



**EDUCACIÓN**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



---

---

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD AJUSCO  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA**

**LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA POTENCIAR LAS COMPETENCIAS  
EMOCIONALES Y MEJORAR LA CONVIVENCIA Y EL CLIMA ESCOLAR**

**TESIS**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO  
DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

**PRESENTA:**

**KARLA SARIAN HERNÁNDEZ MARTÍNEZ**

**ASESOR:**

**MTRA. MÓNICA ANGÉLICA CALVO LÓPEZ**

**CIUDAD DE MÉXICO, JUNIO DE 2025.**



**Educación**  
Secretaría de Educación Pública



**Secretaría Académica**  
Área Académica 5  
Teoría Pedagógica y  
Formación Docente  
Programa Educativo:  
Licenciatura en Pedagogía

**Ciudad de México, febrero 28 de 2025**  
**TURNO MATUTINO**  
**F(03) S(06)**

**DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL**

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación ha sido designado **SINODAL** del Jurado del Examen Profesional de: **KARLA SARIAN HERNANDEZ MARTINEZ**, pasante de esta Licenciatura, quien presenta la **TESIS**: titulada: **“LA EDUCACIÓN EMOCIONAL PARA POTENCIAR LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES Y MEJORAR LA CONVIVENCIA Y EL CLIMA ESCOLAR”**, para obtener el título de Licenciada en Pedagogía.

Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y **DICTAMINACIÓN**. Se le recuerda que con base en el Artículo 39 del Reglamento General de Titulación Profesional de Licenciatura, dispone de un plazo no mayor de 20 días hábiles, a partir de la fecha de recibido, para emitir el dictamen por escrito correspondiente.

JURADO	NOMBRE
Presidenta (a)	JOEL SALINAS GONZÁLEZ
Secretaria (o)	MÓNICA ANGÉLICA CALVO LÓPEZ
Vocal	MARÍA YOLANDA QUIROZ ARCE
Suplente	PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

**Atentamente**

**“EDUCAR PARA TRANSFORMAR”**

**GEORGINA RAMÍREZ DORANTES**  
**Presidenta de la Comisión de Titulación**  
**Programa Educativo: Licenciatura en Pedagogía**

**NOTA:** Oficio revisado y aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Pedagogía el 03/10/14 y por el Consejo Interno del Área Académica 5: Teoría Pedagógica y Formación Docente el 23/10/14 y entró en vigor el 05/11/14.  
c.c.p.- Comisión de Titulación.

Alumnas.

JPOD/eco



**2025**  
Año de  
**La Mujer**  
**Indígena**

Carretera al Ajusco, No. 24 Col. Héroes de Padierna, Alcaldía Tlalpan C.P. 14200, Ciudad de México.  
Tel: (55) 56 30 97 00 www.upn.mx

## Índice

<b>Introducción.....</b>	<b>4</b>
<b>Capítulo 1: Contexto de la problemática .....</b>	<b>6</b>
<b>1.1 Contexto social en la educación.....</b>	<b>7</b>
1.1.1 Falta de convivencia a raíz de la pandemia .....	8
1.1.2 Falta de educación emocional .....	10
<b>1.2 Estudiante de operaciones concretas.....</b>	<b>12</b>
1.2.1 Desarrollo cognitivo .....	12
1.2.2 Desarrollo social y emocional.....	14
<b>Capítulo 2: Convivencia, clima escolar y aprendizaje.....</b>	<b>17</b>
<b>2.1 Convivencia.....</b>	<b>18</b>
2.1.1 Tipos de convivencia .....	19
2.1.2 Convivencia escolar .....	20
<b>2.2 Clima escolar.....</b>	<b>22</b>
2.2.1 Microclimas .....	23
2.2.2 La convivencia como un factor para mejorar el clima escolar.....	24
<b>2.3 Aprendizaje.....</b>	<b>26</b>
2.3.1 ¿Cómo influye la convivencia y clima escolar en el aprendizaje?.....	27
<b>Capítulo 3: Educación emocional y sus competencias.....</b>	<b>29</b>
<b>3.1 Educación emocional.....</b>	<b>31</b>
<b>3.2 Importancia y ventajas de la educación emocional .....</b>	<b>32</b>

<b>3.3 Competencias emocionales .....</b>	<b>34</b>
<b>Capítulo 4: Reporte del trabajo cotidiano realizado con mi amigo del Servicio Social UPN PERAJ .....</b>	<b>40</b>
<b>4.1 Contexto del Servicio Social .....</b>	<b>41</b>
<b>4.2 Descripción de necesidades presentadas por el amigo .....</b>	<b>41</b>
<b>4.3 Actividades utilizadas para mejorar en las áreas en las que presentaba necesidades.....</b>	<b>45</b>
<b>4.4 Evaluación y conclusiones .....</b>	<b>55</b>
<b>Capítulo 5: Taller de actividades lúdicas como vía para desarrollar competencias emocionales y mejorar la convivencia y el clima escolar....</b>	<b>58</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>86</b>
<b>Anexos.....</b>	<b>88</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>107</b>

## INTRODUCCIÓN

El objetivo general de esta tesis es diseñar un taller destinado al desarrollo de competencias emocionales a través de actividades lúdicas. Para alcanzar este propósito, es fundamental cumplir con una serie de objetivos específicos, los cuales se abordan en los distintos capítulos que conforman la presente investigación.

El desarrollo integral de los niños durante su etapa escolar es un tema central en la educación moderna. En particular, el proceso de aprendizaje de los niños en la etapa de las operaciones concretas, que abarca de los 7 a los 12 años, es fundamental para su crecimiento cognitivo, afectivo y social. Es por esto que dentro del primer capítulo se hace referencia a una teoría clásica, como es la propuesta por Jean Piaget, en la cuál se establece la importancia de considerar los aspectos cognitivos y emocionales desde temprana edad para garantizar un desarrollo pleno.

En este mismo capítulo se abordarán las repercusiones de eventos recientes, como la pandemia de 2019, que han dejado al descubierto diversas necesidades dentro del sistema educativo, especialmente la falta de convivencia y la carencia de educación emocional.

Además, se busca analizar la importancia del contexto social de cada uno de los estudiantes y el impacto que tiene en su desarrollo, considerando cómo los diferentes entornos influyen en su educación, y de esta manera, poder adaptar las estrategias pedagógicas a las necesidades de cada niño y fomentar su desarrollo integral, así como mejorar la interacción de los estudiantes dentro del aula para potenciar y beneficiar su aprendizaje.

En este sentido, en el capítulo dos y tres se abordan conceptos fundamentales como el de la convivencia, el clima escolar y la educación emocional, ya que juegan un papel crucial para el bienestar y el aprendizaje de los estudiantes. A lo largo de este escrito, se destacarán los principales desafíos y oportunidades que se presentan en la educación actual, con el fin de proporcionar un enfoque comprensivo y multidimensional que permita crear ambientes de aprendizaje más saludables y efectivos para los niños.

Después de dar un recorrido a través de las causas de la problemática presentada y abordando los conceptos fundamentales para entenderlo, dentro del capítulo cuatro, se relata una experiencia cotidiana con el “amigo” dentro del programa de Servicio social UPN PERAJ, como un ejemplo de la problemática a comprender para proponer estrategias de abordaje y solución a las necesidades en los ámbitos afectivo, social y escolar.

Se explicarán las estrategias que se implementaron para apoyarlo en el fortalecimiento de sus habilidades, y así evidenciar la importancia del acompañamiento personalizado dentro de PERAJ y la manera en que, a través de actividades estructuradas, es posible generar un impacto positivo en la vida de los niños que forman parte del programa.

El objetivo de esto es no solo documentar la experiencia, sino también reflexionar sobre los aprendizajes adquiridos tanto por el mentor como por el amigo, destacando los retos, logros y áreas de oportunidad que surgieron en el proceso.

Finalmente tras presentar la experiencia dentro del servicio social, se plantea en el capítulo cinco la implementación de un taller diseñado para alumnos de segundo grado de primaria, el cual tiene como propósito fomentar una convivencia armoniosa y un ambiente de aprendizaje positivo, así como fortalecer las competencias afectivas y sociales de los estudiantes mediante actividades lúdicas. Con ello, se busca no solo favorecer su desarrollo integral, sino también brindar herramientas a el/la docente para mejorar la

dinámica grupal y optimizar el clima escolar, promoviendo así un entorno con condiciones más favorables para el aprendizaje.

## CAPÍTULO 1

### CONTEXTO DE LA PROBLEMÁTICA

Este capítulo expone el contexto de la problemática y enfatiza la importancia del desarrollo cognitivo, afectivo y social en los niños de 7 a 12 años, etapa correspondiente a las operaciones concretas según Jean Piaget, cabe mencionar que en este trabajo los sujetos de investigación serán los niños que cursan segundo grado de primaria, ya que es un rango de edad que me parece importante tomar, porque es la primera etapa en edad escolar la cual tiene un gran impacto para su vida, por tal razón se destacan y se describen características fundamentales de este periodo de desarrollo.

Se analiza cómo el entorno social influye en el aprendizaje y la educación de los estudiantes, destacando la necesidad de considerar la diversidad de contextos dentro del aula para favorecer su desarrollo integral.

Además, explicaremos algunas de las repercusiones que hay en la actualidad, a partir de la pandemia vivida en el año 2019, la cual resalto varias necesidades dentro del ámbito educativo. Una de las necesidades que más destaca es la falta de convivencia.

Asimismo, se resalta la carencia de educación emocional tanto en el ámbito familiar como en el escolar, subrayando el papel fundamental de los docentes en la formación de los niños, que ayudará a gestionar sus emociones y tomar decisiones acertadas.

Finalmente, se profundiza en el desarrollo cognitivo y emocional de los niños en esta etapa, describiendo sus características y capacidades, además de

recalcar la importancia de fortalecer el área emocional desde la infancia para lograr un desarrollo integral.

“La única manera de cambiar la mente de alguien es conectar con ella a través del corazón”  
-Rasheed Ogunlaruuinca

### **1.1 Contexto social en la educación**

Para comenzar con este apartado, se presentarán algunos conceptos elaborados por diferentes autores en relación con el contexto social, con la finalidad de recuperar algunas ideas y crear una perspectiva propia.

Según Barnett (2001) el contexto social es el “lugar en donde los individuos se desarrollan en determinadas condiciones de vida, trabajo, economía y nivel educativo, el cual guarda relación con los grupos a los que pertenece el mismo.” (p.465).

Dentro del entorno social está la cultura, en donde se engloban la educación que recibió el individuo, como vive y el cómo se relaciona con las instituciones y personas.

Desde la perspectiva de Pérez (2023) el contexto social es el conjunto de circunstancias que enmarcan una situación que afecta a uno o más individuos. Los seres humanos tienen características sociales diferentes y su desarrollo siempre va a girar de acuerdo a los vínculos que establezcan en su entorno, con esto se dice que ellos construyen su propio marco social y la realidad en la que viven.

En resumen, podemos decir que el individuo es influenciado por diferentes aspectos como lo son el económico, familiar y cultural, para su desarrollo en diferentes áreas las cuales son la afectiva, social y cognitiva. Es necesario que el individuo crezca en un contexto social adecuado, para poder lograr en él un óptimo desarrollo y desenvolvimiento en todas las áreas.

El entorno social de los alumnos tiene demasiada importancia en lo educativo, ya que es necesario considerarlos dentro del aula, puesto que existe una gran diversidad de contextos.

Cada niño cuenta con un contexto social diferente, dentro de este influye lo familiar, lo cual es pieza fundamental para la enseñanza y valores.

La familia es el primer contacto social que tienen los niños. Cuando son pequeños se les comienza a enseñar desde la casa algunas cosas básicas como lo son el comunicarse, su nombre, valores, algunas emociones, los colores, formas de convivencia, palabras de cortesía, etc.

Por otro lado, se encuentra lo económico, ya que no todas las personas cuentan con los mismos recursos, es un factor que se debe de tomar en consideración dentro de la escuela al momento de pedir los materiales, uniformes, cooperaciones, útiles entre otras cosas.

Finalmente, lo cultural, que tiene que ver con sus creencias, costumbres, formas de pensar y religión; las cuales son importantes conocer ya que dentro del aula se debe de considerar para poder respetar las diferencias individuales, puntos de vista e intereses.

Es así como podemos decir que el contexto social, influye en la mayoría de las cuestiones educativas, porque al momento de entrar en una institución podemos ver la diversidad que existe dentro del aula de valores, maneras de convivir, expresarse, resolver problemas, formas de aprender e intereses, y depende de esta diversidad y como se maneje si se favorece o limita el aprendizaje dentro del aula.

### **1.1.1 Falta de convivencia a raíz de la pandemia**

México y todo el mundo atravesó por una fuerte pandemia llamada COVID-19, como lo menciona Ruiz Bravo (2020) es denominado un síndrome respiratorio agudo grave, es un virus que se propaga con facilidad entre las personas e incluso en algunos animales, la enfermedad se originó en China

en el año 2019, de modo que poco a poco se fue extendiendo a lo largo de las demás regiones y países, hasta que llegó aquí; a la Ciudad de México.

Se comenzó con la emergencia sanitaria el 23 de marzo del 2020, lo cual implicó que se pausarán todas las actividades que son cotidianas para los individuos, algunas de estas fueron; falta de asistencia al trabajo y escuela de manera presencial, imposibilidad de realizar actividades al aire libre; no poder viajar en transporte público ya que corrían el riesgo de contagiarse, imposibilidad de visitar a familiares que vivían en otro lado; entre otras.

A raíz de esto, se comenzaron a generar reacciones improvisadas y con el tiempo un poco más planeadas en varios aspectos. Específicamente en el contexto educativo, las clases empezaron a impartirse de otra manera; en la educación básica se desarrolló el programa llamado “aprende en casa” el cual consistía en que por medio de la televisión se impartían las clases, pero algunas otras se daban por medio de video llamadas, las y los maestros a través de una plataforma web daban las indicaciones y actividades a realizar a los niños, se les daba una fecha de entrega y de esta forma se les otorgaba una calificación .

En consecuencia a lo anterior, se comenzaron a detonar diferentes problemáticas, entre las cuales destaca, el rezago educativo, la falta de interés, falta de convivencia y desigualdad ante la conectividad por no tener las mismas oportunidades y recursos.

De tal forma que, como lo menciona el artículo publicado por Avilés Martínez (2021) la emergencia vivida también ha puesto en descubierto nuestras fortalezas como escuela presencial. Hemos sido más conscientes, del papel de cohesión social que ha tenido la escuela pública en nuestra sociedad como un elemento asegurador de marcos de igualdad de oportunidades y como compensador y ascensor social para reducir desigualdades.

Otra de las fortalezas de la escuela presencial que menciona Avilés Martínez (2021) es que ayuda en el proceso de socialización y encuentro del alumnado

a través de los momentos de participación y convivencia, posibilitando los procesos de integración social o de enriquecimiento de la red de relaciones interpersonales, tan necesarias para la salud y el bienestar personal entre niños, niñas y adolescentes. A través de la convivencia presencial se ofrece a ellos herramientas emocionales y de pensamiento para favorecer su aprendizaje práctico de respuestas ante situaciones de conflictividad o abuso.

Todas las problemáticas mencionadas anteriormente son de vital importancia, pero la convivencia fue una de las cuestiones más afectadas, ya que los estudiantes nos salían de su casa y por ende no podían convivir con más niños, con los únicos con los que tenían mayor contacto social era con su propia familia y algunos casos en particular, ni con su familia; esto provocó en la mayoría de los alumnos estrés, ansiedad, aburrimiento, tristeza, frustración; entre otras emociones disgratas.

Podemos decir que, la falta de convivencia ha afectado a los niños de diferentes maneras, como lo son en lo escolar, social y afectivo.

En lo escolar, han surgido afectaciones, ya que se les dificulta compartir ideas con sus compañeros, y por lo mismo no aprenden los unos de los otros, también se les complica poder escuchar con atención a los demás, respetar ideas y el trabajar en equipo.

En lo social a los niños se les complica acercarse a otros para poder entablar una plática e incluso jugar, compartir, aceptar la idea de que perder no es malo y algunos no tienen presente la importancia que tiene el uso de las palabras de cortesía.

Finalmente, en lo afectivo ocurrieron complicaciones al no recibir educación emocional; los niños no saben a cerca de sus emociones, a como identificarlas, expresarlas y regularlas, como consecuencia, los niños aun no logran desarrollar la habilidad para resolver conflictos de una manera pacífica y búsqueda de soluciones.

### **1.1.2 Falta de educación emocional**

La escuela cumple con la función de potenciar en los estudiantes aprendizajes y experiencias nuevas, pero para lograr esto, se debe de ver al sujeto como un todo. Dentro de la educación se debe de incluir lo afectivo, lo cognitivo y lo social; ya que estas áreas van de la mano y se deben de tomar en cuenta todas para poder lograr en los estudiantes un aprendizaje significativo y un desarrollo integral.

En un artículo publicado por Yolanda Heredia Escorza (2020), menciona que hasta el año 2016, México comenzó a darle lugar a las habilidades socioemocionales en el curriculum de educación básica, lo cual ha provocado que se ratifiquen los actuales planes y programas de estudio.

A pesar de que, en la actualidad se le está dando más importancia a lo afectivo dentro de la educación, a los docentes y niños no se les otorgan las suficientes herramientas para poder comprender y desarrollar de la mejor manera lo emocional.

Algunas complicaciones que existen, es que, en primera instancia, dentro del núcleo familiar de la mayoría de los estudiantes existe esta falta de conocimiento en lo emocional, ya que, anteriormente dentro de la educación formal no se le daba la suficiente importancia a lo emocional, y por lo mismo no se entendía lo que sentían lo cual no ayudaba a su aprendizaje para vivirlas y poder gestionarlas, en consecuencia, algunos padres no se sienten con la capacidad de enseñarles a su hijos a cerca de las emociones, solo les enseñan lo poco que saben, algunos de ellos no lo hacen, y otros prefieren reprimirlas.

Otras complicación que hay, es la falta de capacitación que existe en los docentes, ya que a la mayoría de ellos dentro de su formación profesional no se les otorgo preparación en relación con la educación emocional, por ende, no conocen lo suficiente de la misma, lo que saben es lo básico, e incluso si conocen más es por cursos que son impartidos de manera externa, es por

esto que la educación emocional es vista como algo complejo de impartir, ya que no existe la intención de comprensión, ni dominio sobre el tema.

En conclusión, podemos decir que, a pesar de que en los niños, niñas y adolescentes ya no existe un analfabetismo emocional, aún falta mejorar las actividades para que puedan ser más digeribles para ellos, ofrecerles más herramientas, técnicas y ayudarlos a la práctica para que estos contenidos los apropien y comiencen a darle la importancia suficiente a lo que sienten.

## **1.2 Estudiante de operaciones concretas**

Jean Piaget en su teoría del desarrollo cognitivo realizada en el año del 1919 plantea la idea de que existen cuatro etapas o periodos; siendo necesario para el desarrollo que todos los niños pasen, entre los cuales están: Periodo sensomotor, periodo pre-operacional, periodo de las operaciones concretas y periodo de las operaciones formales.

Para el desarrollo de este trabajo se focaliza el periodo de operaciones concretas el cual abarca desde los 7 hasta los 12 años, ya que el estudio se centrará en niños que cursan segundo de primaria.

A grandes rasgos este periodo es caracterizado por un mejor uso de la lógica y fácil resolución de problemas y búsqueda de soluciones, los niños se vuelven más maduros y existe una reducción del pensamiento egocéntrico.

### **1.2.1 Desarrollo cognitivo**

Según Jean Piaget (1919) el desarrollo cognitivo es una construcción continua del ser humano, marcada por varias etapas y necesidades. Es dividida por varias subetapas y periodos y se dice que todo niño forzosamente debe de pasar por cada una de estas, ya que necesita experimentar y aprender determinadas cosas en cada una de ellas.

Para ascender a un conocimiento y comprensión mayor, según Vygotsky (1978) el aprendizaje y desarrollo cognitivo ocurren a través de la interacción

social y cultural, el aprendizaje no es un proceso individual, sino que se produce en un contexto social y cultural, los cuales influyen en el pensamiento y el comportamiento de las personas, y, por lo tanto, en su desarrollo cognitivo.

Entonces, el desarrollo cognitivo tiene que ver con el proceso por el cual los individuos adquieren nuevos conocimientos a través de aprendizajes basados en la práctica y experiencia, relacionados con el entorno social y la interacción que tenemos con el mismo, es esta evolución que existe de las capacidades intelectuales, por tanto, influyen aspectos tanto personales como sociales.

El conocimiento tiene que ver con algunos procesos mediante los cuales aprenden los individuos, y para que se puedan ejecutar es necesario el uso de algunas funciones mentales como los son: la atención, memoria, percepción y lenguaje.

Piaget menciona que dentro de este periodo existen procesos importantes por los cuales pasan los niños como lo son:

- **Clasificación:** En esta se habla acerca de que ya cuentan con la capacidad de por clasificar objetos por su apariencia, forma, tamaño o color, notando en estas sus diferencias o semejanzas.
- **Conservación:** Entienden que a pesar de que algún objeto cambie de forma o apariencia, sigue teniendo la misma cantidad o volumen.
- **Descentramiento:** El niño ya tiene en cuenta varios aspectos para poder resolver un problema.
- **Reversibilidad:** El niño entiende que los objetos y números pueden cambiar, pero eso no quiere decir que no puedan volver a su estado original.
- **Seriación:** Tienen la habilidad de acomodar los objetos dependiendo sus características de tamaño, es decir del mas grande al más pequeño, o al revés.

- **Transitividad:** Capacidad para poder ordenar los objetos de manera mental ante de realizar la acción y reconocer las semejanzas que existen al ordenarlos de manera de secuencia.

Por otro lado, en una guía publicada por la UNICEF (2015) se mencionan algunas actividades que ya pueden realizar los niños de 7 años de edad gracias a este desarrollo cognitivo, algunas de éstas son que; ellos ya saben su nombre completo así como su dirección, tienen la capacidad para jugar juegos de mesa y poder comprender de que tratan, las reglas y forma de jugarlo, también pueden seguir instrucciones, expresan y piensan en futuro, tienen la habilidad para clasificar objetos dependiendo sus características, realizan operaciones numéricas, suma y resta, copian formas de figuras fáciles, entienden el significado de palabras nuevas, pueden mantener una conversación con personas adultas haciendo o contestando preguntas, conocen todas las letras del alfabeto y ya pueden escribir palabras.

Por esta razón, podemos decir que los niños a esta edad ya cuentan con una lógica más desarrollada, la cual ayudará a que con mayor facilidad puedan resolver problemas que no incluyan tanta complejidad y que se apliquen con objetos reales, que ellos conozcan o ubiquen, ellos hacen uso de la lógica inductiva, y aún tienen complicaciones para el uso de la lógica deductiva, en particular, tienen dificultad para poder predecir lo que pasará o algún resultado de algún evento o acción específica.

### **1.2.2 Desarrollo social y emocional**

En un artículo publicado por la fundación CAP (2023) se menciona que el desarrollo socioemocional se refiere a aquellas competencias emocionales y sociales, relacionadas con las habilidades para reconocer y manejar las emociones, desarrollar el cuidado y la preocupación por otros, toma de decisiones responsables, establecer relaciones positivas y enfrentar situaciones desafiantes de manera efectiva.

Siguiendo con esto, podemos decir que el desarrollo de esta área es parte fundamental del individuo, pero para que pueda ocurrir de la mejor manera

es necesario que el niño desde muy temprana edad pueda ser guiado, y los padres, madres o cuidadores son los primeros que son encargados de cumplir con esta función, ya que ellos les proporcionaran las principales herramientas para que puedan tener un buen conocimiento y manejo de emociones así como para que aprendan a establecer relaciones interpersonales que sean sanas para ellos.

Es por esto que, es necesario que los padres, madres o cuidadores cuenten con la información necesaria para que puedan influir y ayudar a los niños a obtener estas habilidades y a utilizarlas de la mejor forma.

En la guía elaborada por la UNICEF (2015) menciona que alguno de los cambios que surgen dentro del desarrollo socioemocional, es que en esta edad los niños ya forman una opinión de ellos mismos a través de lo que escuchan de personas cercanas a ellos, distinguen lo que es bueno y malo, disfruta los juegos solo y con amigos, pueden compartir, los adultos son un modelo a imitar, reconocen y expresan varias emociones, pueden verbalizarlas y hablar de ellas, comienzan a poner en practica la paciencia, eligen a sus amigos y amigas, pueden consolar a sus amigos cuando se sienten tristes y pueden seguir reglas de comportamiento acordadas.

Es por esto que es necesario que se le dé la importancia suficiente al aspecto socioemocional desde una edad temprana ya que conforme van creciendo comienzan a desarrollar nuevas habilidades, las cuales serán de utilidad a lo largo de su vida y en todos los aspectos, como lo escolar, laboral, familiar y personal; estas habilidades son necesarias reforzarlas y ponerlas en práctica con el paso del tiempo para que los niños puedan tener un buen desarrollo y control dentro del tema de lo emocional, puedan sentir esta seguridad para aplicar lo aprendido en ellos y aplicar esta empatía con los demás y comprender lo que sienten y piensan.

En conclusión podemos decir que, el periodo de las operaciones concretas, que abarca de los 7 a los 12 años es caracterizado por una disminución del pensamiento egocéntrico en los niños, así como un mejor uso de la lógica y

la resolución de problemas, lo que contribuye al desarrollo cognitivo de los estudiantes.

Por otro lado, se menciona que el contexto social en la educación es fundamental para el desarrollo integral en los estudiantes, ya que este influye en su aprendizaje, habilidades sociales y emocionales. Es por esto que se le debe de prestar la suficiente importancia a todas las áreas, no solo a lo cognitivo, ya que entre estas se complementan para poder lograr un desarrollo óptimo en los estudiantes.

También se rescata las afectaciones que causó la pandemia en relación con la convivencia, entre estas se destacan las necesidades que hay en los niños, como son las complicaciones que existen para compartir ideas con sus compañeros, el poder escuchar con atención a los demás, respetar ideas, trabajar en equipo, entablar una conversación, compartir, jugar y la poca importancia que le dan al uso de “palabras mágicas”.

Finalmente, la falta de educación emocional tanto en el ámbito familiar como en el educativo ha generado en las nuevas generaciones complicaciones para el manejo de las emociones y la resolución de conflictos.

Es por esto que el desarrollo socioemocional es fundamental en la vida de un individuo, y los padres, madres o cuidadores son los primeros que son encargados de guiar y proporcionar herramientas necesarias para que los niños adquieran habilidades emocionales y sociales, establezcan relaciones positivas y enfrenten desafíos de manera afectiva.

En segunda instancia está la escuela, la cual es la encargada de completar estas herramientas y llevarlas a la práctica por medio de actividades que sean fáciles de entender para los niños, para que de esta manera se logre en ellos una apropiación de los temas y comiencen a hacer uso de esto en su vida diaria. Es por esto, que es necesario destacar la importancia de este aspecto desde que son muy pequeños, ya que estas habilidades le serán útiles en todas las áreas de la vida.

## CAPÍTULO 2

### CONVIVENCIA, CLIMA ESCOLAR Y APRENDIZAJE

Este capítulo tiene como objetivo presentar y analizar los conceptos de convivencia, clima escolar y aprendizaje, a partir de diversas perspectivas teóricas, con el fin de construir una definición propia basada en ideas clave de distintos autores.

En primer lugar, se aborda el concepto de convivencia, resaltando su importancia en la vida del ser humano y describiendo sus distintos tipos y características. Posteriormente, se profundiza en la convivencia escolar, destacando su papel dentro del aula y la necesidad de implementar programas para su mejora.

En segundo lugar, se desarrolla el concepto de clima escolar, diferenciándolo de la convivencia y explicando la relación entre ambos.

Se enfatiza cómo una convivencia adecuada contribuye a un clima escolar positivo, lo que a su vez impacta directamente en el aprendizaje de los estudiantes. Además, se abordan los microclimas escolares, sus beneficios y las posibles afectaciones cuando no se gestionan adecuadamente, tanto a nivel individual como grupal.

Finalmente, se analiza el concepto de aprendizaje desde diversas perspectivas teóricas, con el propósito de establecer una definición propia y explicar la influencia que la convivencia y el clima escolar tienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

“Y esto es así porque no hay posibilidad de vivir sin convivir”.

(Xasus 2006)

## 2.1 Convivencia

Desde que nacemos los humanos comenzamos a ser seres sociales, pues necesitamos la compañía y cuidado de otros para poder sobrevivir, por lo tanto es indispensable estar rodeado de más personas y convivir con las mismas a lo largo de nuestras vidas para que, de esta forma al momento de interactuar se pueda potenciar en el sujeto un óptimo desarrollo en el área afectiva, cognitiva y social.

A continuación se presentarán algunos conceptos elaborados por diferentes autores en relación con la convivencia, con la finalidad de recuperar algunas ideas y crear una perspectiva o definición propia.

Según ( Fingermann , 2015, p.1) menciona que “la convivencia hace referencia a vivir juntos, compartir la existencia por tiempos y espacios variables, es por esto que todo ser social necesita de la convivencia con individuos de su misma especie y con otras”.

Sin embargo, la perspectiva de ( González , 2022, p.1) dice que “la convivencia es el hecho de cohabitar o coexistir en un mismo espacio con otro u otros, el espacio puede ser físico, virtual o mental”.

Pero, por otro lado ( Martínez Navarro , 2004, p.184) menciona que “aprender a convivir supone una relación social que va más allá de la mera “coexistencia” entre las personas, puesto que implica la realización práctica de ciertos comportamientos en cuanto a respeto mutuo, cooperación voluntaria y a compartir responsabilidades”.

En conclusión, la convivencia es la forma en la cual un grupo de personas aprenden a estar en conjunto, sin dejar a un lado que, algo importante para que la interacción pueda fluir de manera eficiente, es indispensable tener normas que rijan el comportamiento, al igual que es necesario poseer habilidades y valores y ponerlos práctica, como lo son; el respeto, la tolerancia, la honestidad, la empatía, entre otros.

### **2.1.1 Tipos de convivencia**

Anteriormente se planteó el concepto de convivencia basándonos en algunos autores pero ahora es necesario plantearse ¿Cuántos tipos de convivencia hay?

Según un documento publicado por Majín (2022) existen seis tipos de convivencia, entre las cuales están: La convivencia familiar, la convivencia social, la convivencia humana, la convivencia ciudadana, la convivencia democrática y la convivencia escolar. Cada tipo se caracteriza por cómo se relacionan los individuos y por las normas que rigen las interacciones para evitar conflictos.

En primer lugar Majín (2022) plantea que la convivencia familiar es la que, como su nombre lo dice se da dentro del núcleo familiar, es el primer contacto social que tiene el niño y es por el cual el sujeto comienza a obtener aprendizajes fundamentales, se le inculcan las primeras enseñanzas, relaciones afectivas y valores.

En segundo lugar, se expone que la convivencia social tiene que ver con la ética y la moral, gracias a esta se dice que podemos vivir en sociedad, se basa en la unión de los sujetos a pesar de que existen entre ellos diferentes formas de pensar.

En tercer lugar, se explica la convivencia humana la cual se presenta solamente por el simple hecho de ser humanos, es necesaria tenerla a lo largo de toda nuestra vida ya que como se mencionó con anterioridad somos seres sociales, es inevitable que no estemos en contacto social con las demás personas.

En cuarto lugar, se expone la convivencia ciudadana, la cual se presenta en la rutina diaria de cualquier sujeto al momento de realizar sus actividades cotidianas, a pesar de que nos encontramos con diversas personas y sus diferentes contextos, intereses, ideas y pensamientos, puede existir una construcción en conjunto, la cual ayudará a llegar a un acuerdo y resolver conflictos.

En quinto lugar, se plantea la convivencia democrática la cual se basa en seguir las leyes que la regulan para la vida en sociedad, tiene que ver con los derechos humanos, permite crear una conciencia moral en todos los individuos en relación con sus derechos y de los demás, y con esto fomentar el valor del respeto.

Y en último lugar, se propone la convivencia escolar que comienza en el momento en el que un sujeto entra a una institución educativa y empieza a estar en relación con sus compañeros de clase, maestros, directivos entre otros, los cuales conforman el contexto educativo. Los maestros y directivos son encargados de establecer las normas de convivencia a seguir dentro de la institución.

Es necesario distinguir los tipos de convivencia y en qué momento o área de la vida se dan, aunque algunos tienen características similares, siempre hay algo que puede diferenciarlos, de este modo, podremos especificar en cual área se pretende adentrar y basar este proyecto, como es el área escolar.

### **2.1.2 Convivencia escolar**

Para ampliar más el término de convivencia escolar, se consultó un artículo elaborado por Fierro Evans y Carbajal Padilla (2019) en el cual se recabaron varias investigaciones para rescatar las definiciones que se dan de convivencia, y así finalmente crear una en conjunto.

En el artículo se habla a cerca de los diferentes enfoques que se le dan al término de convivencia escolar dentro de las investigaciones que se recabaron, entre los cuales están:

- La convivencia como un estudio de clima escolar, violencia y prevención
- La convivencia como educación socio-emocional
- La convivencia como educación para la ciudadanía y la democracia
- La convivencia como educación para La Paz
- La convivencia como educación para los derechos humanos
- La convivencia como desarrollo moral y formación de valores

A pesar de que ya se mencionaron los enfoques, la mayoría de ellos se basa en disminuir la violencia, lo cual es una parte fundamental a tratar, pero se debe de tomar en cuenta qué hay otras áreas de oportunidad en las cuales puede beneficiar y ofrecer aportes valiosos la convivencia escolar, como lo son en el desarrollo de habilidades sociales y afectivas, mejorar el aprendizaje de manera grupal y contribuir a tener un mejor clima dentro del aula.

A partir del análisis elaborado por Fierro Evans y Carbajal Padilla (2019) y tomando en cuenta todos los términos, llegaron a la conclusión de que:

La convivencia escolar son los procesos y resultados del esfuerzo por construir una paz duradera entre los miembros de la comunidad escolar, a partir de prácticas pedagógicas y de gestión: inclusivas, equitativas y participativas que aborden de manera constructiva el conflicto. (p.13)

Por su parte, ( Berra Bortolotti y Dueñas Fernández , 2012 , p.159) mencionan la importancia que tiene la convivencia escolar en el desarrollo integral de los alumnos, se dice que “posibilita el desarrollo de competencias personales y sociales, para aprender a ser y a convivir juntos que se transfieren y generalizan a otros contextos de educación y de desarrollo humano”.

Finalmente, rescatando algunas ideas, podemos decir que la convivencia escolar es una parte importante dentro del contexto educativo, por tanto sin su existencia no podría haber un buen desarrollo en el área personal, social, académica y profesional de los alumnos.

Por consiguiente, se destaca el papel que tiene la convivencia dentro del aula, ya que, podemos justificar que los alumnos están frecuentemente en contacto, y es aquí donde ellos comienzan a aprender a convivir, comunicarse, resolver conflictos, compartir ideas, poner en práctica valores, al igual que aprenden a trabajar en equipo.

Por este motivo, es necesario potenciar programas en los que se pueda incluir actividades mediante las cuales se puedan enseñar a los estudiantes las habilidades sociales, ya que con esto, los alumnos podrán tener las

herramientas suficientes y las comenzarán a poner en práctica, de esta manera se ayudará a que sean competentes en el área social.

## **2.2 Clima escolar**

A pesar de que algunas veces se utiliza la palabra de “clima escolar” como sinónimo de “convivencia”, Fierro Evans y Carbajal Padilla (2019) mencionan que son dos cosas que se relacionan pero son diferentes, la convivencia ya fue definida en el apartado anterior, pero “el clima recupera las percepciones de los sujetos a partir de sus experiencias y relaciones en la institución, de ahí que puede tener una connotación sea positiva o negativa”. (p.4)

A continuación se pretende presentar diversas perspectivas de diferentes autores, en relación con el clima escolar; con la finalidad de que se pueda presentar lo que se considera importante, rescatando ideas de algunos de ellos y complementándolas.

En un artículo elaborado por Sandoval Manriquez (2014) resalta la importancia que tiene la convivencia y el clima escolar en la gestión del conocimiento, ya que lo ve como un punto clave para que existan mejores aprendizajes, sean más eficientes y así mejorar la calidad de la educación.

Milicic (2001) define el clima escolar como “la percepción que los miembros de la institución escolar, tienen respecto del ambiente en el cual desarrollan sus actividades habituales. Tales percepciones, basarían en la experiencia que el propio individuo desarrolla en la interacción”. ( Como se cita en Sandoval Manríquez, 2014, p.169)

En su perspectiva, Cornejo y Redondo (2001) señalan que el clima social escolar refiere a “la percepción que tienen los sujetos acerca de las relaciones interpersonales que establecen en el contexto escolar (a nivel de aula o de centro) y el contexto o marco en el cual estas interacciones se dan”. ( Como se cita en Sandoval Manríquez, 2014, p.170)

De esta manera, podemos argumentar que el clima escolar, es impactado por el modo de convivir de todos los sujetos que son partícipes en la institución educativa, pues dependiendo de la interacción, es la manera en que el clima

se va a tornar dentro de la institución y del aula, y esto no quiere decir que no tienen que ocurrir problemas, si bien, a pesar de que se produzcan, exista un buen manejo de ellos y búsqueda de soluciones para resolverlos.

Se debe tener en cuenta que cada sujeto tiene su percepción y experiencias, por tal razón, en cuanto sea mejor la forma de interactuar e integrarse de todos, se percibirá un mejor clima social escolar, el cual será más beneficioso, satisfactorio y productivo para todos los alumnos y agentes educativos.

### **2.2.1 Microclimas**

Dentro del clima social escolar se dice que existen microclimas, los cuales pueden ser influenciados o no por el clima general que se encuentra en la institución, ejemplo de esto, puede ser el clima social que hay entre un grupo de amigos, o el clima de un grupo de profesores, es decir por pequeños grupos, que a veces no influyen en todos los demás, nada más entre los que están involucrados en el mismo.

Se menciona que “dentro de una organización escolar pueden distinguirse dos microclimas principales y determinantes del proceso de enseñanza-aprendizaje: el clima de aula y el clima laboral”. (Sandoval Manríquez, 2014, p.172)

Según Sandoval Manríquez (2014) el clima del aula, es el que se percibe dentro del salón de clases, en el cual son partícipes los alumnos y el profesor o profesora.

Para que el clima del aula se considere favorecedor debe de existir dentro de este solidaridad, respeto y cooperación entre todos los integrantes, al igual que cada uno de ellos se debe de sentir identificado y por lo mismo parte del grupo, deben percibir útil lo que aprenden, expresar lo que piensan, y sentirse escuchados por sus profesores, con la intención de que puedan notar la preocupación y el enfoque que tienen los mismos en responder a sus necesidades.

Por otra parte, el clima laboral es el que se da a lo largo del desarrollo del trabajo que hacen los agentes educativos dentro de la institución, en este influye el modo en que se relacionan y trabajan entre ellos.

Para que el clima laboral se considere favorecedor dentro de este, debe de haber respeto, trabajo en equipo y apoyo entre los agentes educativos, este beneficiará tanto a ellos como a los alumnos, ya que genera en los profesores motivación y así una sensación de bienestar dentro de su trabajo, lo cual creará motivación para ayudar a todos sus estudiantes, y así podrán apoyarlos tanto en cuestiones académicas como personales, algunos ejemplos, son:

- Lograr sus objetivos de aprendizaje
- Responder o apoyar a la resolución de algunas necesidades afectivas.

En conclusión podemos destacar la importancia que tiene el tomar en consideración los microclimas, ya que influyen tanto en el ámbito individual como en el grupal, así como pueden contribuir positivamente o negativamente según sea el caso, por lo tanto se recomienda que sean manejados de manera eficiente, a fin de que pueda ser un potencializador en diversas cuestiones académicas.

### **2.2.2 La convivencia como un factor para mejorar el clima escolar**

Teniendo en cuenta lo que se menciona en los apartados anteriores, podemos decir que la convivencia e integración son parte fundamental para poder lograr un buen clima social escolar, a pesar de que no es lo único que influye.

Dentro del aula se necesita tener un adecuado clima escolar, ya que este ayudará a que exista un buen desarrollo de las clases, pero algunas veces esta cuestión no es posible ya que por diversas razones externas los estudiantes suelen ir a la escuela con emociones negativas, las cuales no saben controlar; como consecuencia, las emociones influyen tanto en su manera de convivir con los demás como en el modo de obtener aprendizajes.

Cuando dentro del aula no existe una adecuada convivencia por parte de todos los individuos que la conforman, el clima del aula suele tornarse aburrido, existe poca participación, faltas de respeto del alumno hacia el docente, entre pares e incluso en algunas ocasiones del docente hacia los alumnos, en consecuencia, se afecta el aprendizaje.

Finalmente, podemos decir que el clima depende del modo de convivencia que exista dentro del aula, y de las percepciones que cada alumno tenga de la misma, es por esta razón que el ayudar a los niños a que aprendan y obtengan las herramientas suficientes para convivir de la mejor manera y basadas en el respeto, ayudará a que su estancia dentro de la escuela se vuelva más beneficiosa, y por ende, obtengan más y mejores aprendizajes. De igual forma se beneficiará a los maestros, al mejorar el clima, ya que podrán tener un mayor manejo y desarrollo de sus clases logrando cumplir con los objetivos esperados.

### **2.3 Aprendizaje**

Dentro de la escuela el objetivo central es crear en el individuo un desarrollo integral, pero la mayoría de las veces se le da mayor importancia a lo cognitivo, es decir, impartir conocimientos y generar en los alumnos aprendizajes académicos, dejando a un lado lo afectivo, sin darse cuenta que van de la mano, por tanto uno no se puede lograr sin ayuda o influencia del otro.

Como en los apartados anteriores, se presentarán algunos conceptos y perspectivas elaborados por diferentes autores en relación con el aprendizaje, con la intención de recuperar algunas ideas y crear una definición propia.

Según Gómez (2024) el aprendizaje es el proceso a través del cual el ser humano adquiere o modifica sus habilidades, destrezas, conocimientos o conductas, como fruto de la experiencia directa, el estudio, la observación, el razonamiento o la instrucción.

Desde la perspectiva de Mora (2013) se menciona que el aprendizaje es un proceso de adquisición de información de patrones de conductas o habilidades nuevas, se caracteriza por la modificación de la conducta como resultado de la práctica o experiencia.

Por su parte, el Grupo de Orientación Educativa, desarrollo Humano y Neuro Educación emocional (2023) crearon en conjunto el concepto de aprendizaje, el cual señala que:

El aprendizaje es un proceso de adquisición de conocimiento a través de los sentidos y su interacción con el medio, lo cual implica un cambio en la conducta humana, esto con la intención de adaptarse al entorno. Este proceso implica la curiosidad, memoria y experiencia, así como la creatividad y la emoción para llevarse a cabo.

Es de esta forma, podemos decir que el aprendizaje es el proceso mediante el cual los seres humanos obtenemos nuevos conocimientos, estos se adquieren por medio de la práctica y las experiencias por las que pasan los individuos, pero también a través de la interacción con el entorno y con las

personas que nos rodean, logrando modificar y mejorar nuestras habilidades, conductas, valores y destrezas.

Es necesario tener en cuenta que para que surja el aprendizaje, es fundamental que haya de por medio la emoción y el uso de la razón, ya que se complementan entre ellos y crean en conjunto la obtención de este aprendizaje nuevo.

### **2.3.1 ¿Cómo influye la convivencia y el clima escolar en el aprendizaje?**

Dentro del aprendizaje, la convivencia y el clima escolar juegan un papel importante, ya que entre más positivas sean las vivencias, más significativo será el aprendizaje, es por lo anterior que podemos decir que el clima escolar es fundamental para que los alumnos puedan obtener nuevos aprendizajes, ya que estos son adquiridos por medio de las experiencias, por ende, si dentro del aula se tiene un clima favorecedor, la trayectoria será más grata, y los aprendizajes más significativos.

Siguiendo con esto, la convivencia es fundamental dentro del aprendizaje, ya que la mayoría de las veces aprendemos al momento de interactuar con el entorno y con las personas que nos rodean, entonces podemos justificar, que es necesario que dentro del aula exista una buena convivencia, ya que a través de esta todos los alumnos podrán participar, complementar sus ideas entre ellos, trabajar en equipo, comprensión de los temas y por lo mismo obtener aprendizajes nuevos.

Se concluye que, el presente capítulo enuncia que la convivencia es esencial para el desarrollo humano, ya que implica la interacción social, es decir, compartir la existencia con otros y aprender a relacionarse de manera respetuosa y cooperativa, así como es necesario el aprendizaje de normas y valores. Existen diferentes tipos de convivencia, como la familiar, social, humana, ciudadana, democrática y escolar, cada una con sus propias características y normas.

En este proyecto destacamos la escolar, ya que es una de las que más solemos aplicar en nuestra vida porque pasamos mucho tiempo dentro de la escuela, entonces podemos decir que es una de las más importantes, ya que en las instituciones educativas, los niños desde muy pequeños comienzan a aprender cosas fundamentales, entre ellas a convivir.

En cuanto al clima escolar, hace referencia a la percepción de los individuos sobre el ambiente en la institución educativa, este clima puede influir en la calidad de la educación, aprendizaje y bienestar de los alumnos.

Dentro del clima social escolar existen microclimas, los cuales juegan un papel importante en el proceso de enseñanza-aprendizaje y en las relaciones dentro de la comunidad educativa. Entre los microclimas que se mencionan, están, el clima de aula y el clima laboral, que pueden afectar de manera positiva o negativa en el entorno educativo. Es fundamental gestionar de manera eficiente estos microclimas para promover un ambiente favorable para el aprendizaje y el desarrollo integral de los estudiantes.

Finalmente, podemos decir que, la convivencia y el clima escolar son factores fundamentales para mejorar el aprendizaje de los alumnos. Un buen clima escolar favorece experiencias gratas y significativas, lo que facilita la adquisición de nuevos conocimientos, mientras que la convivencia en el aula favorece la interacción entre los estudiantes, el trabajo en equipo y la comprensión de los temas, lo que contribuye a obtener aprendizajes nuevos.

### CAPÍTULO 3

#### LA EDUCACIÓN EMOCIONAL Y SUS COMPETENCIAS

El presente capítulo tiene por objetivo presentar el concepto de la educación emocional, así como enunciar y describir las competencias emocionales que se desarrollan a través de la educación que son propuestas a partir de la perspectiva presentada por Rafael Bisquerra, y de este modo se destaca la importancia y las ventajas que tiene la enseñanza de educación emocional dentro de la escuela.

En primera instancia se explica el término de educación emocional basado en la perspectiva de Rafael Bisquerra, y es de esta manera, como se resalta la importancia que tiene este proceso a lo largo de toda nuestra vida, y la necesidad de que se atienda tanto dentro como fuera de la escuela, ya que entre estos saberes se complementan entre sí y existe un conocimiento más complejo en los alumnos.

Es así, como podemos decir que a través de la educación emocional se le puede ofrecer a los alumnos las herramientas necesarias para que sean competentes en la mayor parte de las áreas de su vida, y lograr en ellos bienestar social, emocional y personal.

En segunda instancia, se justifica a través de lo presentado con una perspectiva propia la importancia y las ventajas de impartir educación emocional, recordemos que desde muy pequeños dentro de casa les enseñan algunos conocimientos básicos, entre los cuales deben de estar aprendizajes relacionados con lo afectivo, pero también dentro de la escuela se debe de abarcar los temas afectivos ya que forman parte de los pilares básicos de la educación que se deben de cubrir para que se considere que la educación es integral, pero muchas veces no se abarcan todos los pilares, la mayoría de las veces se centran solo en lo cognitivo.

Finalmente se presentan las competencias emocionales que se imparten por medio de la educación emocional, las cuales son explicadas a mayor profundidad y se desarrolla la explicación de los puntos indispensables para profundizar dentro de cada una de las competencias y el conocimiento sea más complejo.

“Educar la mente, sin educar el corazón, no es educar en lo absoluto”.

-Aristóteles

### **3.1 Educación emocional**

La educación formal debe de cumplir con la enseñanza de los siguientes saberes: Aprender a hacer, aprender a conocer, aprender a ser y aprender a convivir.

La mayoría de veces las instituciones educativas se enfocan en satisfacer solamente el aprender a conocer y aprender a hacer, lo cual tiene que ver con los contenidos académicos y el enseñarles a resolver algunas problemáticas con ayuda de los conocimientos a través de la practica, pero se deja a un lado el aprender a ser y aprender a convivir que tiene que ver más con lo personal, como el autoconocimiento, la personalidad, las emociones, valores, respeto hacia las diferencias individuales, tolerancia, desarrollo de habilidades sociales para enfrentar problemáticas que se les presenten, aprender a convivir sanamente, entre otras.

Una forma para potenciar en los estudiantes el aprender a ser y aprender a convivir, es a través de la educación emocional, y es así como se contribuye a cumplir con la enseñanza de todos los pilares básicos de la educación.

Según Bisquerra (2003) la educación emocional es vista como:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona, con objeto de capacitarle para la vida. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social. (p.27)

Lo anterior se puede interpretar como un proceso que se debe de llevar a cabo a lo largo de toda nuestra vida, ya que como lo dice es continuo y permanente, es necesario que sea atendido tanto dentro como fuera de la escuela, pues lo que se aprende dentro y fuera se complementa entre sí y así habrá un conocimiento más comprensible y complejo en los alumnos.

A través de la educación emocional se le puede ofrecer a los alumnos las herramientas necesarias para que sean competentes en la mayor parte de las áreas de su vida, y de esta forma lograr adentrarse más en lo social y afectivo, y así lograr en ellos bienestar social, emocional y personal.

### **3.2 Importancia y ventajas de la educación emocional**

La educación emocional es de suma relevancia, ya que es necesario desarrollar a través de esta educación las competencias emocionales, las cuales proporcionan a los estudiantes las herramientas para que puedan ser competentes en todas las áreas de sus vidas, y de esta forma lograr en ellos un desarrollo integral.

Las competencias emocionales, según (Bisquerra, 2003, p.8) son un “factor esencial para la prevención y el desarrollo personal y social”.

Se debe tener en cuenta que las emociones son algo fundamental en los seres humanos, ya que es algo que nos mueve como personas, es así como se debe considerar que sin emoción no hay cognición.

Al decir, que sin emoción no hay cognición, se hace referencia a que siempre influye como nos sentimos en nuestra forma de pensar y de obtener nuevos aprendizajes.

Ya Pekrun (2014) como se cita en Anzelin (2020) menciona que “las emociones ejercen una profunda influencia en el aprendizaje: emociones por actividades de logro, en la resolución de problemas de orden cognitivo, por los temas o área de conocimiento y por las relaciones sociales que se establecen en los entornos educativos”.

Anzelin (2020) dice que según el autor las emociones positivas son experimentadas como placenteras y pueden variar en su manifestación cognitiva y fisiológica e influyen en la atención, la motivación, el uso de estrategias de aprendizaje y la autorregulación del aprendizaje. (p.52)

Es de esta forma como podemos decir que, la cognición siempre va acompañada de una emoción, y se dan al mismo tiempo, es decir de manera simultánea.

A continuación se mencionarán algunas ventajas que tiene el tratar la educación emocional de manera interna y externa, para de este modo se beneficien las diferentes áreas de vida de individuo.

Algunas ventajas que tiene el potenciar las competencias emocionales en lo escolar, es que en los alumnos existirá una mayor comprensión de los temas, mejorara su rendimiento académico, habrá más confianza y por lo mismo mayor participación, y por esta razón dentro de las instituciones existirá un mejor clima dentro de las aulas, mejorará la convivencia, la participación, disminuye el rezago educativo y aumenta el éxito escolar.

Por consiguiente, en el área personal, los alumnos tendrán autoconocimiento, mayor manejo de sus emociones, mayor autoestima, desarrollaran el valor de la responsabilidad, mejor gestión de su tiempo, podrán auto generar emociones positivas, prevención de la práctica de acciones de riesgo en su vida como la depresión, violencia, consumo de drogas o suicidio, entre otras.

Finalmente en lo social los individuos adquieren habilidades para convivir, resolver conflictos, mayor empatía y tolerancia, respeto hacia los demás, aprenden a comunicarse de manera asertiva y existe una mayor cooperación en actividades de grupo.

Por consiguiente, podemos decir que la educación emocional como lo menciona ( Bisquerra , 2003, p.9) “pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación formal”.

En resumen, la educación emoción tiene beneficios a corto y a largo plazo, como son:

A corto plazo: mejora el como expresan lo que sienten, regular la forma de expresarlo, mayor empatía, mayor autoestima, mejora el rendimiento académico, reducir la practica de acciones de riesgo, evita los conflictos con los compañeros del aula, entre otros.

A largo plazo de igual forma, mejora el como se expresar lo que se sienten, regular la forma de expresarlo, capacidad para auto generar emociones

positivas, mayor empatía, mayor autoestima, mayor habilidad para conseguir el trabajo deseado, desarrollar un buen ambiente laboral, reducir los conflictos con los compañeros de trabajo y sobre todo mantener a lo largo de su vida un bienestar social, emocional y personal.

### **3.3 Competencias emocionales**

Para comenzar con el apartado, definiremos lo que es una competencia, compartiendo la perspectiva de algunos autores, de modo que se pueda dar una perspectiva propia.

Según ( Bisquerra , 2003, p.21) una competencia “es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia”.

Por su parte, ( Tejada , 1999, p. 29) dice que una competencia es un “conjunto de conocimientos, procedimientos y aptitudes combinados, coordinados e integrados en la acción, adquiridos a través de la experiencia (formativa y no formativa -profesional-) que permite al individuo resolver problemas específicos de forma autónoma y flexible en contextos singulares”.

Dicho en otras palabras, son diversos conocimientos que obtenemos y que debemos aplicar para la solución de distintas situaciones. Para que los saberes sean considerados una competencia es necesario que se aplique lo conceptual, lo procedimental y lo actitudinal.

Una vez ya definido lo que es una competencia, ahora si podemos adentrarnos a lo que es una competencia emocional, que según ( Bisquerra, 2003, p.22) es “el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales.”

A partir de que se comenzó a darle mayor relevancia a la educación emocional dentro de la escuela, se pretenden potenciar en los alumnos las siguientes competencias basándonos en lo que dice Bisquerra (2003):

- a) **Conciencia emocional**, Se refiere a la capacidad de tener conocimiento de las emociones propias y ajenas, y de captar la

atmósfera de sensaciones del lugar donde están presentes. Dentro de la competencia vienen implícitos tres puntos indispensables para desarrollar, los cuales son:

- 1) Toma de conciencia de las propias emociones: la capacidad de un individuo de captar sus propios sentimientos y emociones y de este modo identificarlos y etiquetarlos; de tal forma que, puede existir la posibilidad de experimentar múltiples emociones simultáneamente.
- 2) Dar nombre a las propias emociones: la capacidad para utilizar el vocabulario emocional.
- 3) Comprensión de las emociones de los demás: La capacidad del individuo para discernir las emociones y opiniones de quienes lo rodean. Es importante tener en cuenta algunos puntos clave como la situación que estás pasando y cómo se comportan y se comunican otras personas, lo que ayudará a darle más significado a la emoción. Asimismo, abarca la capacidad del sujeto para empatizar con las experiencias emocionales de los demás. (p.23)

b) **Regulación emocional**, tiene que ver con la capacidad del sujeto para gestionar adecuadamente las emociones. Se debe considerar la importancia de la relación entre emoción, cognición y conducta; ya que permite elegir estrategias que se consideren adecuadas para el afrontamiento y así desarrollar la capacidad de generar emociones positivas de forma autónoma. Vienen implícitos cinco puntos indispensables para desarrollar, los cuales son:

- 1) Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento: Se debe considerar que los estados emocionales influyen en el comportamiento y el estado de ánimo, pero estos pueden modularse cognitivamente, es decir, a través de la conciencia y el razonamiento sobre la situación.
- 2) Expresión emocional: Es la capacidad que tiene un individuo de expresar adecuadamente sus sentimientos, entendiendo así que,

aunque esté experimentando un estado emocional y alto grado de intensidad, es necesario pensar antes de manifestarlo para poder expresarlo adecuadamente.

- 3) Capacidad para la regulación emocional: Se debe de regular los propios sentimientos y emociones. Se incluye el autocontrol de la ira, la violencia, las conductas de riesgo, la tolerancia a la frustración para prevenir el estrés, la ansiedad y la depresión, pero se debe de tener en cuenta que esto no incita a la supresión de emociones y sentimientos.
  - 4) Habilidades de afrontamiento: Combatir las emociones desagradables mediante el uso de estrategias regulatorias que reducen la intensidad y duración de los estados emocionales.
  - 5) Competencia para auto-generar emociones positivas: capacidad para crear de manera consciente emociones positivas (alegría, amor, humor, fluidez) y disfrutar de la vida. (pp.23-24)
- c) **Autonomía personal (Autogestión)** incluye la autoestima, la actitud positiva ante la vida, la responsabilidad, la capacidad de analizar críticamente las normas sociales, la capacidad de buscar ayuda y recursos y la autoeficacia emocional.
- 1) Autoestima: Es la imagen que una persona tiene de sí misma de forma positiva, es decir, estando orgullosa de sí misma.
  - 2) Automotivación: La capacidad de motivarse para involucrarse emocionalmente en una variedad de actividades, personales, sociales, profesionales, de tiempo libre, etc.
  - 3) Actitud positiva: Ser capaz de adoptar una actitud positiva ante la vida, es decir, afrontar con optimismo los retos que se presentan cada día.
  - 4) Responsabilidad: Cuando los sujetos reconocen la responsabilidad de las decisiones que toman y sus consecuencias, y cuando deciden realizar actividades saludables y comportamientos éticos.

- 5) Análisis crítico de normas sociales: La capacidad de evaluar críticamente la información social y cultural y ajustar el comportamiento personal en consecuencia.
  - 6) Buscar ayuda y recursos: Capacidad para identificar necesidades de apoyo y saber acceder a los recursos disponibles.
  - 7) Autoeficacia emocional: El sujeto mira y siente como quiere sentirse. La aceptación y cómo se siente, se ve influido por sus creencias y por la aceptación cultural.(p.24)
- d) **Inteligencia interpersonal** como una capacidad de mantener relaciones sanas con los demás. Se deben dominar varios aspectos como las habilidades sociales, la comunicación efectiva, el respeto, la actitud, la confianza en uno mismo, etc.
- 1) Dominar las habilidades sociales básicas: Se considera necesario desarrollar algunas conductas y palabras de cortesía, como escuchar, saludar, despedirse, agradecer, pedir ayuda, disculparse, conversar, etc.
  - 2) Respeto por los demás: Los sujetos aceptan y respetan voluntariamente las diferencias individuales y aprecian los derechos de todas las personas.
  - 3) Comunicación receptiva: Ser capaz de practicar la escucha activa e identificar información en la comunicación no verbal.
  - 4) Comunicación expresiva: Capacidad para iniciar y mantener conversaciones a través de la comunicación verbal y no verbal y expresar claramente los pensamientos y sentimientos..
  - 5) Compartir emociones: Se refiere al intercambio de emociones sinceras entre dos o más personas, con cierto grado de franqueza y reciprocidad.
  - 6) Comportamiento pro-social y cooperación: capacidad para respetar turnos, compartir en grupo; practicar actitudes de amabilidad y apoyar y ayudar en diversas situaciones dentro de un grupo.

7) Asertividad: Es la capacidad que tiene un sujeto para decir no, en situaciones que no se quiere involucrar ni sentirse obligado, y tardar lo necesario para realizar acciones hasta sentirse preparado. Es la capacidad para expresar lo que piensa y siente, y de este modo defenderlo. (p.25)

e) **Habilidades para la vida y bienestar** la cual engloba comportamientos apropiados para la solución de problemas en las diferentes áreas de desarrollo del sujeto, tanto en la personal, familiar, profesional y social. Todo esto, con la finalidad de potenciar el bienestar personal y colectivo.

- 1) Identificación de problemas: capacidad para identificar conflictos que necesitan de una solución o decisión.
- 2) Fijar objetivos adaptativos: es la capacidad para idear objetivos para solucionar de la mejor forma.
- 3) Solución de conflictos: capacidad para afrontar conflictos sociales, aportando soluciones que ayuden a resolverlo de una manera apta.
- 4) Negociación: capacidad para resolver conflictos, tomando en cuenta la perspectiva y el como se sienten los demás.
- 5) Bienestar subjetivo: capacidad para disfrutar la forma positiva como se siente e intenta transmitirlo a las personas que lo rodean.
- 6) Fluir: Capacidad para generar propiamente buenas experiencias en la vida profesional, personal y social. (p.25-26)

Finalmente podemos justificar que, el potenciar estas competencias es algo complejo que lleva demasiado tiempo poder desarrollarlas, pero no es algo imposible, por eso se destaca la importancia de comenzar desde edades tempranas a la enseñanza de las mismas, para que de esta forma los niños comiencen a apropiarse de estos saberes desde muy pequeños, y así cuando lleguen a una edad mayor, e incluso desde pequeños puedan demostrar el dominio que existe en relación con las competencias, y en estos incluyan los saberes conceptuales, procedimentales y actitudinales para que

verdaderamente sea considerada una competencia emocional, y por ende cumpla su función.

En conclusión, podemos decir que la educación emocional es esencial para el desarrollo integral de los estudiantes, ya que les proporciona las herramientas necesarias para ser competentes en todas las áreas de sus vidas, promoviendo el bienestar.

A través de la educación emocional, se potencian competencias como la conciencia emocional, la regulación emocional, la autonomía emocional y la inteligencia interpersonal y las habilidades para la vida y bienestar, lo que contribuye a mejorar el rendimiento académico, la convivencia, la autoestima y la resolución de conflictos, tanto en el ámbito escolar como en el personal y social.

Algunas ventajas que tiene el tratar la educación emocional tanto dentro como fuera de la escuela es que existen beneficios a corto y a largo plazo, entre las cuales están mejorar la manera de expresar lo que sienten, regular la forma de expresarlo, mayor empatía, mayor autoestima, mejora el rendimiento académico, reducir la practica de acciones de riesgo, los conflictos con los compañeros del aula, capacidad para auto generar emociones positivas, mayor habilidad para conseguir el trabajo deseado, desarrollar un buen ambiente laboral, reducir los conflictos con los compañeros de trabajo y sobre todo mantener a lo largo de su vida un bienestar social, emocional y personal.

De este modo se debe de considerar que las emociones influyen en el aprendizaje, por esto es necesario tener las herramientas necesarias para identificarlas, expresarlas y regularlas de la mejor forma para que beneficiemos nuestro aprendizaje dentro de la escuela y podamos obtener y dominar todos los conocimientos esperados.

De igual forma, las emociones influyen tanto en la manera de convivir de los estudiantes como en el clima escolar, el cual es fundamental para obtener aprendizajes nuevos.

## CAPÍTULO 4

### REPORTE DEL TRABAJO COTIDIANO CON MI AMIGO DENTRO DEL SERVICIO SOCIAL UPN PERAJ

En el presente capítulo a manera de ejemplo para reflexionar sobre la relevancia de la educación emocional, se pretende relatar la experiencia dentro del servicio social UPN PERAJ, en la cual se resalta una problemática de suma importancia dentro del texto, la cual es la falta de habilidades socio emocionales.

Dentro de este capítulo se mencionará en primera instancia como y de que manera funciona el programa PERAJ para adentrarnos un poco al objetivo del servicio social, seguido de esto se explicará el diagnóstico que se realizó *al amigo* para poder determinar las necesidades que tenía y así, de esta manera, poder planear estrategias pedagógicas para el desarrollo y adquisición de nuevas habilidades sociales y emocionales.

Se explicarán las actividades que fueron utilizadas y lograron ser más significativas para el amigo, para así tener nueva adquisición de conocimientos y habilidades.

Finalmente se explicará la evaluación con la cual se pudo determinar los avances que tuvo *el amigo* dentro del programa PERAJ, así como algunas recomendaciones que se le dieron a sus padres para seguir con el proceso de su hijo y seguir viendo avances significativos en él.

“Nadie es perfecto, por eso los lápices tienen borrador.”

-Autor desconocido

#### **4.1 Contexto del Servicio Social**

El servicio social de PERAJ según (PERAJ, 2021, p.1) es un programa nacional en el que jóvenes universitarios fungen como mentores y se convierten en un modelo positivo a seguir para los niños y niñas en condiciones vulnerables, apoyándolos y motivándolos para desarrollar su máximo potencial.

Es de esta manera como podemos decir que a través de la interacción que existe entre los niños y niñas que en lo sucesivo son denominados por el programa como “amigos” y el estudiante universitario como mentor, basándose en algunas estrategias se puede ayudar al desarrollo de las áreas en las cuales presentan necesidades y reforzarlas; es así como podemos determinar que algunas áreas en las cuales se pueden intervenir por medio del programas son la afectiva, escolar, social, cultural y motivacional.

En este capítulo se presentará la experiencia de la autora dentro del servicio social UPN PERAJ y se describirán las necesidades que tenía el amigo en relación con el tema tratado en este texto, es decir lo afectivo, social y escolar, al igual que se explicarán algunas estrategias que fueron funcionales para otorgarle nuevas habilidades dentro de estas áreas y así promover mejoras en otras más, como es la motivacional.

#### **4.2 Descripción de necesidades presentadas por mi amigo (Diagnóstico)**

Al inicio del programa la coordinadora del programa les realizó una entrevista y un diagnóstico a *mi amigo* (a lo largo del texto se va a referir así al niño por efecto de tratamiento de datos y confidencialidad) y a *su mamá*, con la intención de tener información en relación con el contexto social y familiar, y así poder tener noción de lo que pasaba con él, las necesidades que presentaba y los motivos por los cuales estaba dentro del programa.

Dentro de la entrevista realizada a la madre, se puede rescatar que tenía necesidades tanto en el área afectiva, escolar, social y motivacional.

Entre algunas acciones mencionadas por la madre dentro de la entrevista se puede rescatar que *el amigo* no tenía conocimiento de sus emociones, y por lo mismo no sabía regularlas, esto provocaba que sus habilidades sociales fuesen muy pocas y casi no tuviera amigos dentro del aula; identificado a partir de sus respuestas agresivas que tenía en contra de sus compañeros de clase cuando se enojaba o se frustraba.

Algunas de las preguntas y respuestas que se le hicieron a su madre, y que se analizaron para que se llegará a esta conclusión fueron las siguientes:

<b>Pregunta</b>	<b>Respuesta</b>
¿Qué hace el niño cuando lo agreden?	El vuelve a agredir
Describir al menor en el hogar	Hace las cosas pero siempre se encuentra enojado por todo
¿Cómo se comporta en los juegos?	Es muy brusco y agresivo
¿Cómo es con sus amigos?	Se quejan por su juego, porque cuando se enoja pega
¿Qué hace cuando no logra éxito o ganar?	Se enoja, pega y llora
¿Cómo reacciona cuando no lo complacen?	Pega y patalea
¿Cómo se relaciona con sus compañeros de escuela?	Pega si no gana, se enoja fácilmente
Motivos por los que desea ingresar a su pequeño al programa	Por problemas de lenguaje, mejorar su relación con otras personas, convivir con

	otros y para que siga reglas dentro del salón.
--	--

Por otra parte, la coordinadora le aplicó un *test de frases incompletas* a mi amigo, en el cual se pueden rescatar algunas respuestas que resaltan la falta de conciencia, regulación emocional y habilidades sociales.

<b>Frase</b>	<b>Respuesta</b>
Odio a los	Nada
Extraño tanto	Nada
Me enojo porque	Toman mis cosas
Mis amigos creen que	( No contestó nada)
Tengo miedo de	Nada
Estoy celoso de	Nada
A otros niños y niñas	Pelean
A veces me siento triste	Porque no está mamá
Si otra persona me golpea	Yo también pego
Si no obtengo lo que quiero en casa	Me enojo, pego, lloro.

Después de que la coordinadora del programa realizará este diagnóstico, asigna *al amigo* a cada mentor dependiendo las necesidades que presenta y el mentor las habilidades que posee; y llega el momento del primer contacto del amigo y mentor. A mi me tocó darle mentoría a un niño de 7 años que cursaba segundo grado, en la primaria “Catalina Córdoba Nava” ubicada en la alcaldía Magdalena Contreras, las mentorías se hacían dos veces por semana, dentro de la Universidad Pedagógica Nacional los días miércoles y viernes de 3:00 pm a 5:00 pm.

*Mi amigo* fue caracterizado por ser un niño que no poseía límites, era muy impaciente, inseguro, no tenía amigos y tampoco tenía bien cimentado el valor de la familia; al igual que está diagnosticado con TDAH y trastorno oposicionista.

Al momento del primer contacto con *el amigo* por medio de la observación pude analizar que le costaba trabajar relacionarse tanto con personas mayores, como con niños de la misma edad.

Se le realizaron preguntas relacionadas a información básica como su nombre, edad, color favorito, gustos entre otras cuestiones.

Fue un poco difícil conocer sus respuestas ya que casi no quería contestar; algunas de las respuestas que resaltaron en este primer contacto fueron las siguientes:

Pregunta	Respuesta
¿Cuántos amigos tienes?	Yo no tengo amigos
¿Quieres conocer y tener nuevos amigos?	No no quiero, no me gusta
¿Por qué no te gusta?	Porque no quieren jugar conmigo

Al momento de platicar por primera vez con su mamá, hizo mención de que más de dos veces a la semana le llamaban de la escuela porque *mi amigo* era considerado un niño impulsivo que se enojaba fácilmente y cuando sucedía esto pegaba, aventaba y rompía cosas, lo cual provocaba que se interrumpieran las clases para tranquilizarlo y llamarle a su mamá.

Al momento de trabajar en equipo a *mi amigo*, no le gustaba ya que se desesperaba con facilidad y no le gustaba compartir.

Para comenzar con la intervención y la creación de las estrategias para mejorar las necesidades, se realizó un diagnóstico pero de una manera didáctica, es decir a través de un juego llamado “La ruleta de las emociones”, la cual consiste en que cada uno debe de tener una hoja y colores, se le tiene que dar la vuelta a la ruleta y dependiendo de la emoción en la cual la flecha se detiene es la acción que tenemos que escribir y dibujar la cual nos provoque esa emoción.

De esta forma es como se pudo detectar que las únicas emociones que conocía era enojado y feliz.

Se le preguntó si nunca había sentido miedo o algo que lo pusiera triste y dijo que nunca había tenido miedo y que nada lo ponía triste, que cuando lloraba no sabía

porque lo hacía y así sucesivamente con las otras emociones que vienen en la ruleta y en todas contesto que no sabía que era eso y que nunca lo había sentido.

### 4.3 Actividades utilizadas para la mejora en el área emocional y social

Después de realizar los diagnósticos necesarios tanto por la coordinadora como por la mentora, se buscaron las estrategias necesarias para enseñarle conceptos relacionados a lo emocional y como regularlo, pero teniendo en cuenta su edad y forma de comprensión, esto con la intención de lograr desarrollar en *el amigo* algunas habilidades y conocimientos en relación con lo emocional y con ello la obtención de nuevas habilidades sociales y de esta manera mejorar en el área escolar conforme a su rendimiento y aprendizaje.

A continuación se presentarán algunas actividades utilizadas para enseñarle a *mi amigo* conceptos básicos y así desarrollar conciencia emocional:

Sesión	Actividad	Objetivo(s)	Descripción de la actividad
1	Video de las emociones	Describir a través de un video lo que es una emoción y mencionar las emociones básicas con la finalidad de que comience a adentrarse al tema.	Se le presentará un video que habla de las emociones, es decir qué son y los tipos de emociones que hay; este video es adaptado a su edad para que pueda ser fácil y comprensible comprender.
2	Caritas de emociones	Crear en conjunto antifaces de las emociones básicas, las cuales serán utilizadas durante las siguientes sesiones para expresar por medio de estas como nos sentimos a lo largo del día.	Previamente la mentora llevará unas plantillas de unas caritas de emociones. -En conjunto la mentora y el amigo, las van a colorear dependiendo de los colores que crean que se relacionan con esa emoción

			<p>-Se usarán abatelenguas y se pondrán en la parte de abajo para que se puedan agarrar.</p> <p>-Estos antifaces servirán durante las siguientes sesiones ya que con estas se expresará como nos sentimos en el día y durante la sesión y por qué.</p>
3	Globos de las emociones	Diseñar con ayuda de diferentes materiales que llamen la atención de <i>mi amigo</i> algunos globos para que relacione las emociones con algunos colores y expresiones.	En una mesa se pondrán todos los materiales y se le dará la indicación de que debe de tomar cinco globos de los colores con los que relacionen cada emoción, estos globos serán llenados de harina, con ayuda del embudo y debe de adornarlos con los ojitos movibles y adornos que estarán en la mesa, cada globo será una emoción, entonces a cada uno de estos le harán una expresión facial para que de esta forma se relaciones con la emoción que se está representando.
4	Identificando las emociones	Crear un cuento con el cual, le explicaré a <i>mi amigo</i> acerca de las emociones y cómo se siente cada una de	Previamente la mentora llevará un cuento inventado por ella en el cual se incluyan todas las emociones básicas ,

		<p>estas, con la finalidad de que él comience a reconocerlas y centrar esto en cómo las siente.</p>	<p>en cada una de estas se explicará a través del cuento cómo se sienten para que le quede más claro a <i>mi amigo</i></p> <p>Después e le pedirá que se dibuje a sí mismo, en una hoja de cuerpo completo y que a cada emoción le determine un color el cual usará para identificar en las partes de su cuerpo cuando siente esa emoción en que parte la siente</p>
5	Modelando emociones	<p>Reforzar la motricidad gruesa e Identificar las emociones y con ello las expresiones faciales que conlleva cada una de ellas.</p>	<p>En la bandeja se pondrá un poco de agua y se remojará un pedacito de papel crepe, este se dejará 5 minutos ahí para que se salga todo el color.</p> <p>Después de esos 5 minutos se agregará harina y sal hasta que quede una consistencia de plastilina.</p> <p>Después de que ya este la plastilina hecha, a mi amigo se le da una hoja que vendrá enmicada, la cual tendrá la silueta de una cara pero sin facciones.</p>

			Se tirará el dado el cual en cada cara, tendrá una emoción en específico, dependiendo de esta emoción que caiga en el dado es la expresión que le tendrán que poner su hoja con ayuda de la plastilina y explicar algo que lo haga sentir así y que hace para sentirse mejor
--	--	--	--

A continuación se presentarán algunas actividades utilizadas para desarrollar en *mi amigo* la habilidad para regular sus emociones:

Sesión	Actividad	Objetivo(s)	Descripción de la actividad
1	Vídeo de la regulación emocional	Describir a través de un video lo que es la regulación emocional con la finalidad de darle un poco de contexto de lo que veremos en las siguientes sesiones.	Se le presentará un video que habla de la regulación emocional, para que sepa que es esto y conozcan algunas estrategias para regular sus emociones, El video titulado “controlando las emociones” es adaptado a su edad para que pueda ser fácil y comprensible comprender.
2	Recorrido emocional	Identificar y analizar las emociones que nos generan diferentes situaciones que nos pasan en la vida cotidiana y buscar una	En el piso haremos la forma del stop, y le pondremos el nombre de las emociones y una imagen.

		solución y generar emociones gratas.	<p>Pasará <i>mi amigo</i> al centro de cada rueda emocional, y se le presentarán algunas situaciones, las cuales caracterizarán algo que le puede suceder en su vida diaria. Él debe de moverse a la emoción que siente cuando sucede esa situación, después se les dirá que debe de proponer una solución para que pueda pasar de esa emoción disgrata a una grata, ya que la propongá puede pasar a la emoción grata que le causaría solucionar el conflicto.</p> <p>Después será turno de la mentora, el que logre solucionar más conflictos será el ganador.</p>
3	Ejercicios de respiración	Orientar a <i>mi amigo</i> a que aprenda ejercicios de respiración e una manera que llame su atención con la intención de comenzar a incentivar en él la regulación emocional a través de la respiración.	<p>Cada uno llevará su peluche favorito, nos acostaremos boca arriba en el pasto y pondremos nuestro peluche en nuestra panza.</p> <p>Se le enseñará a <i>mi amigo</i> a que cada que experimente una emoción disgrata esta puede ser una opción para poder tranquilizarse.</p>

			Se le enseñará la respiración
4	Botiquín emocional	Crear un botiquín el cual nos ayudará a que cuando experimentemos una emoción disgrata podamos regularla a través de tomar del botiquín algún remedio para mejorar esta emoción, los cuales serán cosas que nos gusten hacer.	<p>Se le dará a mi amigo una cajita de cartón y 5 hojas de colores partidas a la mitad.</p> <p>Primero deberá pintar y adornar la caja de una manera que le guste.</p> <p>En lo que se seca en cada una de las hojitas pondrá actividades que le guste mucho hacer, por ejemplo:</p> <p>Colorear</p> <p>Pintar con acuarelas</p> <p>Hacer manualidades</p> <p>Jugar con muñecas o muñecos</p> <p>Entre otras actividades</p> <p>Deberá doblarlas con tal de que no se vea lo que dice cada hojita</p> <p>Ya que nuestra cajita esté seca se le pedirá que le ponga en la parte de enfrente</p> <p>“El botiquín emocional”</p> <p>Y deberán poner los papelitos en la parte de adentro de la cajita</p> <p>Se le dirá que cada que se sienta triste, enojado con miedo o con alguna emoción que no lo haga sentir bien</p>

			deberá meter la mano al botiquín y sin ver sacará un papelito, y deberá realizar esa actividad que les salió en el papelito, esto ayudará a mejorar su regulación emocional.
--	--	--	--

A continuación se presentarán algunas actividades utilizadas para desarrollar en *mi amigo* habilidades sociales:

Sesión	Actividad	Objetivo(s)	Descripción de la actividad
1	Palabras mágicas	Identificar las palabras mágicas, con la finalidad de que <i>mi amigo</i> comience a comprender su importancia y con ello empiece a utilizarlas en su vida cotidiana	Para comenzar con esta actividad se le contará un cuento que habla de la importancia de las palabras mágicas y se le hagan preguntas con relación a este. Siguiendo con esto se le pondrá una canción de las palabras mágicas y se le pedirá repetirla para aprenderla.  Para finalizar se le dará una hoja en la cual vendrán imágenes que deberá descifrar, esto con relación a las palabras mágicas.

2	Dame el puñito y dime tu nombre	Potenciar en <i>mi amigo</i> habilidades para poder crear nuevas amistades a través de acercarse a los niños y regalarles dulces y después hacerles preguntas relacionadas con ellos.	<i>Mi amigo</i> y yo iremos buscando a los niños del equipo amigo ardilla, dentro de su mano guardará un dulce y llegará con otro niño o niña y le dará el puñito cuando ellos choquen su puño con el de mi amigo, el volteará la mano y les regalará el dulce que traerá en la mano, después les preguntará su nombre, edad y animal favorito y lo anotaremos en una hoja, esto con la finalidad de que <i>mi amigo</i> comience a relacionarse con más niños y desarrolle habilidades sociales.
3	La pulsera de la empatía	Potenciar en mi amigo el valor de la empatía a través de la creación de pulseras que tendrán superpoderes para que comience a darle la importancia suficiente a este valor.	Se le darán algunos materiales para que haga tres pulseras a su gusto. Se les explicará que estas pulseras tendrán superpoderes, que le ayudarán a <i>mi amigo</i> y a otros compañeros a los cuales él decida regalárselas a: Ser mejores personas, a tratar a las personas con respeto, a tener amistades y a convivir de manera armónica, pero

			<p>existe una regla importante, la cual es que no se la pueden quitar ya que se corre el riesgo de perder los superpoderes.</p>
4	<p>Trabajemos en equipo (Actividad realizada con otra pareja de mentora y amigo)</p>	<p>Potenciar en los amigos habilidades sociales con el fin de que aprendan a trabajar en equipo a través de un rally de juegos que incluya conocimientos académicos.</p>	<p>Se les explicara a los amigos que harán un recorrido a través de un circuito el cual tendrá varios desafíos que tienen que pasar, cada que lleguen a un punto determinado se le hará una pregunta relacionada a lo académico, puede ser una operación matemática o algo relacionado con la lectoescritura, estas preguntas deben de contestarlas bien para poder pasar al siguiente desafío, primero pasarán de manera individual y se les tomará el tiempo para saber quién los logra pasar más rápido . Después se les pedirá a los amigos que pasen juntos pero que tienen que ir a la par y que deben contestar las preguntas apoyándose entre ellos para que puedan hacer el circuito</p>

			de una manera más rápida y haciéndolo en equipo.
5	No dejes caer las pelotas	Fomentar en nuestros amigos el trabajo en equipo y la comunicación a través de una actividad con la cual aprenderán y se divertirán	La otra mentora, nuestros amigos y yo agarraremos de cada esquina el mantel, en el cual pondremos una pelota en el centro. La mentora y su amigo serán un equipo y mi amigo y yo otro. Moviendo el mantel trataremos de que al equipo contrario se le caiga la pelota, al mismo tiempo de que cuidaremos que no se nos caiga a nosotros.

Otra cosa que se puede agregar a lo presentado en las planeaciones anteriores es que siempre al final de cada sesión a mi amigo se le ponía una actividad llamada ¿Qué hice hoy y cómo me sentí? En esta reflexionábamos un poco lo que habíamos realizado en la sesión y que emociones nos provocaba el haber hecho las actividades, esto con la intención de fomentar en *mi amigo* la identificación seguida de las emociones que experimentaba.

#### 4.4 Evaluación y conclusiones

Al finalizar el programa tanto los mentores como los padres de familia hacemos una evaluación hacia el niño, es decir mencionamos las mejoras que notamos en ellos, los cambios o nuevas habilidades adquirirás dentro del programa.

A continuación presentaré un cuadro con algunas mejoras que *mi amigo* obtuvo dentro del programa así como algunas recomendaciones hacia sus padres para que sigan interviniendo en esas áreas:

	<b>Avances representativos durante el programa</b>	<b>Recomendaciones de acuerdo con el área</b>
<b>ÁREA SOCIAL</b> Esta área busca potenciar habilidades de interacción, comunicación y colaboración social en un marco de respeto, es decir aprender a hacer amistades, interactuar con diferentes personas y grupos, comunicar sus opiniones, puntos de vista y trabajar en equipo.	Mi amigo en el área social tuvo un gran avance, ya que cuando entro al programa comentó que no quería conocer, ni tener más amigos, y cuando otras personas se dirigían a mi amigo, él no les contestaba y los ignoraba, ahora: <ul style="list-style-type: none"><li>ya logra entablar una conversación con diferentes niños y personas más grandes</li></ul>	Se recomienda que se lleve a mi amigo a actividades en donde tenga que convivir con más niños y practicar el trabajo en equipo, puede ser a clases de futbol o algo que llame su atención, al igual que en familia utilizar juegos de mesa 1 o 2 veces al mes, esto con la intención de que siga practicando el respetar turnos y la comunicación con las demás personas. Se recomienda que se recuerde las palabras de

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• se interesa por los gustos de las demás personas y le gusta convivir y jugar con ellos.</li> <li>• Adquirió mayor paciencia para trabajar en equipo y apoyar a los demás cuando sabe que lo necesitan.</li> <li>• Ya tiene presente la importancia que tiene el uso de las palabras de cortesía.</li> <li>• Utiliza con mayor frecuencia el por favor y gracias cuando necesita o cuando se le da algo.</li> </ul>	<p>cortesía dentro de casa, cuando pida algo y no ocupe la palabra “por favor” al familiar que se lo haya pedido se le pregunte “¿Por qué?” Así el recordará la palabra que se olvidó decir, al igual que cuando no de las Gracias recordárselo, de esta forma a través de la práctica, seguirá apropiándose de estas palabras que en algún momento ya no serán necesario recordárselas .</p>
<p><b>ÁREA AFECTIVA</b> Está área busca fortalecer el autoestima, potenciar el autocuidado, superar adversidades establecer vínculos afectivos y que pueda</p>	<p><i>Mi amigo</i> al principio no podía reconocer cómo se sentía o las razones por las cuales experimentaba esa emoción, pero con ayuda de varias actividades ahora puede</p>	<p>Se recomienda que cada mañana o después de la escuela a mi amigo se le pregunte como le fue y como se sintió en la escuela, al momento de obtener respuesta</p>

<p>demostrar afecto físico y verbal.</p>	<p>expresar con mayor facilidad como se siente y porque lo percibe así.</p> <p>A través de cartas, ahora ya se le facilita expresarle a su familia y amigos que es lo que siente por ellos, e incluso las razones del por qué de esa emoción.</p>	<p>preguntarle el porqué se sintió así.</p> <p>Se recomienda una vez a la semana darle una notita a mi amigo alguna persona especial diciéndole o expresándole palabras de afecto y amor, cosas positivas, como puede ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eres el mejor hijo del mundo</li> <li>- Te amo mucho</li> </ul> <p>Ayudarlo con ejercicios de respiración, cuando noten que está frustrado o enojado para que se pueda calmar y no reaccione de mala manera, al igual que es necesario darle un espacio a solas para que se pueda tranquilizar.</p>
--	---	---

## CAPÍTULO 5

### TALLER DE ACTIVIDADES LÚDICAS COMO VÍA PARA DESARROLLAR COMPETENCIAS EMOCIONALES Y MEJORAR LA CONVIVENCIA Y CLIMA ESCOLAR

Después de presentar una experiencia dentro del Servicio Social, se pretende elaborar un taller dirigido a todos los niños que van en mismo grupo que mi amigo, con la intención de mejorar la convivencia y el clima dentro del aula, ya que varios niños de su grupo asistían al programa y todos ellos presentan semejanzas en las necesidades afectivas y sociales, al igual que cada una de las mamás de los niños indicaron a los mentores y mentoras que dentro del salón no había una convivencia sana y que la maestra les comentaba que se tenían que pausar las clases por las conductas de los niños y peleas que se originan al momento de desarrollar una clase; e incluso la falta de habilidades sociales que cada uno de ellos tienen para poder lograr un trabajo en equipo exitoso, es por esto que, el ambiente se torna tenso y esto provoca que se atrasen en su aprendizaje.

A continuación se presentará un taller elaborado para niños que estén cursando segundo grado de primaria, con la finalidad de desarrollar en los alumnos habilidades sociales y afectivas, y de esta manera otorgarles un buen desarrollo integral, y así poder apoyar a su maestra a tener un mejor control en el grupo y con esto mejorar la convivencia, clima escolar y aprendizaje dentro del aula.

## **Taller: “Aprendamos de emociones y creceremos como amigos”**

### **Marco de referencia:**

Este taller está sustentado en el área de Orientación educativa o también conocida como Orientación psicopedagógica la cual según (Bisquerra, 2005, p.9) menciona que “es un proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos sus aspectos, con objeto de potenciar la prevención y el desarrollo humano a lo largo de toda la vida”.

Por su parte, para Boza y otros (2001) como se cita en Pastrana (2008) menciona que la Orientación psicopedagógica:

Es un proceso de ayuda continuo y sistemático, dirigido a todas las personas, en todos sus aspectos, poniendo un énfasis especial en la prevención y el desarrollo (personal, social y de la carrera), que se realiza a lo largo de toda la vida, con la implicación de los diferentes agentes educativos (tutores, orientadores, profesores) y sociales (familia, profesionales y para profesionales). (p.34)

La orientación educativa busca apoyar a todas las personas de una comunidad, no solo dentro del ámbito escolar, sino también a lo largo de toda la vida, abarcando diversas organizaciones. Este proceso es continuo y lo llevan a cabo los orientadores, quienes emplean modelos, áreas y principios para resolver los casos que se les presentan.

El objetivo de la orientación educativa es promover un desarrollo integral en las personas, favoreciendo aspectos afectivos, familiares, profesionales, personales y sociales. Los orientadores utilizan diferentes enfoques y principios para adaptar sus intervenciones a las necesidades específicas de cada caso.

Los principios fundamentales de la orientación educativa sirven de base para las intervenciones, proporcionando un marco sólido. En este taller, se trabajará con principios de la orientación psicopedagógica, enfocados en la prevención, el

desarrollo y la intervención social, con el fin de fortalecer las competencias sociales y funcionales de los individuos y ayudarles a afrontar diversas situaciones.

Asimismo, el empoderamiento se presenta como un principio clave, donde las personas adquieren control sobre los asuntos que les afectan, promoviendo su desarrollo y autonomía, como se cita en Silva (2004).

Los modelos de intervención, como lo indican Bisquerra y Álvarez González (1998) actúan como guías que estructuran y organizan el proceso de orientación.

El modelo que se utilizará en este taller es el de programas, que según Vélaz de Medrano (1998) se organiza y sistematiza la intervención psicopedagógica con el fin de atender las necesidades de desarrollo de los destinatarios.

Es así como podemos justificar que el taller fue diseñado para abordar una problemática común en el aula, especialmente para niños de segundo grado, con el objetivo de potenciar sus habilidades y competencias emocionales

Para medir los avances en los niños, se realizará una evaluación antes y después de cada sesión, con el fin de evaluar el progreso en las competencias trabajadas a lo largo del taller.

**Número de horas:** 11 horas con 40 minutos

**Número de sesiones:** 10 sesiones

**Perfil del participante:**

El taller va dirigido para estudiantes que estén cursando segundo grado de primaria, los cuales están comenzando con la etapa de operaciones concretas, todas las actividades están pensadas con un enfoque constructivista, basadas en el juego, estas a su edad llaman mucho su atención, y por ende les otorgan a los estudiantes un aprendizaje más significativo.

En esta etapa en relación con su desarrollo emocional, a pesar de que ya tienen conocimiento de las emociones básicas; no tienen una percepción clara de las mismas, lo cual provoca que se les dificulte identificar lo que ellos están sintiendo; y así mismo no saben cómo reaccionar cuando se les presenta alguna situación acompañada de una emoción que les parece compleja.

**Ubicación práctica**

El taller se llevará a cabo en la escuela primaria “Catalina Cardona Nava ” ubicada en la alcaldía Magdalena Contreras; con niños y niñas de segundo grado, los cuales comienzan a tener una vida social y afectiva más compleja y activa.

En esta escuela se cuenta con aparatos tecnológicos los cuales pueden ayudar al momento de presentar los videos para los niños, al igual que cuentan con un patio grande para realizar las actividades las cuales son al aire libre, dentro de su salón hay pizarrón el cual servirá en varias de las actividades ya planteadas.

- Todo el material será llevado por la tallerista.
- El taller será realizado 3 veces por semana, cada sesión tendrá una duración de 70 minutos, con 10 minutos de receso, aproximadamente.
- El horario será Lunes, Miércoles y Viernes de 14:40 a 15:50 hrs, tendrá una duración de 4 semanas.

## **Objetivos generales de aprendizaje**

Al término de este taller los estudiantes serán capaces de:

- Identificar y nombrar correctamente las emociones que están experimentando en determinados momentos.
- Expresar de forma correcta sus emociones sin lastimar y hacer daño a las personas que los rodean.
- Desarrollar mayor control para regular sus emociones y propiciar en ellos mismos emociones gratas.
- Considerar la importancia que tiene poner en práctica las habilidades sociales en su vida diaria.

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 1**

**Número de sesión: 1**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>Presentación</b>	La telaraña	<p>La actividad servirá para conocer a los niños con los que se realizará al taller, al igual que ellos me conozcan.</p> <p>La actividad consiste en que primero haremos entre todos un círculo, ya que este formado el círculo con ayuda de una bola de estambre la tallerista comenzará diciendo cómo se llama, como le gusta que le digan y su juego o actividad favorita, al igual que decirles un poquito que veremos en el taller, agarrará la punta del estambre y aventará la bolita cualquier integrante del grupo y ese integrante dirá lo mismo, pero repetirá el nombre de quien se presentó antes que el, después agarrará una parte del estambre y aventará la bolita a alguien más y se repetirá el mismo procedimiento.</p> <p>Esto con la intención de conocer a todos los integrantes del grupo y que ellos conozcan a la tallerista y tener un primer acercamiento.</p>	Estambre	20 minutos	
<b>UNIDAD 1 Conociendo mis emociones</b>	¿Qué sabes de emociones?	Se les dará la mitad de una hoja de color, y se les dará la indicación de que en esa hojita deberán de escribir para ellos lo que son las emociones y	Hoja Lápiz Colores	10 minutos	

<p>• <b>Conocimientos previos de emociones en los alumnos</b></p>		<p>dibujar que emociones conocen, esto con la intención de saber los conocimientos que tienen a cerca del tema</p>			
<p><b>Receso 10 minutos</b></p>					
<p><b>UNIDAD 1 Conociendo mis emociones</b> • <b>Conocimientos previos de emociones en los alumnos</b></p>	<p>Lo que se de las emociones</p>	<p>Después del receso a cada uno les tocará exponer un poquito lo que conocen de las emociones y la tallerista ira anotando ideas en el pizarrón al igual que las emociones que conocen acompañadas de un dibujo.</p>	<p>Pizarrón Plumones para pizarrón de colores.</p>	<p>10 minutos</p>	
	<p>Cuando me siento... yo hago...</p>	<p>Después de hacer los dibujos de las emociones identificadas, se les pedirá que hagamos las mesas a los lados, para que quede libre enfrente del pizarrón, hasta la parte de atrás se pondrá una mesa con acciones escritas en hojitas e imágenes alusivas, algunas acciones serian: Lloro, corro, grito, pegó, me río, canto, juego, me escondo. Se irán pasando de 5 en 5 cada uno agarrará una acción y cuando se cuente 3 correrán al pizarrón a pegarla debajo de la emoción, es decir lo que hacen cuando sienten esa emoción</p>	<p>Hojitas con acciones Diurex Mesa</p>	<p>20 minutos</p>	

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 1**

**Número de sesión: 2**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

<b>Contenidos</b>	<b>Actividad</b>	<b>Descripción de la actividad</b>	<b>Materiales y/o recursos</b>	<b>Tiempo estimado</b>	<b>Observaciones</b>
<b>Recuperación de lo visto la sesión anterior</b>	Papa caliente	Se comenzará haciendo un círculo con todos los participantes del grupo, y con la pelota se irá pasando de uno en uno mientras se canta la canción de “la papa caliente”, quien se quede con la pelota cuando termine la canción, tendrá que recuperar una cosa que vimos la sesión pasada y así sucesivamente. Así será hasta que recuperemos de 5 a 7 participaciones de los alumnos.	Una pelota	10 minutos	
<b>UNIDAD 1: Conociendo mis emociones • Concepto de emociones</b>	Video de las emociones	Se les presentará a los alumnos un video que habla a cerca de las emociones, es decir que son y los tipos de emociones que hay, este es adaptado a su edad para que pueda ser fácil y comprensible entender.	Cañon Video Computadora	5 minutos	
<b>Receso 10 minutos</b>					
<b>UNIDAD 1: Conociendo mis emociones</b>	Palabras escondidas	Cuando los alumnos salgan al receso la tallerista se encargará de esconder en el salón por todos lados diferentes palabras.	Pizarron Plumón Papelitos Diurex	15 minutos	

<p>• <b>Concepto de emociones</b></p>		<p>Cuando regresen al aula se les dará la indicación de que deben de buscar por todos lados las palabras escondidas, en el pizarrón la tallerista tendrá escrita una frase, pero con espacios, en los cuales será necesario que los niños completen con las palabras que encuentren, basandose en lo visto en el video presentado antes del receso.</p>			
<p><b>UNIDAD 1: Conociendo mis emociones</b> • <b>Emociones básicas</b></p>	<p>Video emociones básicas</p>	<p>Se les presentará a los alumnos un video que habla a cerca de las emociones básicas de emociones, para que comiencen a identificarlas, este es adaptado a su edad para que pueda ser fácil y comprensible entender.</p>	<p>Cañon Video Computadora</p>	<p>5 minutos</p>	
	<p>Globos de las emociones</p>	<p>En una mesa se pondrán todos los materiales y se les dará la indicación de que deben de tomar 5 globos de los colores con los que relacionen cada emoción, estos globos serán llenados de harina, con ayuda del embudo y los niños deben de adornarlos con los ojitos movibles y adornos que estarán en la mesa, cada globo será una emoción, entonces a cada uno de estos le harán una expresión facial para que de esta forma se relaciones con la emoción que se está representando.</p>	<p>Globos de colores pequeños Ojos movibles Plumones Adornos Embudo de hoja Harina</p>	<p>30 minutos</p>	

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 1**  
**Número de sesión: 3**  
**Duración de sesión: 70 minutos**  
**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>Recuperación de lo visto la sesión anterior</b>	Pato pato ganso	Se saldrá un momento del aula y. Nos iremos al patio, los niños se sentarán en forma de círculo y se eligira a uno de ellos que será el ganso, irá pasando y tocando la cabeza de cada uno de ellos hasta que toque la cabeza de quien el o ella considere y le diga ganso, cada uno debe de correr para un lado diferente pero alrededor del círculo deben de dar una vuelta, el primer@ que se siente en el lugar vacío gana, quien se quedó parad@ dirá que recuerda que vimos la asesina pasada. Así se realizará el juego sucesivamente hasta que puedan recuperar de 5 a 7 participaciones		10 minutos	
<b>UNIDAD 1: Conociendo mis emociones</b> • Emociones básicas	Modelando emociones	En la bandeja se pondrá un poco de agua y se remojará un pedacito de papel de crepe, este se dejará 5 minutos ahí para que se salga todo el color. Después de esos 5 minutos se agregará harina y sal hasta que quede una consistencia de plastilina. Después de que ya este la plastilina hecha, se les repartirá una hoja que	Harina Papel crepe Agua Sal Bandeja Hojas con imagen de Cara	30 minutos	

		<p>vendrá enmascarada, la cual tendrá la silueta de una cara, pero sin facciones.</p> <p>Se tirará el dado el cual, en cada cara, tendrá una emoción en específico, dependiendo de esta emoción que caiga en el dado es la expresión que le tendrán que poner su hoja con ayuda de la plastilina.</p>	Dado de las emociones		
<b>Receso 10 minutos</b>					
<b>UNIDAD 1: Conociendo mis emociones</b> • Las emociones en mí y en los demás	Varita mágica	<p>Todo el grupo trabajará en conjunto para crear una varita mágica entre todos, la tienen que adornar y dar un toque propio. Después de elaborar la varita los niños se sentarán en forma de círculo en el suelo.</p> <p>Se elegirá a un niño o niña para que pase en medio del círculo y se le dará la varita mágica, tendrá que actuar, hacer expresiones corporales y faciales para expresar como se sintieron en el día, los demás niños dirán adivinar que emoción y el porqué se sintió así con base a la actuación de el/ella.</p> <p>Esto con la finalidad de que comiencen a tomar importancia de las emociones en los demás, y comiencen a practicar el notar emociones en los otros.</p>	Hojas Colores Plumones Adornos Pegamento	20 minutos	

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 2**

**Número de sesión: 4**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>CIERRE DE LA UNIDAD 1: Conociendo mis emociones</b> • Las emociones en mí y en los demás	Adivina quien soy yo	Comenzaremos haciendo equipos de 5 personas, cada una se pondrá en la frente un post it que tendrá escrito una palabra relacionada con las emociones básicas, se debe de cantar una canción y cuando termine la canción, sus compañeros deberán de darle pistas para que las personas que traen el post it, adivinen qué emoción les toco.	Post it	10 minutos	
<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones</b> • Conocimientos previos de regulación emocional en los alumnos	¿Que harías sí?	A cada uno de los alumnos se les dará una hoja y se les presentarán casos en los cuales ellos tendrán que contestar con la reacción que tendrían en el momento en el que pasaron o pasen por esa situación y se les preguntara que harían si se les llega a presentar alguna de estas situaciones, esto con la intención de conocer su forma de reaccionar y regular sus emociones.	Hojas Lápices	20 minutos	

**Receso  
10 minutos**

<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones</b> • ¿Que es regulación emocional?	Video de la regulación emocional	Se les presentará a los alumnos un video que habla a cerca de la regulación emocional, para que sepan que es esto y conozcan algunas estrategias para regular sus emociones, este es adaptado a su edad para que pueda ser fácil y comprensible entender.	Cañón Video Computadora	10 minutos	
<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones</b> • ¿Que es regulación emocional?	El pulpo de la calma	En esta actividad elaboraremos un pulpo que les ayudará a hacer ejercicios de respiración para que puedan controlar sus emociones cuando sea necesario. A cada niño se les dará un vaso y tiritas de papel creppe El vaso tendrá que adornarlo con ojos y colores que deben, en la parte de abajo del vaso se le hará un oyito, y en la parte de arriba se le pegarán las tiritas de papel para que queden colgados. Deben de soplar por el oyito y lograr que los papelitos se muevan.	Vaso desechable de unicef Papel crepe Plumones Pintura Pegamento Tijeras	20 minutos	

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 2**

**Número de sesión: 5**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones Recuperación de lo visto la sesión anterior Regulación emocional</b>	El cartero	Esta actividad consiste en que la tallerista dirá la frase de Algo con lo que se sientan identificados Llego el cartero y la carta dice que nos cambiemos de lugar todos los que ... y dirá algunas características en particular con las cuales los alumnos se sientan identificados, los que se sientan identificados se deberán parar y cambiar de lugar, el último en sentarse tendrá que decir que fue lo que aprendió la sesión pasada. Esto juego se hará sucesivamente hasta que podamos recuperar de 5 a 7 participaciones.	Sillas	15 minutos	
<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones Importancia de la regulación emocional</b>	Caricaturas presenta	En esta actividad los niños y la tallerista comenzarán a cantar la canción de caricaturas presenta. La cual dirá: Caricaturas (Aplauso, aplauso) Presenta (Aplauso, aplauso) Porque es importante (Aplauso, aplauso) La regulación emocional (aplauo, aplauso) Por ejemplo (aplauo, aplauso)		15 minutos	

		La tallerista comenzará diciendo el porqué cree que es importante la regulación emocional para ella con base a lo que sabe, y así irán pasando uno a uno de los alumnos diciendo el porqué piensa que es importante esto.			
<b>Receso 10 minutos</b>					
<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones Estrategias para potenciar regulación emocional</b>	Recorrido emocional	<p>Se harán 4 equipos entre los integrantes del grupo.</p> <p>En el piso haremos la forma del stop, 4 veces, pero en vez de ponerle el nombre de ellas frutas, le pondremos el nombre de las emociones y una imagen.</p> <p>Irán pasando cada 1 de los integrantes del equipo al centro de cada rueda emocional, a todos se les presentará una situación la cual caracterizará algo que les puede suceder en su vida diaria, ellos debe de moverse a la emoción que sienten cuando sucede esa situación, después se les dirá que deben de proponer una solución para que puedan pasar de esa emoción disgrata a una grata, pueden proponer la solución solos o con ayuda de sus compañeros, ya que la propongan pueden pasar a la emoción grata que les causaría solucionar el conflicto.</p> <p>Así irán pasando uno a uno, el equipo que logre solucionar más conflictos será el ganador.</p>	Gis Imágenes Lista de conflictos	30 minutos	

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 2**

**Número de sesión: 6**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones Estrategias para potenciar regulación emocional</b>	<b>Maremoto</b>	<p>La actividad consiste en que el grupo acomodará las sillas en forma de círculo, cada uno deberá de tener una silla, cuando la tallerista diga “olas van” todos los alumnos se pasarán y se sentarán en la silla que tienen de lado derecho, y de lo contrario cuando la tallerista diga “Olas vienen” todos los alumnos tendrán que sentarse en la silla que está de su lado izquierdo.</p> <p>Si la tallerista grita “maremoto” todos los estudiantes tienen que correr a ganar otro lugar que no sea ni en el que están, ni el que está de lado izquierdo y derecho, mientras sucede esto la tallerista quitará una silla, el alumno o alumna que se quede sin silla tendrá que recordarnos algo que vimos la sesión pasada y también decirnos algo que la haga enojar, y se irán saliendo poco a poco del juego.</p>	<b>Sillas</b>	<b>10 minutos</b>	

		Esto se realizará sucesivamente, así podremos rescatar de 7 a 10 participaciones.			
<b>UNIDAD 2: Controlando mis emociones Estrategias para potenciar regulación emocional</b>	El bote de la ira	<p>Después de que en la actividad anterior se pudieron conocer algunas razones por las cuales los estudiantes suelen enojarse, se les contará el cuento de ¡Vaya rabieta! De Mireille D'Allancé el cual relata la historia de un niño que cuando se enoja mucho le sale un monstruo que destruye y le hace daño a objetos y personas, entonces el niño decide guardarlo en una caja ya que este monstruo hace que el actúe de mala forma cuando está enojado.</p> <p>Después del cuento se les pedirá a los niños que piensen en cuando se enojan y que dibujen como se imaginan que es su monstruo cuando están enojados.</p> <p>Ya que estén listos los dibujos se les dirá a los niños que deben de hacer bolita ese dibujo porque vamos a encerrar a el monstruo que nos hace decir y hacer cosas que no son correctas cuando estamos enojados, estos se tirarán en un bote grande que tenga tapa y se cerrara.</p> <p>Cuando los niños estén enojados y hagan acciones que no sean correctas se les recordará que ellos ya encerraron al monstruo del enojo para que no haga daño y deben de buscar alternativas para expresar sus emociones, pero sin dañar a los demás.</p>	Bote de mayonesa grande Hojas Colores Cuento	25 minutos	
<b>Receso</b>					

5 minutos

<p><b>CIERRE DE UNIDAD 2:</b>  <b>Controlando mis emociones</b>  <b>Estrategias para potenciar regulación emocional</b></p>	<p>Botiquín emocional</p>	<p>En esta actividad a los alumnos se les repartirá el material, se le dará a cada uno una cajita de cartón y 5 hojas de colores partidas a la mitad.          Primero deberán pintar y adornar la caja de una manera que a ellos y ellas les guste. En lo que se seca en cada una de las hojitas pondrán actividades que les guste mucho hacer, por ejemplo:          Colorear          Pintar con acuarelas          Hacer manualidades          Jugar con muñecas o muñecos          Entre otras actividades          Deberán doblarlas con tal de que no se vea lo que dice cada hojita          Ya que nuestra cajita esté seca se les pedirá que deberán de ponerle en la parte de enfrente          “El botiquín emocional”          Y deberán poner los papelitos en la parte de adentro de la cajita          Se les dirá que cada que se sientan tristes, enojados con miedo o con alguna emoción que no los haga sentir bien y eran meter la mano a el botiquín y si ver sacaran un papelito, y deberán realizar esa actividad que les salió en el papelito, esto ayudará a mejorar su regulación emocional.</p>	<p>Hojas de colores          Prit          Tijeras          Pintura          Cajitas de cartón          péquelas          Plumones</p>	<p>30 minutos</p>	
---	---------------------------	---	--	-------------------	--

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 3**

**Número de sesión: 7**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>UNIDAD 3: Habilidades sociales</b> • <b>Conocimientos previos de las habilidades sociales</b>	Test de habilidades sociales	Se le dará a cada niño una hoja, en la cual deberán de escribir su nombre y sus respuestas con base a lo que se les presente en el video. Se les presentará un video, el cual tienen situaciones hipotéticas, se les dará a elegir entre 3 incisos y ellos deben de poner el numero de pregunta y su respuesta, dependiendo lo que ellos y ellas crean que es lo correcto. Cuando terminen de ver el video, entregarán la hoja a la tallerista.	Computadora Cañón Video Hojas Lápiz	10 minutos	
<b>UNIDAD 3: Habilidades sociales</b> • <b>¿Qué son?</b>	Conociendo las habilidades sociales	Se les presentará un video que habla acerca de las habilidades sociales para que puedan conocer un poco más de ellas.	Computadora Cañón Video	10 minutos	

**Receso  
10 minutos**

<b>UNIDAD 3:</b> <b>Habilidades sociales</b> • Habilidades sociales básicas	Daniel y las palabras mágicas	Se les leerá un cuento a los niños el cual habla a cerca de la importancia que tiene las palabras mágicas, se les pedirá que pongan mucha atención, ya que con ayuda de este cuento podremos hacer la siguiente actividad.	Cuento impreso	5 minutos	
<b>UNIDAD 3:</b> <b>Habilidades sociales</b> • Habilidades sociales básicas	Palabras mágicas	Dentro del sombrero pondremos las palabras mágicas una en cada hoja, y encima de estas las llenaremos de papel crepe cortando en tiritas para que cuando los niños se asomen no se vean las palabras. A cada uno se les dará un poquito de diamantina. Se les pedirá que junto con la tallerista digan las palabras para que aparezcan Las cuales serán Abracadabra, patas de cabra, que aparezcan mis palabras mágicas. La tallerista irá pasando a cada lugar para que cada uno le eche al sombrero los polvos mágicos (diamantina) y puedan aparecer las palabras mágicas. Después de que todos ya hayan puesto sus polvos mágicos, se pedirá que pasen 8 voluntarios para que cada uno saque una palabra mágica, la lea frente al grupo y la pegue en el pizarrón.	Varita Sombrero Palabras mágicas Diamantina	15 minutos	

	Juego de las sillas	<p>En esta actividad acomodaremos las sillas de manera que podamos jugar el juego de las sillas.</p> <p>Todos los integrantes del grupo jugarán, consiste en que pondremos una canción y todos bailarán alrededor de las sillas, cuando la música se pare todos deben de sentarse en una silla pero solo una personas se quedará sin silla, la persona que se quede sin silla, pasará con la tallerista, meterá la mano en la caja y sacará una imagen que tendrá una interpretación de alguna de las palabras mágicas que estarán pegadas en el pizarron, el debe de adivinar a qué palabra mágica corresponde y pegarla bajo ella.</p> <p>Así seguirá el juego, las personas que se queden sin silla repetirán el proceso mencionado con anterioridad, esto se hará hasta que se terminen las imágenes.</p>	<p>Imágenes</p> <p>Diurex</p> <p>Sillas</p> <p>Caja</p>	20 minutos	

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 3**

**Número de sesión: 8**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>UNIDAD 3: Habilidades sociales • Habilidades sociales básicas</b>	Congelado	Se les dará la indicación de que deben de moverse por todo el salón pueden, brincar dar vueltas, hacer se rádialas, cualquier movimiento, pero en el momento en el que la tallerista grite: Congelados Todos deben de quedarse en la posición que estén y no deben de moverse, los alumnos que se muevan se les preguntará que vimos la sesión pasada. Esto se hará hasta que podamos recuperar 5 participaciones.		10 minutos	
<b>UNIDAD 3: Habilidades sociales • Actividades lúdicas para potenciar las habilidades sociales (Respeto)</b>	Corazón lastimado y no lastimado	Se les dará una pequeña definición para que sean conscientes de lo que es el respeto. Seguido de esto se les enseñará 2 corazones uno que está sano y bonito, el cual es un corazón que respeta a los demás Y uno que presenta heridas, este no respeta y hace sentir mal a los demás.	Corazones Imágenes Colores 2 cajas	30 minutos	

		Se le entregarán unas imágenes impresas que tienen que ver con el tema, estas las deben de colorear y llevarlas a la caja que corresponde. Hay 2 cajas de color, la negra corresponde al corazón lastimado, y el color rojo que es el corazón que no está lastimado, depende lo que haya en la imagen si hay respeto o no es donde ellos deben de poner la imagen en la caja correspondiente.			
<b>Receso 10 minutos</b>					
<b>UNIDAD 3: Habilidades sociales • Actividades lúdicas para potenciar las habilidades sociales (Comunicación)</b>	Telefono descompuesto y mímica	Se les comenzará preguntando si ellos saben que es la comunicación Después se les dará una pequeña definición de esta. Seguido de esto comenzaremos haciendo 2 filas con los mismos integrantes en las dos. En la primera fila, al primero se le dirá una frase que tiene que decirle a su otro compañero y así sucesivamente para que el que ultimo de esa fila lo interprete, pero para hacer esta dinámica deben de traer audífonos para que no puedan escuchar al 100 lo que la persona de enfrente les dice. La otra fila seguirá una serie de movimientos y tendrán que hacer su mejor esfuerzo para que a todos		20 minutos	

		<p>les salga igual y los movimientos lleguen igual, al último de la fila. Al final de la actividad se hará una reflexión, se les preguntará que creen que sea más fácil si de manera verbal o no verbal y se les dirá la importancia de la comunicación.</p>			
--	--	--	--	--	--

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 3**

**Número de sesión: 9**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<p><b>UNIDAD 3:</b>  <b>Habilidades sociales</b>                      • Actividades lúdicas para potenciar las habilidades sociales (Empatía)</p>	<p>Las emociones en los demás</p>	<p>Se le dará a cada niño un corazón hecho de hoja de color.                      Se les dirá a los niños que empiecen a cortarlo, doblarlo y arrugarlo mientras le dicen cosas feas e hirientes después se le pedirá que intenten que vuelvan a su forma original, usando dijes, pegamento, desarrugándolo entre otros.                      Después en una hoja dibujarán el contorno de su mano y dentro de esta deberán dibujar las emociones que creen que sus amigos pueden sentir día con día.                      Se hará una pequeña reflexión terminando esta actividad, para demostrarles la importancia que tiene la empatía y el daño que puede causar si no pensamos el como se sentir el otro.</p>	<p>Hojas blancas                      Colores                      Diurex                      Corazones</p>	<p>20 minutos</p>	

<b>UNIDAD 3: Habilidades sociales</b> • Actividades lúdicas para potenciar las habilidades sociales (Empatía)	La pulsera de la empatía	Después de la reflexión se les dará algunos materiales para que cada uno haga una pulsera a su gusto. Se les explicará que esta pulsera tendrá superpoderes, los cuales son: Les ayudará a ser mejores personas, a tratar a las personas con respeto, a tener amistades y a convivir de manera armónica, una regla importante es que no se la pueden quitar ya que se corre el riesgo de perder los superpoderes.	Hilo para pulseras Cuentas Adornos	20 minutos	
<b>Receso 10 minutos</b>					
<b>UNIDAD 3: Habilidades sociales</b> • Actividades lúdicas para potenciar las habilidades sociales (Trabajo en equipo)	El globo	Se les comenzará preguntando si ellos saben que es el trabajo en equipo, si les gusta trabajar así y el porqué de su respuesta. Se tomarán 5 participaciones. Seguido de esto se les explicará brevemente que es el trabajo en equipo. Se harán equipos de 4 alumnos, los cuales deberán agorarse de las manos todos viendo hacia el centro, y se les dará un globo deben de pegarle con sus manos al globo y no deben de dejar que estos se caigan al suelo, pero no se deben de soltar de las manos. Competirán varios equipos. El equipo que logre que no se le caiga el globo sin soltarse será el ganador.	Globo	20 minutos	

**“Aprendamos de emociones y creceremos como amigos “**

**Semana: 4**

**Número de sesión: 10**

**Duración de sesión: 70 minutos**

**Responsable del taller: Karla Sarian Hernandez Martínez**

Contenidos	Actividad	Descripción de la actividad	Materiales y/o recursos	Tiempo estimado	Observaciones
<b>CIERRE UNIDAD 3: Habilidades sociales</b> • Actividades lúdicas para potenciar las habilidades sociales (Trabajo en equipo)	La pelota de lado a lado	<p>Para esta actividad necesitan estar al aire libre y en un espacio grande, ya que se pondrán pelotas tiradas por todas partes, se harán 2 equipos con todos los integrantes del grupo, y dentro de estos 2 grandes equipos se deben de formar parejas.</p> <p>El juego consiste en que las primeras parejas correrán a tomar una pelota, la pondrán en medio de la manta y cada uno debe de agarrar 2 de las esquinas, se deben de coordinar y comunicar para que puedan llevar la pelota a una caja y echarla ahí dentro.</p> <p>Cuando logren hacer esto deben de correr a chocar la mano con otros 2 integrantes de su equipo que estén preparados para llevar la pelota a la caja.</p>	Pelotas Mantitas 2 cajas	20 minutos	

		Así será esto de manera sucesiva hasta que ya no queden pelotas. Al final se contarán las pelotas, el equipo que tenga más será el ganador.			
<b>Receso 10 minutos</b>					
<b>CIERRE DEL TALLER</b>	Evaluación	Se le entregará a cada niño una hojita en la cual vendrán preguntas relacionadas con lo que vimos a lo largo del taller, serán preguntas muy fáciles y de opción múltiple. Esto con la intención de saber cuánto aprendieron con ayuda de este taller	Hoja Lápiz	20 minutos	
<b>CIERRE DEL TALLER</b>	Heteroevaluación	Para esta evaluación, se les preguntará a los niños si les gusto o no el taller y que cambiarían de el Se les dará a elegir entre 3 caritas: Feliz (Me gusto) Angustiada (Me es indiferente) Triste (No me gusto) Estas caritas la tienen que pegar en un cartón que ya estará adornado y a lado pueden poner un comentario, recomendación o emoción y/o sentimiento que les causo el taller.	Caritas Cartoncito Plumón	10 minutos	
<b>CIERRE DEL TALLER</b>	Despedida	Se les agradecerá a los alumnos su disponían por tomar el taller, al igual que se les dará unas palabras de despedida y un pequeño detalle elaborado por la tallerista a cada uno de ellos.	Detalle	10 minutos	

## CONCLUSIONES

La presente investigación ha puesto en evidencia la importancia de la educación emocional como una herramienta fundamental para potenciar las competencias en los niños y mejorar la convivencia y el clima escolar. A través del análisis teórico y la experiencia práctica con el programa de Servicio Social UPN PERAJ, se ha demostrado que la falta de educación emocional repercute significativamente en el desarrollo social y personal de los estudiantes, afectando su capacidad para interactuar con los demás, regular sus emociones y enfrentar situaciones adversas de manera saludable.

Se identificaron diversas problemáticas derivadas de la pandemia de 2019, entre ellas la disminución de la convivencia escolar y el rezago en habilidades emocionales. La falta de interacción presencial afectó el desarrollo de los niños, generando dificultades en la expresión de emociones, el trabajo en equipo y la resolución pacífica de conflictos. Asimismo, se demostró que, aunque en los últimos años se han integrado las habilidades emocionales en los programas educativos, aún persisten desafíos en su enseñanza efectiva debido a la falta de formación docente en esta área.

El acompañamiento brindado en el Servicio Social UPN PERAJ permitió observar de manera cercana cómo la educación emocional impacta positivamente en los niños.

Es así como podemos destacar algunos de los hallazgos que se obtuvieron a lo largo del desarrollo de esta investigación y del acompañamiento que se brindó dentro del servicio social, el primero es que la educación emocional en la actualidad es de suma importancia para todas las personas, ya que, gracias a esto se puede obtener un mayor dominio en relación con lo afectivo y ayuda a la potencialización de las demás áreas; en segundo lugar la importancia que tiene una sana convivencia dentro del aula para mejorar el aprendizaje de todos los alumnos, y

finalmente la importancia que tiene el adaptar las actividades y contenidos a cada edad para su entendimiento y dominio.

A través de actividades estructuradas y lúdicas, se logró fortalecer su autoconocimiento, empatía, regulación emocional y habilidades sociales, lo que influyó en una mejor convivencia con sus compañeros y un mayor bienestar personal. La implementación de estrategias como el reconocimiento y manejo de emociones, la práctica de la comunicación asertiva y el uso de técnicas de regulación emocional mostró resultados favorables en la interacción de los estudiantes dentro del aula.

Finalmente, dentro de esta investigación algo que suele ser novedoso fue la creación de un taller de actividades lúdicas dirigidas a alumnos de segundo grado de primaria, a través de que se compartieron experiencias con los demás compañeros que fueron parte de UPN-PERAJ y se identificaron necesidades, es así como fue diseñado para fomentar una convivencia armoniosa y fortalecer las competencias emocionales. Se espera que esta iniciativa no solo beneficie el desarrollo integral de los estudiantes, sino que también brinde herramientas a los docentes para mejorar la dinámica grupal y optimizar el clima escolar.

En conclusión, la educación emocional es un pilar esencial para la formación de individuos capaces de gestionar sus emociones y establecer relaciones saludables. Su integración en el sistema educativo de manera estructurada y efectiva permitirá no solo mejorar la convivencia y el aprendizaje, sino también contribuir a la construcción de una sociedad más empática y equitativa. Es imprescindible que tanto las instituciones educativas como las familias reconozcan la relevancia de este enfoque y colaboren en la promoción del bienestar emocional de los niños, asegurando su desarrollo integral y su éxito en la vida personal y académica.

## ANEXOS

### Entrevista inicial mamá de mi "amigo"

**CONDUCTA**  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

¿Quién es el menor en el hogar: Hace las cosas pero siempre se encuentra enojado

¿Cómo se comporta en los juegos: may brusco, agresivo

Es tranquilo o intranquilo cuando juega y está en casa: inquieto

¿Tiene amig@s?  SI - NO Especificar si es del mismo sexo o diferentes: niños y niñas de la escuela

Mayores o menores que el niño: de la edad de 6 y 7 años

- ¿Cómo es con sus amig@s? se quejan por su juego
- ¿Comprende las reglas del juego? SI- NO Algunas veces
- ¿Necesita que los amig@s lo orienten?  NO
- ¿Qué hace cuando no logra éxito o ganar? se enoja, pega y llora
- ¿Qué juegos prefiere? fútbol y con pelota
- ¿Qué hace cuando desea algo? lo pide
- ¿Cómo es con las personas mayores? gaseoso, no respeta
- Cuando se le pregunta sobre algo sucedido ¿Se ajusta a la verdad?  NO
- ¿Dónde se mantiene más tiempo en la calle o en la casa: en casa
- ¿Se aleja de casa sin permiso?  NO
- ¿A dónde, con quién, qué hace? le gusta jugar en otros lados
- ¿Cómo reacciona cuando no lo complacen? pega, pedalea, hace berrinche
- ¿Dice palabras obscenas(groserías)  NO
- ¿Se muerde las uñas, se cucha el cabello o las cosas o tiene otra manía? SI-NO
- ¿Cuál? \_\_\_\_\_
- Ha traído algo al hogar que no es de su pertenencia  NO ¿Qué cosa? alces o jirafas o vedros (cuando van de compras)
- ¿Qué hace cuando tiene algún problema? pedalea lo que pasa
- ¿A quién respeta más en el hogar? a mamá
- ¿Quién lo castiga? papás ¿De qué forma? sin castigar, prohibiéndolo las cosas que le gustan
- ¿Cumple los castigos? SI- NO
- ¿Todos en el hogar le mantienen el castigo? no, la abuela pederna lo defiende
- Si ve televisión ¿Qué tipo de programas? youtuber, cosas de broma

**FAMILIA**

¿Quiénes son los miembros de su familia? media hermana de B, papá y mamá

¿Cómo es la relación con sus hermanos? viven separados, pero luego pelean

¿Cómo es su relación con papá? no le tiene respeto, no tiene límites con él

Actividades que realizan juntos: ninguna ya que trabaja.

Tiempo que pasan juntos: fines de semana, domingos

Aplica algún tipo de disciplina: sí, le grita o según algunas veces le pega.

¿Cómo es su relación con mamá? me tiene confianza y le tiene mucho apego

Actividades que realizan juntos: hablan, se lo lleva a jugar.

Tiempo que pasan juntos: todos los días.

Aplica algún tipo de disciplina: sí, regaña y prohibición de cosas.

¿Cómo es con las personas que convive (Tíos, abuelos, primos)? con abuelos me gustan y familiares es respetuoso y a la familia paterna no le tiene ese respeto.

¿Cómo se lleva con las personas mayores? no sabe relacionarse, se intimida.

#### ESCUELA

A qué edad fue al kínder: 4 años.

¿cómo reacciona?: el primer día lloro.

¿Cuál ha sido su aprovechamiento escolar en los diferentes grados? por el problema de lenguaje les quita le frustra y lo mandan a

• ¿Cómo se relaciona con sus compañeros en la escuela? las cosas y pega al grupo. le frustra y lo mandan a instituciones.

¿Cómo es la relación con su maestro (a)? no es buena ya que él reta a la maestra

Ha habido cambios de escuela: SI-NO ¿Porque?

Asiste a otra actividad aparte de la escuela: no.

#### HISTORIA DE SALUD

¿Qué enfermedades ha sufrido el menor y a qué edad? 5 años. síndrome tónico opositor tónico desafiante.

¿Qué tratamientos se le dio y a qué edad? SWANE de ser de atención más imprecisión. Síndrome de déficit de atención con hiperactividad. 4 años. conducta de 27mg - concentración.

Padece de alguna alergia: SI-NO ¿Cuál?

Se le habló sobre el tema de sexualidad: SI-NO ~~NO~~ sabe por lo que le sus partes.

En caso de ser niña ¿Ya tiene su periodo menstrual? SI-NO

#### DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD

Le gusta abrazar a sus familiares: X-NO

De que otra manera demuestra su cariño hacia los demás: cuando está con él o invitando a su casa si le hacen bien.

Responde con gusto cuando se le abraza o se le hace algún cariño: X-NO de las personas que quiere.



UNIVERSIDAD  
PEDAGÓGICA  
NACIONAL  
EFECTOS SIGNIFICATIVOS

¿Con que frecuencia presenta berrinches y de qué manera? Frecuentemente, por ideas y gritos  
ej: berrinches

¿Qué hacen ustedes cuando el niño hace berrincho? hablar con él y negociar  
al grado para ignorarlo.

¿Qué cosas importantes han ocurrido durante la vida del menor?

Hace 3 años tuvieron un accidente automovilístico en Oaxaca.

Hace 3 años su hermana cambio de hogar.

Motivos porque desea ingresar a su pequeño al programa: •

Por lenguaje, relación mejoras con otras personas y convivir con  
otros, para que siga reglas

Comentarios importantes de agregar en la entrevista:


## Test de frases incompletas aplicando a mi "amigo"

INSTRUCCIONES: A continuación hay 55 frases incompletas. Lea cada una y complétela con lo primero que venga a su mente. Trabaje tan a prisa como sea posible. En caso que no pueda completar una, encierre el número correspondiente en un círculo y termine después.

1. Si yo fuera grande conductor de autos.
2. Me gustaría los cerros.
3. Si yo supiera solamente \_\_\_\_\_
- 4. Odio a los hachos.
5. Ser Feliz es la mamá
6. Antes me gustaba nadar.
7. Lo que me entristece nada.
8. Algún día nada.
- 9. Extraño tanto nada
10. Quiero ir Jugar fut (Juego fut con pelota)
- 11. Cuando estoy solo me da miedo.
12. Una vez \_\_\_\_\_
13. Quiero ver un \_\_\_\_\_
14. Me gustaría ser nadador.
15. Si yo fuera más inteligente \_\_\_\_\_
16. Quiero a la mamá
17. Las niñas no sé, no me gustan
- 18. Mis amigos creen que \_\_\_\_\_

19. Lo que más me gusta ser no gusta pintar, ir a la escuela
20. Deseo saber mucho
21. Cuando sea mayor voy a ir a la marina
22. Mi mamá y mi papá juegan (mi con mamá / tareas)
23. Siento como \_\_\_\_\_
- 24. Me enojo porque toman mis cosas.
25. A veces pienso que seré de la marina.
26. Yo sueño con mi mamá.
27. Mi madre no juega con mí.
28. Cuando me despierto en la noche me da miedo la oscuridad
29. Dios es un señorito
30. Los niños son personas buenas
- 31. Tengo miedo de nada (monstruos / fantasmas)
32. Lo que me enoja es que me quitan mis cosas
33. A otros niños y niñas pelean
34. Mi padre es gordo.
- 35. Estoy celoso de nada
36. Me parezco a papá
37. Pienso mucho en en mamá
38. Estoy orgulloso de mi papá
39. Otra gente piensa que soy gordo / listo /
40. Me da pena saludar.
41. Yo trato de \_\_\_\_\_
42. Me divierto con mis juguetes.
- 43. A veces me siento triste porque porque no está mamá

- 44. Cuando llego a mi casa voy a bañar / caner.
- 45. Cuando alguien de mi familia esta enfermo los visita, comprar fruta
- 46. Si otra persona me golpea yo yo tambien pego.
- 47. Cuando la gente viene a visitarnos a la casa me prago contenta y me  
por to mal.
- 48. A la hora de la comida como / me kwanto.
- 49. Me gusta sushi
- 50. Si yo veo a un perrito quejándose de frio lo tempa / lo meto a la cuc.
- 51. Me gusta ser estar en la mar, na
- 52. Cuando juego jugar bici me divierte.
- 53. Si yo no obtengo lo que quiero en casa me enoje, pego, lloro
- 54. Cuando me lastimo en algún lado le dice a ma mi que se coge
- 55. Cuando mis amigos llegan a visitarme jugar

Evidencias de trabajo con mi “amigo”



¿Que aprendi hoy?

muñeco oso  
las emociones

¿Como me senti?

feliz



Alegria

Calma





Cuando estoy feliz me dan  
ganas de **brincar**

Cuando estoy triste me dan  
ganas de **llorar**

Cuando estoy enojado me dan  
ganas de **pegar**

Cuando estoy sorprendido me dan  
ganas de **correr**

Cuando tengo miedo me dan  
ganas de **correr**

¿Que aprendi?



p q | a b / r s m a g i c a s



¿Como me senti?



# Palabras mágicas



por favor gracias buenas  
días



perdon

puedo

escucharme



buenas  
noches

permiso

adios



## CUESTIONARIO DIAGNÓSTICO

Edad \_\_\_\_\_ Grado \_\_\_\_\_ Marca con una x tu género  H  M

Lee cuidadosamente cada una de las preguntas, y encierra o colorea la respuesta con la que más te identifiques:

1) ¿Tu maestra te pregunta todos los días como te sientes?



Siempre



A veces



Nunca

2) ¿Sabes identificar como te sientes?



Siempre



A veces



Nunca

3) ¿Cuales son las emociones que conoces?

4) ¿Puedes notar con facilidad cuando alguien esta triste?



Siempre



A veces



Nunca

5) ¿Cuándo estas enojado piensas antes de actuar?



Siempre



A veces



Nunca

6) ¿Cuándo estas triste como lo expresas?

7) ¿Cuándo estas triste o enojado qué haces para sentirte mejor?

8) ¿Conoces las palabras mágicas o palabras de cortesía? (Por favor, gracias, de nada, buenos días)



Si



No

9) ¿Con qué frecuencia las utilizas?



Siempre



A veces



Nunca

10) ¿Cuándo alguien te hace sentir triste o enojado se lo dices?



Siempre



A veces



Nunca

11) ¿Te gusta escuchar y tomar en cuenta las ideas de los demás?



Siempre



A veces



Nunca

12) ¿Cuántos amigos o amigas tienes?



No tengo  
amigos



2 – 4



5 o más

13) ¿Te gustaría conocer nuevos amigos?



Si



No

14) ¿Con qué frecuencia tu maestra los pone a trabajar en equipo?



Siempre



A veces



Nunca

15) ¿Sientes que dentro del aula se respetan y toman en cuenta tus ideas?



Siempre



A veces



Nunca

16) ¿Cómo es tu relación con tus compañeros?



Buena



Regular



Mala

17) ¿Con qué frecuencia hay conflictos o peleas entre tus compañeros?



Nunca



A veces



Siempre

18) ¿Con qué frecuencia tu maestra tiene conflictos con tus compañeros?



Nunca



A veces



Siempre

19) ¿Cómo lo solucionan?

20) ¿Cómo crees que es tu comportamiento dentro del aula?



Bueno



Regular



Malo

21) Cuando tu maestra te da indicaciones ¿Las entiendes claramente?



Siempre



A veces



Nunca

22) ¿Con qué frecuencia participas en clases?



Siempre



A veces



Nunca

23) Cuando participas ¿Te da miedo equivocarte?



Si



No

24) ¿Cuando expresas tus ideas y pensamientos te sientes escuchado por tus compañeros y maestra?



Siempre



A veces



Nunca

25) ¿Crees que aprendes mejor cuando trabajas con otr@s compañer@s o cuando lo haces tu solo o sola?



Con otros compañeros



Solo o sola

## Links videos para taller

<https://youtu.be/y62XHhoLX2c?feature=shared>

<https://youtu.be/tqOers0tWvl?feature=shared>

[https://youtu.be/rLTo8V5i3DM?si=zxPCoPZVA\\_rA\\_U8t](https://youtu.be/rLTo8V5i3DM?si=zxPCoPZVA_rA_U8t)

<https://youtu.be/BoLC3Jd3fcA?si=8YjU5Dj3Vu76shve>

<https://youtu.be/kbNXAOE1Tbw?si=apJuDYZRcD0ZTM0X>

[https://youtu.be/yiglz585\\_5E?feature=shared](https://youtu.be/yiglz585_5E?feature=shared)

## Referencias

- Anzelin, I., Marín-Gutiérrez, A. & Chocontá, J. (enero-junio, 2020). Relación entre la emoción y los procesos de enseñanza aprendizaje. Sophia-3 Educación, 16(1), pp.48-64. <http://www.scielo.org.co/pdf/sph/v16n1/1794-8932-sph-16-01-00048.pdf>
- Arbor, J. P. (2015). Teoría del desarrollo cognitivo de Piaget. Terapia-cognitiva.mx. Recuperado el 1 de febrero de 2024, de <https://terapia-cognitiva.mx/wp-content/uploads/2015/11/Teoria-Del-Desarrollo-Cognitivo-de-Piaget.pdf>
- Áviles Martínez, J. (2021). Pandemia y convivencia escolar: Incertidumbres y retos. <https://www.redalyc.org/journal/6727/672770961001/html/>
- Barnett, E. & Casper, M. (2001). A Definition of “Social Environment”. En American Journal of Public Health, 91(3), p. 465
- Berra B. & Dueña F.(2012). Convivencia escolar y habilidades sociales. En Educrea. <https://educra.cl/convivencia-escolar-y-habilidades-sociales/>
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. Revista de Investigación Educativa, 21(1), pp. 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>

Bisquerra, R. (coord.) (2011) Educación emocional. Propuestas para educadores y familias. Bilbao: Desclée de Brouwer.  
<https://otrasvoceseneducacion.org/wpcontent/uploads/2019/04/Educaci%C3%B3n-Emocional.-Propuestas-para-educadores-y-familias-Rafael-Bisquerra-Alzina-2.pdf>

Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. En revista científica, 21(1), pp. 7-43.

Fundación CIMA (2021) Manual de emociones. Recuperado de  
<https://fundacioncimachih.org/wp-content/uploads/2021/08/Manual-de-actividades-para-niños.pdf>

Fundación CAP (2023). Aprendizaje socio emocional: ¿Que es y cómo desarrollarlo? En *Fundación CAP*. Recuperado 14 de marzo de 2024, de [https://www.fundacioncap.cl/wp-content/uploads/2020/08/Aprendizaje\\_socioemocional.pdf](https://www.fundacioncap.cl/wp-content/uploads/2020/08/Aprendizaje_socioemocional.pdf)

Fingermann, H. (2015). Concepto de convivencia. Recuperado el 21 de febrero de 2024 en <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/convivencia>

Fierro-Evans, C. y Carbajal-Padilla, P. (2019). Convivencia escolar: Una revisión del concepto. 18(1).  
[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-69242019000100009](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242019000100009)

González, R. (2022). Definición de convivencia. Recuperado el 21 de febrero de 2024 en <https://significado.com/convivencia/>

- Gómez, M. (2024). Aprendizaje. Enciclopedia Concepto. Recuperado el 12 de Mayo de 2024 de <https://concepto.de/aprendizaje/>.
- Gómez, M. (2020). 28. La importancia del contexto en la enseñanza. Mas Maestros. <https://masmaestros.com/podcast/28-la-importancia-del-contexto-en-la-enseñanza/>
- Majín, G. (2022). Tipos de convivencia. Recuperado el 22 de Febrero de 2024 en <https://es.scribd.com/document/605338703/tipos-de-convivencia-eve>
- Martínez, J. M. A. (2021). *PANDEMIA y CONVIVENCIA ESCOLAR: INCERTIDUMBRES y RETOS*. <https://www.redalyc.org/journal/6727/672770961001/html/>
- México, P. (2021). Peraj | México. En <https://www.peraj.org/>
- Mora, F. (2013). Distinguiendo y clasificando: aprender. En Neuroeducación. (pp.50-54). [https://www.colegar.com/colegar/archivo\\_aporte\\_id209\\_1599168691253.pdf](https://www.colegar.com/colegar/archivo_aporte_id209_1599168691253.pdf)
- Pastrana M. & Laguna A. (2008). Orientación educativa: fundamentos teóricos, modelos institucionales y nuevas perspectivas. CIDE (1) p.34.
- Pérez, M. (2023). Definición de Contexto Social. Recuperado de: <https://conceptodefinicion.de/contexto-social/>. Consultado el 1 de febrero de 2024

Ruiz-Bravo, Alfonso, & Jiménez-Valera, María. (2020). SARS-CoV-2 y pandemia de síndrome respiratorio agudo (COVID-19). *Ars Pharmaceutica (Internet)*, 61(2), 63-79. <https://dx.doi.org/10.30827/ars.v61i2.15177>

Sandoval Manríquez, M. (2014). Convivencia y clima escolar: claves de la gestión del conocimiento. 22 (41).  
<https://www.scielo.cl/pdf/udecada/v22n41/art07.pdf>

Salas, M. & Vielma, E. (2000). Aportes de las teorías de Vygotsky, Bandura y Bruner. Paralelismo en sus posiciones en relación con el desarrollo. *Educere*, 3(9), pp. 30-37. Recuperado el 1 de Febrero de 2024  
<http://www.redalyc.org/pdf/356/35630907>

Silva, C. & Martínez, M. (2004). Empoderamiento: Proceso, Nivel y Contexto. *Psykhé (Santiago)*, 13(2), 29-39. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282004000200003>

Tejada Fernández, J., & Ruiz Bueno, C. (2016). EVALUACIÓN DE COMPETENCIAS PROFESIONALES EN EDUCACIÓN SUPERIOR: RETOS E IMPLICACIONES. *Educación XX1*, 19(1), 17-37.

UNAM (2022). Diccionario de emociones Tomo 1. En gaceta de UNAM. (1), pp. 1-48.

UNAM (2022). Diccionario de emociones Tomo 2. En gaceta de UNAM. (1), pp. 1-48.

*UNICEF*. (2015). Tiempo de crecer: Recuperado 13 de marzo de 2024,  
de [https://www.unicef.org/chile/media/1926/file/tiempo\\_de\\_crecer.pdf](https://www.unicef.org/chile/media/1926/file/tiempo_de_crecer.pdf)