones que tienen ante un suceso. Los niños reaccionan de acuerdo a la etapa de desarrollo en la que se encuentran, sin embargo, algunos manifiestan irritabilidad sin causa aparente, reaccionan violentamente con sus compañeros, docente y objetos con los cuales tienen contacto, esto podría ser un indicador de que algo sucede con su desarrollo emocional.

Por otra parte, si bien no hubo posibilidad de aplicar el proyecto de manera general, en sus inicios un aspecto clave fue identificar los casos en cada uno de los grados

de una escuela de preescolar, esto permitió establecer e implementar las estrategias acordes a cada caso.

Bajo mi punto de vista, si el problema de estrés infantil es detectado a temprana edad se podrá tratar a tiempo, de tal manera que no se prolongue a la etapa de la adolescencia. Además, cuando un niño tiene un buen desarrollo emocional durante la infancia, con seguridad será un adulto que pueda integrarse a cualquier contexto, es conveniente especificar que cuando el niño desarrolla una inteligencia emocional, se adaptará a los cambios con mayor desenvolvimiento.

También hubo oportunidad de examinar la influencia que ejerce la familia en el desarrollo de la inteligencia emocional del niño, este fue un factor importante que requirió ser investigado para relacionarlo con las actitudes que manifiesta el niño en su vida diaria y sobre todo en el aula.

Observar este tipo de situación, permitió a la docente tener un concepto claro de lo que es el estrés infantil, los síntomas y las estrategias que deberá implementar (dentro de las cuales está, enviar al niño con un especialista), se examinó si este trastorno es una barrera para que el niño logre alcanzar un desarrollo integral.

Mediante esta investigación se conceptualizaron, causas, consecuencias, síntomas y estrategias para apoyar a los niños de preescolar que manifiestan estrés.

### 3.1.1 Investigación – acción

La propuesta del proyecto es de investigación - acción, porque se logró tener un conocimiento amplio del problema que se planteó (estrés infantil) y a su vez se buscaron las estrategias para solucionarlo en la medida de lo posible, de no poder hacerlo se consideró la opción de orientar a los padres del menor para que acudan a un especialista que les brinde la atención que requieren.

Colmenares “La considera como una metodología para el estudio de la realidad social, de hecho, su creador Kurt Lewin, la describe como una forma de

investigación que podía ligar el enfoque experimental de la ciencia social y con el fin de que ambos respondieran a los problemas sociales” (2008, págs. 103,104)

“La investigación-acción se presenta en este caso, no solo como un método de investigación, sino como una herramienta epistémica orientada hacia el cambio educativo” (2008, pág. 104)

Puedo decir que la metodología cualitativa, me permitió indagar mediante la observación: las causas, las manifestaciones y las consecuencias del problema que se investigó y que afectó a uno o a varios niños y al desempeño de la docente en el proceso de enseñanza aprendizaje. De esta manera se identificaron a los niños, que a causa del estrés tienen bajo rendimiento escolar.

El tipo de investigación- acción que realicé, fue la participativa, la cual me permitió estudiar y analizar las causas que generan el estrés en los niños de preescolar, tomando en cuenta sus diferentes entornos y la manera en la que estos influyen en su salud emocional. Mediante la información que los padres proporcionaron, en relación a las actitudes que manifiestan los niños en casa, se realizó un análisis comparativo para identificar si las actitudes son similares a las que se observan en el aula.

### 3.1.2 Instrumentos de investigación.

Una investigación es conveniente, porque mediante ella se obtienen datos nuevos, reafirma, incrementa o modifica lo que ya conocemos del problema a investigar. Además, permite implementar estrategias para dar solución a algún tipo de problema, el cual está afectando a uno o varios niños, aporta información de utilidad, amplía conceptos y ayuda a resolver problemas cotidianos.

Para Gómez “al realizar una investigación, podemos extender o ampliar nuestros conocimientos; de hecho, también profundizamos en ciertos conceptos y teorías que fundamentan aún más nuestros argumentos” (Gómez, 2012, pág.12)

Tabla 3. Definición de problemas.

PROBLEMA	ACCIONES	OBJETIVOS
Estilo de crianza	Investigación literaria Taller para padres	Observación
Estrés	Entrevista cualitativa a docentes y padres de familia. Investigación – acción Situación Didáctica	Obtención de datos  Aplicación de técnicas

La investigación se apoya de instrumentos para obtener información directa y certera del tema o problema que requiere ser fundamentado.

De acuerdo con Hernández “las técnicas de recolección de datos comprenden procedimientos y actividades que le permiten al investigador obtener información necesaria para dar respuesta a su pregunta de investigación” (Hernández, 2020, pág. 52)

La entrevista: se realizó mediante dos cuestionarios con preguntas diseñadas previamente y relacionadas con el proyecto de investigación. Los cuales contienen preguntas abiertas y estarán dirigidos a docentes y padres de los niños de preescolar. Este instrumento permite obtener información de manera directa.

Lo que se pretende al entrevistar a la docente, es saber si ella ha detectado a algún niño con estrés y que esto signifique un obstáculo en el proceso de aprendizaje y por consecuencia un bajo rendimiento académico.

En la entrevista se consideran los siguientes aspectos:

- 1.- A quien está dirigido.
- 2.- El lenguaje que se emplea.
- 3.- El tipo de preguntas que se realizan (deben ser claras y precisas).
4. Tener claro cuáles son las respuestas que se pretenden obtener.
- 5.- Diseñar las preguntas basándose en el tipo de persona a la que va dirigida.

6. -Debe contener los datos personales de la persona a la cual se le está aplicando la entrevista.

“La redacción de las preguntas debe ser sencilla para que se comprendan fácilmente, además de ser claras y precisas para llegar directamente al punto de información deseado” (Gómez, 2012, pág. 59)

El tipo de entrevista que se eligió fue la semiestructurada, ya que nos permite obtener respuestas libres y se pueden adaptar durante el desarrollo de la entrevista.

El tipo de entrevista según su contenido, es de investigación. Díaz (2013), considera que:

las entrevistas semiestructuradas son las que ofrecen un grado de flexibilidad aceptable, a la vez que mantienen la suficiente uniformidad para alcanzar interpretaciones acordes con los propósitos del estudio. Este tipo de entrevista es la que ha despertado mayor interés ya que “...se asocia con la expectativa de que es más probable que los sujetos entrevistados expresen sus puntos de vista... de manera relativamente abierta, que en una entrevista estandarizada o un cuestionario (pág. 163)

Para realizar la entrevista se diseñaron preguntas, dirigidas a docentes y padres de familia, con el propósito de indagar acerca del tema de investigación.

Se estableció el horario, se eligió el lugar para su realización.

Se explicó a la docente y al padre de familia cual era el propósito de dicha entrevista.

Díaz (2013), destaca los siguientes aspectos para realizar una entrevista semiestructurada, basadas en la propuesta de Miguel Martínez (s/f):

- Contar con una guía de entrevista, con preguntas agrupadas por temas o categorías, con base en los objetivos del estudio y la literatura del tema.
- Elegir un lugar agradable que favorezca un diálogo profundo con el entrevistado y sin ruidos que entorpezcan la entrevista y la grabación.
- Explicar al entrevistado los propósitos de la entrevista y solicitar autorización para grabarla o videograbarla.

- Tomar los datos personales que se consideren apropiados para los fines de la investigación.
- La actitud general del entrevistador debe ser receptiva y sensible, no mostrar desaprobación en los testimonios.
- Seguir la guía de preguntas de manera que el entrevistado hable de manera libre y espontánea, si es necesario se modifica el orden y contenido de las preguntas acorde al proceso de la entrevista.
- No interrumpir el curso del pensamiento del entrevistado y dar libertad de tratar otros temas que el entrevistador perciba relacionados con las preguntas.
- Tomar en cuenta el tiempo del entrevistado.
- Con prudencia y sin presión invitar al entrevistado a explicar, profundizar o aclarar aspectos relevantes para el propósito del estudio. (págs. 163-164)

#### Guion de la Entrevista

La entrevista tuvo como objetivo, obtener información procedente de un docente de preescolar, el tema fue:” el impacto del estrés en el proceso de aprendizaje en niños de preescolar”, causas, consecuencias, actitudes observadas y estrategias que se implementaron. (véase anexo 2 y 3)

La entrevista se realiza mediante un cuestionario con preguntas abiertas, reflexivas y directas.

#### Resultados de las entrevistas

- Se presentó de manera cualitativa mediante la descripción de resultados y considerando la bibliografía consultada durante la investigación del problema planteado, “La repercusión del estrés infantil en el proceso de aprendizaje en los niños de preescolar”
- Se obtuvieron datos importantes para la investigación
- Se analizaron los datos obtenidos en ambas entrevistas, haciendo un comparativo con la hipótesis planteada.
- Se logró identificar conductas relacionadas.

- Se detectaron consecuencias.
- Se identificaron antecedentes.
- Se identificó la frecuencia y la intensidad.
- Se realizaron los registros pertinentes.

En resumen, se recopiló la información para su análisis, basándose en los estudios realizados con anterioridad, sobre tres aspectos:

- Cultural
- Social
- Personal

La observación:

En el caso de este proyecto de innovación se debe considerar periódica, actualizada y debe estar enfocada a encontrar el origen y las posibles soluciones del problema, en este caso “la repercusión del estrés en el proceso de aprendizaje de los niños de preescolar”. esta se realiza de forma directa y de manera constante, considerando conceptos relacionados con el problema que se está investigando. Se realiza un registro con los datos obtenidos, en un formato ya establecido.

Desde el punto de vista de Campos (2012):

la observación es la forma más sistematizada y lógica para el registro visual y verificable de lo que se pretende conocer; es decir, es captar de la manera más objetiva posible, lo que ocurre en el mundo real, ya sea para describirlo, analizarlo o explicarlo desde una perspectiva científica (pág. 49)

La observación permite analizar y evaluar las actitudes que se observan de manera grupal, mediante este proceso se detectan casos específicos de estrés en los niños de preescolar, para lo cual se realizó una guía de los aspectos a observar con características específicas de los niños que padecen estrés.

Desde el punto de vista de Campos

La guía de observación es el instrumento que permite al observador situarse de manera sistemática en aquello que realmente es objeto de estudio para la investigación; también

es el medio que conduce la recolección y obtención de datos e información de un hecho o fenómeno. (Campos, 2012, pág. 56)

Para el caso específico de este proyecto de investigación se realizó el siguiente protocolo para observar conducta que reflejaron algún síntoma de estrés.

#### Protocolo para detección de estrés infantil

Se observó al grupo en general cuando realizaban las actividades durante la jornada escolar, en los siguientes aspectos:

- 1.- La forma en la que se desenvolvían.
- 2.- Cómo se relacionaban con sus pares y docente.
- 3.- La forma en la que utilizaban los materiales.
- 4.- Se observó si algún niño presentaba síntomas cómo: somnolencia, falta de concentración, bajo rendimiento, irritabilidad etc. Para esto se elaboró una tabla de registro.

Una vez que se obtuvieron los resultados, se analizaron de forma individual, lo cual permitió identificar a los niños con estrés.

Tabla 4. Guía de observación general

Aspectos	Manifiesta	
	Frecuente	Ocasionalmente
Apatía		
Aburrimiento		
Falta de concentración		

Bajo rendimiento escolar		
Disminución de actividad		
Fatiga o cansancio frecuente		
Brotos de mal humor		
Retraimiento social (se aísla durante las actividades y de sus compañeros)		
Desconfianza		
Pérdida de apetito o peso		
Exceso de hambre		
Hipersomnolia durante el día (se duermen durante la jornada escolar o presenta somnolencia)		

TABLA 4 Diagnóstico para casos detectados con estrés infantil

Aspectos		Durante las actividades (redactar en qué momentos de las actividades se manifiestan estos aspectos)
Apatía	Desinterés	
	Poco interés	
Aburrimiento		
Falta de concentración	Se distrae fácilmente	
	Inicia una actividad, pero no la concluye.	
	Se le dificultan las actividades.	
Disminución de actividad	Bajo rendimiento escolar	
Fatiga o cansancio	Frecuente	
	Poco Frecuente	
	Consigo mismo	

Brotos de mal humor	Con adultos	
	Con sus compañeros	
	Con desconocidos	
	Hacia los objetos	
Retraimiento social (se aísla)	De las actividades	
	De sus compañeros	
	De los adultos	
Desconfianza		
Pérdida de apetito o peso		
Exceso de hambre		
Hipersomnias durante el día (se duermen durante la jornada escolar o presenta somnolencia)		

Elaboración: propia

### 3.2 Propuesta de intervención en el aula.

Situación didáctica: Autoconocimiento y autorregulación de emociones en preescolar

Campo de formación	
Desarrollo personal y social - Educación socioemocional	
Propósitos generales	Propósitos por nivel educativo
Aprender a autorregular las emociones y generar las destrezas necesarias para solucionar conflictos de forma pacífica, a partir de la anticipación y la mediación como estrategias para aprender a convivir en la inclusión y el aprecio por la diversidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollar un sentido positivo de sí mismos y aprender a regular sus emociones.</li> <li>- Resolver conflictos mediante el diálogo</li> </ul>
Enfoque pedagógico	

Inteligencia emocional.	
Objetivo	
Fomentar en los niños mediante la implementación de estrategias la regulación emocional.	
Organizador curricular 1	Organizador curricular 2
Autoconocimiento Autorregulación	Autoestima. Expresión de las emociones.
Secuencia didáctica	
<p>Inicio:</p> <p>Organización grupal y por equipos de 4 integrantes.</p> <p>Se presenta un video a los niños</p> <p>Y yo ¿quién soy? <a href="https://youtu.be/LUwopAnxo_Y">https://youtu.be/LUwopAnxo_Y</a></p> <p>Hacer comentarios del video</p> <p>Autoconocimiento</p> <p>Se realizan las siguientes preguntas:</p> <p>¿Como eres físicamente?</p> <p>¿En qué eres bueno?</p> <p>¿En que no eres bueno?</p> <p>¿Qué te gusta de ti?</p> <p>¿Que no te gustan de ti?</p> <p>¿Qué cosas no te gustan que te digan tus padres y maestra?</p>	

Desarrollo:

D.1

- Por medio de la expresión corporal cada integrante del grupo se describirá físicamente-

Después

- Se les proporcionaran 3 imágenes:

1.- Cabeza: representa lo intelectual



2, Corazón: representa lo social, afectivo



3.- Manos: destrezas



La docente explica el concepto de cada imagen y pregunta:

- ¿Quién se considera bueno o no tan bueno para lo intelectual?
- ¿Quién para lo social y afectivo?
- ¿Quién para las destrezas?

Dinámica:

Para responder levantan la imagen que corresponda y la docente pregunta a cada uno cual es esa habilidad.

D.2

Traen imágenes relacionadas con la actividad del día anterior, que representan sus fortalezas y debilidades y elaboran un collage.

Se realiza la siguiente reflexión mediante preguntas:

¿Qué emoción te genera ser bueno para una habilidad o no tan bueno?

¿qué actitud tienes ante cada situación?

Cada uno explica su collage.

Autorregulación

D.3 Mediante la técnica de La escalera de resolución de conflictos  
<https://youtu.be/IRMgugaBLbw>

1. identificar y expresar emociones mediante el juego “caras y gestos”. (darse cuenta de cómo se siente y expresarlo)

2.- Identificar el problema (que malestar le ocasiona dicho problema)

3.- Conseguir un clima de tranquilidad (cuestionar al niño sobre qué es lo que lo tranquiliza cuando tiene un problema)

4.- Buscar posibles soluciones para el problema.

5.- Establecer consecuencias positivas o negativas de cada solución cuando existen varias para luego elegir cual es más conveniente.

6.- Elegir la mejor solución (aquella que tenga consecuencias positivas).

D.4 Mediante la representación simbólica (actuación), los niños se organizan por equipo en donde todos los integrantes de un equipo son buenos o no tan buenos para lo intelectual, el otro equipo para lo social y afectivo y el último para las destrezas (3 equipos)

- Elijen una debilidad
- Plantean una solución
- Hacer la representación

D.5 Reflexión: ¿cómo podemos lograr la calma cuando hay un problema que nos afecta o afecta a los demás?

La docente menciona, explica y todos realizan las diferentes técnicas para relajación y liberación de estrés

- Abrir y cerrar los puños
  - Correr
  - Escuchar música
  - Dibujar mándalas
  - Soplar burbujas
  - La flor y la vela
- Relajación**
- Rasgar papel
  - Gritar en una almohada
  - Dibujar
  - Aplastar masa o plastilina
- Liberación**

Cierre:

Realizar técnica de relajación y liberación.

- Huelo una flor y soplo una vela (simular que en una mano tenemos una vela y en la otra una flor)
- Rasgar papel.

Cantar la canción “el mango relajado” <https://youtu.be/C4dTPTKDxFQ>

Transversalidad

Aprendizajes esperados

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lenguaje y comunicación</li> <li>- Artes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reconoce las emociones básicas (alegría, miedo, enojo, tristeza) e identifica cómo se siente ante distintas situaciones</li> <li>-Identifica y nombra características personales: ¿cómo es físicamente?, ¿qué le gusta?, ¿qué no le gusta?, ¿qué se le facilita?, ¿qué se le dificulta?</li> <li>- Reconoce distintas situaciones que lo hacen sentir bien.</li> <li>-Reconoce y nombra situaciones que le generan felicidad, tristeza, miedo o enojo</li> <li>-Utiliza estrategias para regular emociones como el enojo, el miedo o la tristeza</li> </ul> <p>Reconoce qué lo hace sentirse alegre, seguro y feliz.</p>
<p style="text-align: center;">Técnica</p>	<p style="text-align: center;">Instrumento de evaluación</p>
<p style="text-align: center;">Desempeño de los alumnos</p>	<p style="text-align: center;">Observación</p>
<p style="text-align: center;">Productos</p>	<p style="text-align: center;">Materiales</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Expresión corporal.</li> <li>- Organización de los niños.</li> <li>- Representación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Videos.</li> <li>- Papel.</li> <li>- Imágenes.</li> <li>- Recortes.</li> </ul>

Propuesta de Rúbrica de seguimiento

Progreso observado									
ACTIVIDADES	Antes			Durante			Después		
	Si	En Proceso	No	Si	En Proceso	No	Si	En Proceso	No
Se describe físicamente.									
Se describe emocionalmente.									
Reconoce para lo que es bueno.									
Reconoce para lo que no es tan bueno.									
Expresa lo que no le gusta de sí mismo.									
Expresa lo que le agrada de sí mismo.									
Identifica lo que no le gusta que le digan sus padres.									
Identifica lo que si le gusta que le digan sus padres.									
Identifica lo que le gusta que le diga su maestra.									

Identifica lo que no le gusta que le diga su maestra.									
Identifica emociones.									
Describe emociones.									
Reconoce las actitudes que manifiesta cuando algo le agrada.									
Reconoce las actitudes que manifiesta cuando algo le desagrada.									
Identifica que situaciones le representan un problema.									
Busca opciones para solucionar un problema.									
Busca opciones para relajarse ante una situación que le genera disgusto.									
Establece consecuencias									

positivas al elegir una solución.									
Establece consecuencias negativas al elegir una solución.									
Se describe mediante la expresión corporal.									
Manifiesta emociones mediante la gesticulación facial.									
Manifiesta emociones mediante el canto.									
Manifiesta emociones mediante el baile.									
Realiza técnicas de relación									
Realiza técnicas de liberación.									

En la rúbrica se consideraron técnicas artísticas, como método para el manejo de las emociones, ya que se observó que en su mayoría las se expresa libremente y de manera espontánea como parte de su naturaleza.

La terapia artística es una manera de expresar la “verdad” desde un ámbito figurado, en el que las experiencias personales pueden aparecer representadas en las creaciones artísticas de forma indirecta y sin intencionalidad alguna. A través de la arteterapia podemos conseguir que los niños de Educación Infantil expresen externamente sus

reflexiones, dificultades, sentimientos, etc. mediante la expresión artística, de manera que aprendan a saber reconocerlos y expresarlos, favoreciendo así el desarrollo de una persona que pueda crecer, tanto social como emocionalmente, en un ambiente inclusivo en el que comunicarse libremente. (Izquierdo, 2018, pág. 5)

En la propuesta de intervención en el aula se incluyen actividades relacionadas con el arte (representación simbólica, expresión corporal, mándala, canto y danza), estas ayudan a los niños a expresar sus emociones, sin que esto le genere conflictos, sin que dañen a alguien más o así mismos. Expresar las emociones a través del arte es una forma de liberar tanto emociones negativas como positivas.

### 3.3 Taller para padres

El rol de los adultos en la detección y atención del estrés en las niñas y los niños es muy importante, por lo tanto, se sugiere que la y el docente tengan una preparación adecuada para intervenir en el aula. Los padres también requieren de una orientación profesional con respecto al tema, para lo cual se realizaron talleres para proporcionarles información con respecto a la atención adecuada para los niños con estrés.

Bisquerra. (s/f) afirma que: “los padres y los educadores, también pueden contribuir en gran medida al desarrollo de las competencias emocionales de los niños. Lo que se necesita, en primer lugar, es tomar conciencia de la importancia que esto tiene en sus vidas” (pág. 9)

A continuación, se propone el protocolo para la realización de los talleres para padres, que tiene como objetivo principal informar y orientar a los padres con respecto a una problemática que se presenta en alguna etapa de desarrollo de los sus hijos, lo que se pretende es hacerlos reflexionar sobre los problemas que interfieren en el desarrollo integral de los niños y las posibles estrategias a implementar.

Desde el punto de vista de la docente lo que se pretendía con esta serie de talleres que se realizaron, es dar a conocer a los padres de familia la importancia de la inteligencia emocional en los niños de preescolar y sugerir estrategias para que los niños tengan un mayor control en la forma como expresan sus emociones.

El protocolo para la realización de los talleres fue el siguiente:

- Establecer fechas mediante un cronograma, para lo cual se tomarán en cuenta las actividades escolares establecidas con anticipación y el tiempo y disposición de los padres.
- Definir los temas, los cuales serán de tipo reflexivo, de orientación y de intercambio de estrategias entre los participantes.
- Desarrollar las actividades para cada taller.

Cronograma del taller para padres	
Tema general: el estrés como consecuencia de las emociones.	
Temas	Fechas
<p>Describiendo a mi hijo. Los padres describirán a su hijo físicamente, mencionarán sus debilidades y fortalezas.</p> <p>Se reflexionará mediante las de exposición experiencias de cada uno acerca de cómo pueden apoyar a sus hijos para que superen situaciones que les generen conflictos.</p>	Octubre
<p>Manifestación de emociones en el entorno familiar. Los padres mencionaran que tipo de emociones manifiestan sus hijos y ante que situaciones se presentan.</p> <p>Actividad para concluir en casa escribir una carta a su hijo. En esta carta podrán mencionar aspectos positivos, cosas que admiran de él y otras que le resultan menos agradables.</p>	Diciembre
<p>Como reacciono cuando mi hijo manifiesta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Enojo.</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tristeza.</li> <li>- Dolor.</li> <li>- Llanto.</li> <li>- Frustración.</li> <li>- Miedo.</li> <li>- No ha dormido.</li> <li>- No ha comido.</li> <li>- No le compras lo que pide.</li> </ul> <p style="text-align: center;">Actividad</p> <p>Los niños participan iluminando un corazón, mientras que sus papas con los ojos vendados escuchan la melodía corazón de niño, los niños se colocaran frente a sus padres y le entregaran la hoja con el corazón que realizaron, los niños entregaran el corazón a su papa o mama y les pediremos que lo arruguen, posteriormente les pediremos que se quiten la venda de los ojos y que ven lo que hay en esa hoja arrugada, que la extiendan y que traten de que no tenga ninguna arruga.</p> <p>Reflexión: lo mismo sucede con los sentimientos de los niños una vez que se lastimaron dejaron huella en ellos</p>	Febrero
Técnicas para ayudar a mis hijos a manifestar sus emociones de la mejor manera posible.	Abril
	Mayo
Evaluación general del taller: Intercambio de experiencia y avances relacionados con la puesta	Junio

### 3.4 Seguimiento

Se propone que los resultados se presenten mediante el establecimiento de indicadores, los cuales nos brinden información de carácter cualitativo para evaluar el desempeño de las niñas y los niños en los cuales se observen síntomas de estrés; el cual pueda obstaculizar el proceso de aprendizaje.

Mediante los indicadores se puede registrar el nivel de progreso mostrado por las niñas y los niños después de realizar las actividades sugeridas, las cuales favorecerán el manejo de emociones y la regulación de las actitudes que manifiesten los niños durante el proceso de enseñanza aprendizaje.

Indicadores que se proponen observar mediante una categorización, considerando que se pueden evaluar de forma continua hasta alcanzar un logro significativo.

- Autoconocimiento
- Autorregulación
- Empatía
- Autonomía

Cabe mencionar que lo anterior es una propuesta, se sugiere aplicar considerando los puntos anteriores, los cuales se fundamentaron mediante una investigación realizada y con base en la experiencia docente durante la interacción con las niñas y los niños de preescolar. No solo es suficiente observar que existen ciertas necesidades en el aspecto emocional de las niñas y los niños, también es importante actuar al respecto para favorecer la inteligencia emocional que les permita un desarrollo equilibrado, que sean conscientes de sus emociones y que tengan un autocontrol de las mismas.

Indicadores	Aspecto	Categorización	Lo manifiesta cuando:
<b>Autoconocimiento</b>	Autoestima	Experimenta con sus emociones	Las reconoce y las expresa de manera controlada
		Identifica lo que le gusta y lo que no.	Reconoce que hay situaciones o personas que no le agradan.
		Demuestra que tiene buena autoestima.	Se integra a las actividades y se esfuerza por hacerlo bien.
<b>Autorregulación</b>	Manejo de emociones	Identifica las emociones y su causa.	Cuando manifiesta lo que está sintiendo y su origen
		Evita conductas impulsivas generadas por las emociones.	Evita agredir física y verbal a los demás.
		Aplica estrategias para tranquilizarse.	Utiliza las estrategias implementadas para controlarse
<b>Empatía</b>	Respeto hacia los demás	Reconoce en otros las emociones que experimentan los demás.	Se acerca a sus compañeros como apoyo ante alguna situación.
		Apoya a sus compañeros a reconocer sus emociones	
		Ayuda a sus compañeros a sentirse mejor ante una situación difícil.	
<b>Autonomía</b>	Autogestión	Escucha la opinión de otras personas.	
		Toma decisiones por sí mismo.	
		Asume responsabilidades.	

## Conclusiones

La planeación de un proyecto de investigación requiere de un objetivo claro mediante el cual se desarrolle el proyecto.

La finalidad de un proyecto es obtener de forma clara conocimientos que ayuden a la posible solución de un problema, dicha información se obtiene mediante una investigación, en donde se encuentren las causas, consecuencias y posibles soluciones para dichos problemas con fundamentos teóricos válidos y actualizados.

El proyecto se estructura básicamente con la información recabada mediante la observación del problema en el entorno en donde se manifiesta y los involucrados; toda esta información se organiza de forma sistemática para un mejor desarrollo del proyecto de investigación.

Diseñar un proyecto requiere de la utilización de diversas herramientas, una de ellas es el Marco Lógico.

Sánchez (2007) lo define como. “una herramienta para facilitar el proceso de conceptualización, diseño, ejecución y evaluación de proyectos” (pág. 329)

El problema del proyecto fue el Estrés Infantil en los niños de preescolar, siendo los implicados:

- a) El investigador
- b) Padre
- c) Alumnos
- d) Dirección
- e) Docente

Una vez que se identificó el problema y los involucrados, se diseña el árbol de los problemas, en donde se tomará en cuenta el problema como la raíz y las causas y efectos que este ocasiona en el proceso de enseñanza- aprendizaje en los niños de preescolar.

Desde el inicio de la investigación, el diseño del árbol del problema, ayudó a definir la ruta de desarrollo para el proyecto, y la definición de problemas permitió tener una visión más clara del propósito del trabajo. La línea de investigación se centra en la repercusión que tiene el estrés en el proceso de enseñanza- aprendizaje en los niños de preescolar.

Anteriormente no se hablaba de estrés infantil como algo común, los adultos eran quienes manifestaban síntomas de este padecimiento, sin embargo, en los últimos años este escenario ha cambiado. El estrés es una consecuencia de situaciones en las que están involucrados las niñas y los niños, los cuales están expuestos a vivir etapas en su entorno familiar que no comprenden, pero que de alguna manera influyen en su estado emocional de manera significativa.

La investigación permitió tomar consciencia de que en el 2021 las niñas y los niños se vieron más expuestos a este padecimiento, derivado de la pandemia por COVID 19, sus actividades cambiaron abruptamente, había situaciones que no entendían, como el confinamiento, el dejar de asistir a la escuela, el uso del cubrebocas y el distanciamiento de sus seres queridos.

Este proyecto tuvo como objetivo hacer un análisis teórico para conocer los síntomas, consecuencias y la repercusión que tuvo el estrés en el proceso de aprendizaje de los niños de preescolar. El análisis permitió conocer los síntomas característicos de este padecimiento, las posibles causas y sus fases.

También permitió reafirmar que la familia es un elemento importante en el desarrollo emocional de las niñas y niños, la forma en la que está integrada, el tipo de crianza que establecen y la interacción social que practica en su entorno.

Las niñas y los niños gestionan sus emociones con base a lo aprendido en su entorno familiar, las actitudes que manifiestan ante alguna situación son una respuesta a lo que están sintiendo y lo usan para protegerse ante una situación nueva en donde se sienten expuestos e inseguros.

Es importante educar a las niñas y los niños en la dimensión emocional, mediante estrategias que se utilicen con el diseño de actividades que los ayuden a identificar,

contener, liberar y autocontrolarse. Es importante considerar lo que establece el programa de aprendizajes clave para diseñar actividades que conduzcan a la obtención de los aprendizajes esperados.

El rol de la docente en este aprendizaje consistirá en guiar y brindar la oportunidad a las niñas y niños a gestionar sus emociones, mediante actividades diseñadas para lograr el objetivo. La docente tiene limitantes en aquello que está fuera de su alcance lo canalizará a un experto en este tipo de padecimiento.

Es importante que las niñas y los niños desarrollen su inteligencia emocional en esta etapa, ya que esto les proporcionará las herramientas necesarias para relacionarse e interactuar de una forma sana con los demás de su entorno. Será un adulto seguro de sí mismo, autosuficiente e independiente.

El presente proyecto de investigación represento un cambio en la visión sobre la práctica docente, no es enseñar a las niñas y a los niños, es acompañarlos en la construcción de sus aprendizajes mediante actividades innovadoras con las cuales descubran y aprendan a actuar en cualquier contexto y ante cualquier situación.

Generar un ambiente seguro en el que los niños se puedan expresar y manifestar aprendiendo de la mejor manera y a su propio ritmo.

También tendrá un impacto positivo en las niñas y en los niños, ya que podrán hacer uso de diferentes tipos de estrategias para la regulación de sus emociones, para identificarlas y controlarlas.

Tendrá un impacto positivo en los padres porque les permitió conocer acerca de las emociones y de como acompañar a las niñas y los niños en la gestión de ellas. Es importante que sepan que no son solo caprichos o berrinches o que son niños mal portados, las emociones son el resultado de situaciones que están viviendo y que de alguna manera les afecta.

Los seres humanos experimentamos emociones desde que estamos en el vientre materno y en cada una de las etapas del desarrollo. Se considero importante investigar respecto a este aspecto, debido a que en el aula se pueden observar

diferentes estados de ánimo de las niñas y los niños y aunque todos están en la misma etapa de desarrollo, no todos reaccionan de la misma manera.

Atender el aspecto emocional de las niñas y niños, favorece en gran medida el proceso de aprendizaje, esto les permite desarrollar habilidades que le serán útiles para su vida adulta. Durante la infancia es importante hacer vínculos de confianza y seguridad, este rol les corresponde a los adultos que se encuentran a cargo de las niñas y los niños, (padres, cuidadores y docentes) los cuales atenderán sus necesidades y sus emociones.

## Referencias

- Alviárez, (2009). Inteligencia emocional en las relaciones académicas profesor-estudiante en el escenario universitario. *Laurus*, 15(30), 94-117.
- Arriaga. (2015). *ATenas*, 63-74.
- Bisquerra. (s.f.). *Actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en los niños*. Parramón.
- Bisquerra. (s/f). *Actividades para el desarrollo de la inteligencia emocional en niños*. Parramón.
- Booth. (2011). *Guía para la Educación Inclusiva*. Madrid: Grafía.
- Cardona, G. (2017). Primera infancia y educación emocional. *Universidad Católica del Norte*, 52, 174-184.
- Castro. (2006). Alfabetización emocional: la deuda de enseñar a vivir con los demás. *Revista Iberoamericana De Educación*, 1-16.
- Díaz. (2013). La entrevista, recurso dinámico y flexible. *Investigación en educación médica*, 162-167.
- García (2005), Enseñanza y aprendizaje en la educación artística. El Artista [en línea]. 2005, (2), 80-97[fecha de Consulta 4 de Enero de 2023]. ISSN: . Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=87400207>
- García. (1995). El diagnóstico pedagógico en la educación infantil. *Revista Complutense de educación*, 74-100.
- Guil. (2018). Desarrollo de la inteligencia emocional en la primera infancia: una guía para la intervención. *Universitas Psychologica*, 3-17.
- Hernández. (2015). Necesidades de formación para el desarrollo . *Salud Uninorte*, 284-294.
- Izquierdo. (10 de Diciembre de 2018). El arte terapia en la educación infantil. *Educación Soria*. Valladolid, España: Facultad de educación.
- López, R. (2016). Dimensión viva de la praxis educativa. *Revista virtual Universidad Católica del Norte*, 1- 4.
- Loredo. (2009). Nivel de estrés en niños(as) de primer año de primaria y su correlación con alteraciones en su conducta. *Enfermería Universitaria*, 7-14.
- Martínez. (2014). Prevención del estrés escolar. *Infad*, 295-305.
- Martínez (2015) La expresión oral en los niños y los cuentos. UCV-HACER. *Revista de Investigación y Cultura [en línea]*. 2015, 4(2), 116-120[fecha de

Consulta 4 de enero de 2023]. ISSN: 2305-8552. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=521751974012>

Murcia. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la vida. *Logos, ciencia&tecnología*, 58-67.

Oros. (2005). Eventos que generan estrés en la infancia: . *Enfoque*, 85-101.

Otsubo. (2008). *MANUAL DE DESARROLLO INTEGRAL DE LA INFANCIA*. Argentina: ACF.

Pérez, R. (2005). *Dificultades en el aprendizaje: Unificación de criterios diagnósticos*. Andalucía: TECHNOGRAPHIC, S.L.

Rodríguez, (2009). EMOCIONES NEGATIVAS Y SU IMPACTO EN LA SALUD MENTAL Y FÍSICA. *Suma Psicológica*, 16(2),85-112. [fecha de Consulta 4 de enero de 2023]. ISSN: 0121-4381. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>

Santander, c. (2006). Ifabetización emocional: la deuda de enseñar a vivir con los demás. . *Revista Iberoamericana De Educación*, 1-16.

SEP. (2018). *La Evaluación Diagnóstica en los Aprendizajes Clave para Preescolar*. CDMX: SEP.

Sánchez (2007) El marco lógico. Metodología para la planificación, seguimiento y evaluación de proyectos. *Visión Gerencial* [en línea]. 2007, (2), 328-343[fecha de Consulta 8 de Noviembre de 2022]. ISSN: 1317-8822. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=465545876012>

Silva, d. (2014). La actividad infantil y el desarrollo emocional en la infancia. *Psicología y educación*, 9-30.

S/A El manejo del estrés en los niños. (2016). *La guía DE ANTARES.enseñanza*, F. d. (2009). La importancia del contexto en el proceso de enseñanza aprendizaje. *Temas para la educación*, 1-7.

(s.f.). *ESTILOS DE CRIANZA VINCULADOS A COMPORTAMIENTOS*.

TorresCarmen El juego: una estrategia importante . *Educere* [en línea]. 2002, 6(19), 289-296[fecha de Consulta 4 de Enero de 2023]. ISSN: 1316-4910. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35601907>

UNICEF. Niñas y niños menores de 6 años en la pandemia, UNICEF México, recuperado de: <https://www.unicef.org/mexico/niñas-y-niños-menores-de-6-años-en-la-pandemia>

Zuñiga. (2005). Los trastornos del estado de animo. *Revista Digital Universitaria*, 1-14.

## ANEXO 1

cuestionarios que se aplicaron a docentes, maestros y alumnos se obtuvieron datos relacionados con: la inclusión en el preescolar, las emociones que les genera asistir a la escuela, el ambiente que perciben en cuanto al respeto, la consideración, la promoción de los derechos humanos, el apoyo que existe entre los que asisten a la escuela, el currículo y todo lo relacionado con el contexto escolar.

### Cuestionario 1. Indicador

Por favor, marque las casillas que describa mejor su implicación con el centro escolar:

Docente  Ayudante de Aula/profesor de apoyo  Asistente Directivo  Niño o joven  
 padre/tutor  otro miembro del equipo (especificar) \_\_\_\_\_

Su respuesta puede ser:

De acuerdo DA

Ni de acuerdo NDA

ni en desacuerdo NED

En desacuerdo ED

Necesito más información NMI

### **Dimensión A - Creando culturas inclusivas**

#### **A1: Construyendo comunidad**

1. toda la gente que llega a este centro es bienvenida.
2. El equipo educativo coopera entre sí.
3. Los estudiantes se ayudan mutuamente.
4. El Equipo educativo y los estudiantes se respetan mutuamente.
5. El equipo educativo y los padres/tutores colaboraran.
6. El equipo educativo y los miembros del consejo escolar del centro trabajan bien juntos.
7. El centro escolar es un modelo de ciudadanía democrática.

8. El centro escolar fomenta la comprensión de las interconexiones entre las personas de todo el mundo.
- 9 Los adultos y estudiantes son receptivos a la variedad de identidades de género
10. El centro escolar y la comunidad local se apoyan entre sí.
11. El equipo educativo vincula lo que sucede en el centro escolar con la vida de los estudiantes en el hogar.

## **A2: Estableciendo valores inclusivos**

1. El centro escolar desarrolla valores inclusivos compartidos.
2. El centro escolar fomenta el respeto de todos los derechos humanos.
3. El centro escolar fomenta el respeto de la integridad del planeta Tierra.
4. La inclusión se entiende como una mayor participación de todos.
5. Las expectativas son altas para todos los estudiantes.
6. Los estudiantes son valorados por igual.
7. El centro escolar rechaza todas las formas de discriminación.
- 8.El centro escolar promueve la convivencia y la resolución pacífica de conflictos.
9. El centro escolar anima a los estudiantes y adultos a sentirse bien consigo mismos
10. El centro escolar contribuye a la salud de estudiantes y adultos.

## **Dimensión B - Estableciendo políticas inclusivas B1: Desarrollando un centro escolar para todos**

- 1.. El centro escolar tiene un proceso de desarrollo participativo.
2. El centro escolar tiene un enfoque de liderazgo inclusivo.
- 3 Los nombramientos y los ascensos son justos.
4. La experiencia del equipo educativo es reconocida y utilizada.
5. Se ayuda a todo el equipo educativo a integrarse en el centro escolar.
6. El centro escolar trata de admitir a todos los estudiantes de su localidad.
7. Se ayuda a todos los estudiantes nuevos a integrarse en el centro escolar.
8. Los grupos de enseñanza y aprendizaje se organizan de forma equitativa para apoyar el aprendizaje de todos los estudiantes.
9. Los estudiantes están bien preparados para desenvolverse en otros contextos no académicos.

10. El centro escolar es físicamente accesible para todas las personas.
- 11 Los edificios y los patios se han diseñado pensando en facilitar la participación de todos
- 12 El centro escolar reduce su huella de carbono y el uso de agua.
- 13 El centro escolar contribuye a la reducción de residuos.

## **B2: Organizando el apoyo a la diversidad**

1. Todas las formas de apoyo están coordinadas.
2. Las actividades de desarrollo profesional ayudan al equipo educativo a responder mejor a la diversidad.
- 3 El castellano/euskera/catalán/gallego/valenciano como segunda lengua es un recurso para todo el centro escolar.
- 4 El centro escolar apoya la continuidad de la educación de los estudiantes que están en centros de protección de menores
- 5 El centro escolar se asegura de que las políticas sobre “necesidades educativas especiales” se inserten en políticas de inclusión.
6. Las normas de conducta están relacionadas con el aprendizaje y desarrollo curricular.
- 7 Se reducen las presiones de exclusión disciplinaria.
8. Se reducen las barreras para la asistencia al centro escolar.
9. Se busca eliminar el maltrato entre iguales por abuso de poder (“Bull ying”).

## **Dimensión C - Desarrollando prácticas inclusivas C1 Construyendo un currículum para todos**

1. Los estudiantes exploran los ciclos de producción y consumo de alimentos.
2. Los estudiantes investigan la importancia del agua.
3. Los estudiantes estudian la ropa y la decoración del cuerpo.
- 4 los estudiantes investigan sobre la vivienda y el medio urbano.
- 5 los estudiantes aprenden cómo y por qué la gente se mueve alrededor de su localidad y por el mundo.
6. Los estudiantes aprenden acerca de la salud y las relaciones interpersonales.
7. Los estudiantes investigan la tierra, el sistema solar y el universo.

8. Los estudiantes estudian la vida en la tierra.
9. Los estudiantes investigan sobre las fuentes de energía.
10. Los estudiantes aprenden acerca de la comunicación y las tecnologías de la comunicación.
11. Los estudiantes participan y crean arte, literatura y música.
12. Los estudiantes aprenden sobre el trabajo y a vincularlo con el desarrollo de sus intereses.
13. Los estudiantes aprenden acerca de la ética, el poder y la gobernanza.

## **C2: Orquestando el aprendizaje**

1. Las actividades de aprendizaje se han planificado considerando a todos los estudiantes.
2. Las actividades de aprendizaje fomentan la participación de todos los estudiantes.
3. Se promueve el pensamiento crítico en los estudiantes.
4. Los estudiantes participan activamente en su propio aprendizaje.
5. Los estudiantes aprenden unos de los otros.
6. Las clases desarrollan una comprensión de las similitudes y diferencias entre las personas.
7. Las evaluaciones fomentan los logros de todos los estudiantes.
8. La disciplina se basa en el respeto mutuo.
9. El equipo educativo planifica, enseña y revisa en colaboración.
10. El equipo educativo desarrolla recursos compartidos para apoyar el aprendizaje.
11. Los profesores de apoyo ayudan al aprendizaje y a la participación de todos los estudiantes.
12. Las tareas escolares son pensadas para contribuir al aprendizaje de cada estudiante.
13. Las actividades fuera del horario lectivo están disponibles para todos los estudiantes.
14. Los recursos de la localidad son conocidos y utilizados.

Éstas son las tres cosas que más me gustan de este centro escolar:

Éstas son las tres cosas que más me gustaría cambiar de este centro escolar:

## **Cuestionario 2. El centro escolar de mi hijo**

1. Mi hijo por lo general quiere venir al centro escolar.
2. Mi hijo tiene buenos amigos en el centro escolar.
3. Me siento parte de la comunidad escolar.
4. El centro escolar me mantiene bien informado sobre lo que ocurre en su interior.
5. Me han pedido que aporte en el transcurso de las lecciones con algún material o presencialmente en las clases.
6. Creo que este es el mejor centro escolar de la zona.
7. El centro escolar y el patio son atractivos.
8. Los baños están limpios y son seguros.
9. Los estudiantes se llevan bien.
10. Los profesores se llevan bien.
11. Los adultos y estudiantes se llevan bien.
12. Los profesores y los padres se llevan bien.
13. Todas las familias son igualmente importantes para los profesores del centro escolar.
14. Tengo amigos entre los otros padres.
15. Me gustan los profesores.
16. Los profesores se interesan sobre lo que le decimos acerca de mi hijo.
17. Es bueno tener a estudiantes de diferentes orígenes en el centro escolar.
18. Sólo por estar en el centro escolar mi hijo aprende a relacionarse con la gente.
19. Mi hijo aprende lo que significa la democracia en el centro escolar.
20. Mi hijo aprende sobre la importancia de cuidar el medio ambiente.
21. Mi hijo come de forma saludable en el centro escolar.
22. He estado involucrado en hacer del centro escolar un lugar mejor.
23. Cualquier niño que vive cerca de este centro escolar es bienvenido a venir aquí.
24. Cuando mi hijo empezó en este centro escolar se hizo un esfuerzo para que me sintiera involucrado.
25. Cada niño es tratado con respeto.

26. los estudiantes con discapacidad son aceptados y respetados en el centro escolar.
27. los chicos y chicas se llevan bien.
28. Ser gay o lesbiana es visto como una parte normal de la vida.
29. se es respetado independientemente del color de su piel.
  
30. uno se considera parte del centro escolar, sea cualquiera su religión o si no tienen religión.
  
31. no se rechaza a los estudiantes debido a lo que llevan puesto.
32. se les respeta por su esfuerzo, no por los resultados obtenidos en los exámenes.
33. los estudiantes no se llaman con sobrenombres agresivos.
34. el acoso escolar no es un problema.
35. si alguien acosa a mi hijo yo sé que recibiría ayuda del centro escolar.
36. si los estudiantes han estado fuera durante un día los profesores quieren saber dónde han estado.
37. los profesores no tienen favoritos entre los estudiantes.
38. creo que los profesores son justos cuando elogian a un estudiante.
39. Creo que los profesores son justos cuando castigan a un estudiante.
40. cuando los estudiantes están interrumpiendo las clases, otros estudiantes los calman.
41. mi hijo aprende a resolver los desacuerdos escuchando, hablando y comprometiéndose.
42. Mi centro escolar envía a casa a los estudiantes que se han portado mal.
43. Las clases hacen buen uso de lo que mi hijo ha aprendido fuera del centro escolar.
44. mi centro escolar tiene un buen sistema de apoyo a los estudiantes cuando tienen un problema.
45. mi hijo aprende mucho en este centro escolar.
46. a los estudiantes se les da confianza para aprender de forma autónoma.
47. El centro escolar está comprometido con el ahorro de energía.

- 48 .mi hijo aprende a cuidar el medio ambiente en el centro escolar y su entorno.
- 49.Los estudiantes se ayudan unos a otros cuando están atascados en su trabajo.
50. mi hijo sabe cómo obtener ayuda con su trabajo cuando es necesario.
51. el centro escolar es un lugar donde las personas realmente escuchan las ideas de otros.
52. mi hijo siempre sabe lo que tiene que hacer después de que le expliquen la lección.
53. Mi hijo suele entender qué tiene que hacer cuando le dan la tarea.
54. las tareas ayudan a mi hijo a aprender.
55. al mediodía mi hijo a veces hace alguna actividad extraescolar o practica un deporte.
  
- 56.después de las clases mi hijo a veces hace alguna actividad extraescolar o practica un deporte.

Éstas son las tres cosas que más me gustan de este centro escolar:

Estas son las tres cosas que más me gustaría cambiar de este centro escolar:

### **Cuestionario 3. Mi centro escolar**

1. Me gusta ir a este centro escolar.
2. Me siento parte de una gran comunidad.
3. Mi centro y el patio son muy atractivos.
- 4.Los baños están limpios y seguros.
- 5.Los estudiantes se llevan bien.
6. Los adultos se llevan bien.
7. Los adultos y los estudiantes se llevan bien.
8. Tengo algunos buenos amigos aquí.
9. Me gustan mis profesores.

10. El centro escolar me ayuda a sentirme bien conmigo mismo.
11. mi centro escolar me ayuda a sentirme bien acerca del futuro.
12. se nos anima a defender lo que creemos que es correcto.
13. es bueno tener estudiantes de diferentes orígenes.
14. sólo por estar en el centro escolar uno aprende a relacionarse con la gente.
15. he aprendido lo que significa la democracia en el centro escolar.
16. He aprendido como mis acciones afectan a otros en el centro escolar.
17. He aprendido como mis acciones afectan a otros en todo el mundo.
18. he aprendido como mis valores afectan a la forma que actúo.
19. yo como de forma saludable en el centro escolar.
20. mi familia se siente involucrada con lo que pasa en el centro escolar.
21. cuando los profesores dicen que van a hacer algo, lo hacen.
22. las personas admiten cuando han cometido un error.
23. hay un lugar cómodo dentro del centro al que puedo ir a la hora de comer.
24. me he involucrado en hacer de mi centro un lugar mejor.
25. cualquier estudiante que vive cerca de este centro es bienvenido a venir aquí.
26. cuando llegué al centro escolar me ayudaron a integrarme.
27. eres respetado independientemente del color de tu piel.
28. uno se siente parte del centro sea cual sea su religión o si no tiene religión.
29. los estudiantes no menosprecian a los demás a causa de lo que llevan puesto.
30. los chicos y chicas se llevan bien.
31. En este centro, ser gay o lesbiana es visto como una parte normal de la vida.
32. los estudiantes con discapacidad son respetados y aceptados.
33. los estudiantes evitan no llamar a otros con nombres agresivos.

34. si alguien me intimida o a cualquier otra persona, se lo diría a un profesor.
35. los profesores no tienen favoritismos entre los estudiantes
36. si he estado fuera durante un día el profesor quiere saber dónde he estado.
37. creo que los profesores son justos cuando elogian a los estudiantes.
38. creo que los profesores son justos cuando corresponde castigar a un estudiante.
39. los profesores saben cómo evitar que los estudiantes interrumpen las clases.
40. cuando los estudiantes están interrumpiendo las lecciones, otros estudiantes los calman.
41. aprendemos a resolver los desacuerdos escuchando, discutiendo y tomando decisiones.
- 42 en las clases, los estudiantes suelen ayudarse mutuamente en parejas y grupos pequeños.
43. en las clases, los estudiantes comparten lo que saben con otros estudiantes.
44. si tengo un problema en una lección, un profesor o profesor de apoyo me va a ayudar.
45. me gustan la mayoría de mis lecciones.
46. Aprendo acerca de lo que está pasando en el mundo.
47. he aprendido sobre la importancia de los derechos humanos.
48. Aprendo cómo reducir el sufrimiento en el mundo.
49. he aprendido mucho en este centro escolar.
50. en este colegio a veces se da a los estudiantes la responsabilidad para aprender por su propia cuenta.
51. nos enteramos de cómo ahorrar energía en el centro escolar.
52. aprendemos a cuidar el medio ambiente del centro escolar y de sus alrededores.

53. aprendemos a respetar el planeta tierra.
54. cuando los profesores de apoyo están en el aula, ayudan a cualquiera que lo necesite.
55. los profesores están interesados en escuchar mis ideas
56. los estudiantes están interesados en escuchar las ideas de los demás
57. durante las clases siempre sé que es lo siguiente que tengo que hacer.
58. reconozco cuando he hecho un buen trabajo.
59. a los profesores no les importa si me equivoco en mi trabajo, siempre y cuando me esfuerce.
60. mi trabajo es expuesto en las paredes del centro escolar.
61. cuando se me da tarea por lo general entiendo lo que tengo que hacer.
62. creo que las tareas para casa me ayudan a aprender.
63. a veces al mediodía o después de las clases voy alguna asociación o practico deportes.

Estas son las tres cosas que más me gustan de mi centro escolar:

Estas son las tres cosas que más me gustaría cambiar de mi centro escolar:

#### Cuestionario 4. Mi colegio

1. soy feliz en el colegio.
2. me gusta como es mi colegio.
3. tengo buenos amigos en el colegio.
4. los estudiantes son amables unos con otros en el colegio.
5. los adultos son amables con los estudiantes en el colegio
6. me gusta mis profesores.
7. yo como comida que es buena para mí en el colegio

8. me gusta decirle a mi familia lo que he hecho en el colegio.
9. cuando entré por primera vez en este colegio me ayudaron a sentirme feliz.
10. los niños y niñas se llevan bien.
11. los estudiantes no son golpeados ni insultados en el colegio
12. me siento seguro en el patio de recreo y en los baños.
13. los profesores evitan que los estudiantes hagan alboroto en clase
14. a menudo los estudiantes se ayudan mutuamente en las clases.
15. si tengo un problema puedo pedir ayuda a un adulto.
16. me entero de todo tipo de cosas interesantes en el colegio
17. Aprendo sobre la gente en otras partes del mundo.
18. Aprendemos cómo ahorrar energía en el colegio.
19. aprendemos a cuidar el medio ambiente.
20. los profesores están interesados en escuchar mis ideas.
21. siempre sé lo que hacer en las clases.
22. a los maestros no les importan si cometo errores, siempre y cuando me esfuerce.
23. mis trabajos a veces son expuestos en las paredes de mi colegio.
24. a veces participo en actividades extraescolares antes o después de las clases

Éstas son las tres cosas que más me gustan de mi colegio:

Éstas son las tres cosas que más me gustaría cambiar de mi colegio:

## ANEXO 2

### CUESTIONARIO PARA DOCENTE

1. Datos de perfil
2. Nombre.....
3. Edad.....
4. Estado civil.....
5. ¿Tiene hijos? ..... ¿Cuántos? ..... edad.....
6. Formación docente.....
7. Experiencia docente.....
8. Grado que atiende actualmente.....
9. Grados que ha atendido.....
10. ¿Qué sabe sobre el concepto “estrés”?
11. ¿Has padecido de estrés y como se dio cuenta?
12. ¿Has tenido algún alumno que manifieste algún sistema de estrés??
13. ¿Cómo detectas a un alumno con estrés?
14. ¿Haciendo referencia a lo que observaste en los niños, qué tipo de actitudes manifiesta un niño con estrés durante las actividades escolares?
15. ¿Qué tipos de estrategias has implementado, te han funcionado?
16. ¿Consideras que en tu rol de docente también ejerces gran influencia en el estado emocional de tus alumnos y por qué?
17. ¿Considera que la familia influye en el estado emocional del niño y por qué?
18. Y para concluir
19. ¿Hay algo más que te gustaría añadir con respecto al tema abordado de la entrevista y que hayas observado en las niñas y los niños?

Agradezco su participación en esta entrevista.

### ANEXO 3

#### Cuestionario para padres

Nombre del alumno: \_\_\_\_\_

Grado que cursa: \_\_\_\_\_

Nombre del padre o tutor: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_

¿Cuántos hijos tiene?: \_\_\_\_\_ edades: \_\_\_\_\_

Escolaridad: \_\_\_\_\_

Ocupación: \_\_\_\_\_

Horario de la Jornada laboral: \_\_\_\_\_

¿Quién cuida de su hijo mientras usted trabaja? \_\_\_\_\_

¿Qué tiempo le dedica a su hijo? \_\_\_\_\_

#### I. Antecedentes

Embarazo: \_\_\_\_\_

Parto: \_\_\_\_\_

Lactancia: \_\_\_\_\_

A qué edad empezó a:

Gatear: \_\_\_\_\_

Caminar: \_\_\_\_\_

Hablar: \_\_\_\_\_

Dejo el biberón: \_\_\_\_\_

Controlar esfínteres: \_\_\_\_\_

#### II. Área afectiva

¿Cómo se relaciona con mamá? \_\_\_\_\_

¿Cómo se relaciona con papá? \_\_\_\_\_

¿Cómo es su relación con sus hermanos? \_\_\_\_\_

Intereses

¿Su hijo muestra poco interés por las actividades que antes le agradaban?

\_\_\_\_\_

¿Cuáles son esas actividades? \_\_\_\_\_

¿En qué tipo de actividad su hijo manifiesta aburrimiento? \_\_\_\_\_

¿Se distrae fácilmente durante alguna actividad? \_\_\_\_\_

¿Mantiene ordenados sus juguetes? \_\_\_\_\_

¿Inicia alguna actividad, pero no la concluye? \_\_\_\_\_

¿Qué tipo de actividades se le dificultan actualmente y que anteriormente las realizaba con facilidad? \_\_\_\_\_

¿Manifiesta interés por las tareas escolares? \_\_\_\_\_

### III. Actividad física

¿Ha disminuido su actividad física o de juego? \_\_\_\_\_

¿Ha manifestado fatiga o cansancio? \_\_\_\_\_ ¿con que frecuencia? \_\_\_\_\_

### Sociabilidad

¿Se aísla? \_\_\_\_\_

¿Se ha vuelto desconfiado? \_\_\_\_\_

¿Cómo es su comunicación con los adultos y los niños de casa? \_\_\_\_\_

¿Es tímido o desenvuelto? \_\_\_\_\_

¿Manifiesta irritabilidad? \_\_\_\_\_

¿Le gusta asistir a la escuela? \_\_\_\_\_

### IV. Emocional

¿Tiene brotes de mal humor, sin causa aparente y en qué momentos?

\_\_\_\_\_

¿Manifiesta tristeza o alegría? \_\_\_\_\_

¿Atiende indicaciones sin oponerse? \_\_\_\_\_

### Salud

¿Ha notado si ha perdido el apetito o lo tiene en exceso? \_\_\_\_\_

¿Ha aumentado o disminuido de peso? \_\_\_\_\_

¿Duerme durante el día o manifiesta sueño? \_\_\_\_\_

¿Se le dificulta dormir de noche? \_\_\_\_\_

¿Se ocupa de su higiene personal? \_\_\_\_\_

¿se muerde las uñas, se chupa el dedo? \_\_\_\_\_

Otro: \_\_\_\_\_

Gracias por su participación, es muy importante

Esta entrevista se aplicó a padres de niños a los cuales se les detectaron con síntomas de estrés durante el último año.