

**GOBIERNO DEL ESTADO DE VERACRUZ DE IGNACIO DE LA LLAVE
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN**

UNIDAD REGIONAL 305 COATZACOALCOS

OPCIÓN DE TITULACIÓN

TESIS

DENOMINADA

**EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL: ESTRATEGIAS PARA
FAVORECER LA AUTORREGULACIÓN EN LOS ALUMNOS DE
TERCER GRADO**

**QUE PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN BÁSICA**

PRESENTA

ERIKBERTO LARA SALAZAR

2023: 200 años de Veracruz de Ignacio de la Llave, cuna del Heroico Colegio Militar 1823-2023

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN

Coatzacoalcos, Ver., 29 de Junio 2023.

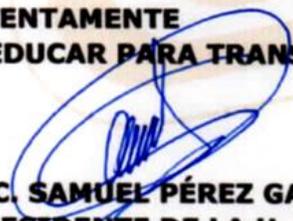
C. ERIKBERTO LARA SALAZAR

PRESENTE:

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado por la Comisión Revisora a su trabajo intitulado: **EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL: ESTRATEGIAS PARA FAVORECER LA AUTORREGULACIÓN EN LOS ALUMNOS DE TERCER GRADO.** Opción: **TESIS** para obtener el Grado de **MAESTRÍA EN EDUCACIÓN BÁSICA**, a propuesta de su Director **MTRA. ALMA ROSA CRUZ GARCIA**, manifiesto a Usted que reúne los requisitos establecidos que en materia de titulación exige esta Universidad.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza presentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"



LIC. SAMUEL PÉREZ GARCÍA.
PRESIDENTE DE LA H. COMISIÓN DE TITULACIÓN
UNIDAD REGIONAL 305 UPN.



S.E.V.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
NACIONAL
UNIDAD REGIONAL
305
COATZACOALCOS, VER.



El trabajo que se presenta a continuación se intitula EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL: ESTRATEGIAS PARA FAVORECER LA AUTORREGULACIÓN EN LOS ALUMNOS DE TERCER GRADO. Dicho trabajo, se llevó acabo en la localidad de Calzadas Kilómetro 14, situada en el municipio de Cosoleacaque, Veracruz, en el año 2021-2022. Este trabajo, es el resultado de un proceso de análisis e investigación, en donde se hace énfasis en la importancia de la educación emocional, su repercusión en la convivencia y el aprendizaje, el impacto actual que tiene en los alumnos que cursan su educación primaria, así como la encomienda que tenemos los educadores para dejar de lado algunos vicios que se tienen muy arraigados, como poner mayor atención al coeficiente intelectual, a las materias de siempre, creyendo que los centros educativos solamente están hechos para depositar conocimientos en los alumnos, dejando de lado la parte emocional del estudiante. En el documento se presentan experiencias personales y puntos de vista que pudieran servir para ampliar el de los lectores. Es una invitación a reflexionar el papel actual del maestro y su impacto en el aula.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
---------------------------	----------

CAPÍTULO I

DIAGNÓSTICO SOCIOEDUCATIVO PEDAGÓGICO	5
--	----------

1.1 Política Educativa, la Educación Inclusiva y la Interculturalidad en la RIEB	5
1.2 Interés Profesional por la Interculturalidad	12
1.3 Culturas y Prácticas Interculturales – Inclusivas en el Centro Escolar ...	15
1.4 Barreras para la Socialización y el Aprendizaje	19
1.5 Situaciones Problemáticas: Supuestos de Acción, Nivel de Intervención y Competencias Docentes	22

CAPÍTULO II

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA, CONCEPTUAL FILOSÓFICA.....	28
---	-----------

2.1 La Sociedad Multicontextual y Multicultural.....	28
2.2 La Escuela como Comunidad de Aprendizaje	32
2.3 La Escuela como Espacio de Convivencia Democrática y Participativa	36
2.4 Principios Filosóficos de la Pedagogía de la Diferencia	38

CAPÍTULO III

FUNDAMENTACIÓN DE LA MEDIACIÓN PEDAGÓGICA DESDE LA PEDAGOGÍA DE LA INTERCULTURALIDAD.....	44
--	-----------

3.1 La Relación entre Cognición y Contexto.....	44
3.2 Las Habilidades Socioemocionales como Proceso Educativo	50
3.3 Ritmos y Estilos de Aprendizaje Diferentes en los Alumnos	55
3.4 Un Currículum Basado en la Diversidad-Campo Formativo de la RIEB..	61

CAPÍTULO IV

ESTRATEGIAS Y METODOLOGÍAS DE INTERVENCIÓN	65
4.1 Presentación del Proyecto	65
4.2 Estrategias de Acción para la Resolución del Problema.....	67
4.3 Diseño del Proyecto	71
4.4 Plan de Evaluación.....	93

CAPÍTULO V

EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN DEL PROYECTO	96
---	-----------

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES	115
6.1 Implicaciones del Proyecto de Intervención.....	115
6.2 Nivel del Logro del Proyecto de Intervención.....	116
6.3 Retos y Recomendaciones.....	117

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS

INTRODUCCIÓN

La globalización ha permitido lograr una interconexión entre el mundo, lo cual ha traído grandes beneficios, pero también algunos otros males que se han ido arrastrando desde tiempo atrás. La vida moderna enfrenta grandes desafíos de diversas índoles, estos van desde lo económico, social, educativo y por supuesto lo emocional. Por desgracia este último tema es de los menos apoyados históricamente, pues en años anteriores se creía que las emociones surgían de forma natural, enseñándose por mera intuición y que no requerían ningún tipo de acompañamiento.

Sin embargo, diversos estudios han demostrado que los infantes que logran desarrollar habilidades en el campo de la inteligencia emocional son más felices, más confiados y por consiguiente tienen un mayor logro de éxito escolar, lo cual repercute de forma positiva en su crecimiento personal, asentando las bases para que se conviertan en futuros adultos responsables con ellos mismos y con los otros, por lo que hoy en día sería irresponsable educar a los niños sin tomar en cuenta sus emociones.

La familia es una pieza fundamental en la educación socioemocional, pues por lo regular son los padres quienes instruyen la primera educación emocional a sus hijos desde sus primeros días de vida. Por desgracia, en muchas ocasiones la familia no está preparada para abordar este tema, pues requiere de estudio y formación para ello, la cual suele ser nula y por tradición concebida como de poca importancia. Es entonces que surge la educación formal, que juega un papel fundamental en la educación socioemocional.

La educación básica es un pilar importante de todo ser humano, pues es una de las principales instituciones formadoras de la personalidad de los estudiantes después de la familia. Durante mucho tiempo se creía que la escuela servía únicamente como un centro de instrucción de áreas académicas y que preparaba a sus estudiantes para el ámbito laboral, y que era impensable darle mayor importancia a la sensibilización por el tema emocional. Hoy en día, ese concepto se ha ampliado y reestructurado, pues la escuela actual debe ser el vehículo que permita al alumno

adquirir habilidades básicas para la vida de las personas y su bienestar.

Lograr lo anterior es un trabajo complejo y arduo, pues requiere de adultos sensitivos y formados en competencias emocionales, lo cual es muy complicado porque esta formación muchas veces ni el profesorado la tiene. Es entonces que el primer paso debe ser el de sensibilizarse como maestro sobre la importancia de la educación emocional para posteriormente crear conciencia en los padres de familia, logrando así tener una responsabilidad compartida. Sin duda, la infancia es el momento indicado para trabajar las diversas áreas que conforman al ser humano, pues es en donde hay un aprendizaje intenso, se adquiere el conocimiento crítico, las habilidades que nos permiten adaptarnos, la curiosidad está a flor de piel, así como la razón, el asombro y el deseo por experimentar y entender.

El autoconocimiento y la regulación de las emociones serán imprescindibles si es que se quiere estimular una infancia feliz, con la asertividad para formar relaciones interpersonales, que le permitan al estudiante ser un adulto consciente y con inteligencia emocional avanzada. Por otra parte, la situación pandémica vivida en el año 2020, provocó en el mundo una reconsideración del tema emocional, pues al vivir en el encierro se volvió un tema central de la sociedad, las personas adultas y sobre todo los niños tuvieron un decrecimiento en la salud mental, que orilló y puso en evidencia que se necesita poner un mayor énfasis en mejorar y profundizar el aprendizaje socioemocional, tanto en el ambiente familiar como en el sistema educativo.

Por todo lo anterior, es que considero importante el desarrollo de este tema y es hacia dónde va dirigido este proyecto de intervención, puesto que a través de la metodología de investigación acción fue que se llegó a la conclusión de que los alumnos de tercer grado de la Escuela Primaria “Miguel Hidalgo y Costilla” de la localidad de Calzadas Kilómetro Catorce, en el municipio de Cosoleacaque, Veracruz, requieren un trabajo en el ámbito emocional, es entonces que el proyecto está titulado “Educación Socioemocional: Estrategias para favorecer la autorregulación en los alumnos de tercer grado de primaria”.

En el primer capítulo, se hace énfasis en utilizar herramientas convenientes para resaltar la importancia de conocer a nuestros alumnos y es a través de un adecuado diagnóstico socioeducativo y pedagógico aplicado a los estudiantes, en el cual se expone el contexto en el que se desarrolla la situación problemática planteada, realizo, aplico y analizo distintos instrumentos para validar la información. También se hace mención de la política educativa que sustenta la importancia del desarrollo de la Educación Socioemocional, y los conceptos de educación inclusiva e intercultural en el marco de la Reforma Integral Básica en México (RIEB), así como en el actual Plan de Estudio de Aprendizajes Clave 2017.

En dicho capítulo se incluye el interés personal y profesional acerca de la interculturalidad y de qué manera ayuda a fomentar el desarrollo de la Educación Socioemocional, para entender el trabajo, se describen los factores de riesgo en el contexto social y su impacto en el centro escolar. Se explica el análisis de los resultados y se describe el nivel de intervención y las competencias docentes necesarias para desempeñar una buena función en la escuela.

En el segundo capítulo, “Fundamentación teórica, conceptual filosófica”, presento los conceptos que definen lo multicontextual y multicultural de la actual sociedad, se describe el ideal de educar mediante la diversidad del alumnado, y se establecen los elementos teóricos para caracterizar a la escuela como un espacio cultural y democrático que permite aprender a relacionarse, trabajar en equipo, manejar situaciones y resolver los conflictos de manera armónica, así como la regulación de las emociones para una mejor convivencia. Se explican los principios filosóficos de la pedagogía de la diferencia como la alteridad, fraternidad, mismidad y otredad.

El tema central del capítulo tres es la explicación a detalle de la teoría de Vigotsky la cual hacer referencia a como se relaciona la cognición y el contexto en los estudiantes, se analizan los modelos de enseñanza que se utilizan en este proyecto, así como también se toma como referencia del autor Bisquerra para abordar el tema de Educación Emocional, la importancia de mantener un proceso continuo y permanente que logre potenciar el desarrollo emocional, el cual es base constitutiva

del desarrollo integral de cualquier infante.

En el capítulo número cuatro, se describe el diseño y planeación de las estrategias para lograr favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado. En este capítulo se hace mención de las actividades, recursos y tiempos que necesitarán para lograr cumplir con el objetivo de este proyecto de intervención, todo ello con los fundamentos establecidos en el actual Plan de Estudios de Aprendizajes Clave para la Educación Integral 2017, así como en su precursor, el Plan de Estudios 2011 de la Reforma Integral Para la Educación Básica (RIEB). Cabe destacar que cada una de las estrategias toma en cuenta el contexto en el que se desenvuelven los alumnos, así como otros factores que influyen en su aprendizaje.

Para finalizar con el capítulo cinco, se muestran los resultados de las estrategias aplicadas, se describen de manera clara los instrumentos aplicados y su breve fundamentación y las reflexiones sobre las actividades que se aplicaron, así como los problemas y soluciones que se presentaron durante la aplicación. Mientras que en el capítulo número seis, presento las reflexiones y/o conclusiones finales que obtuve con la aplicación del proyecto. Además de que siempre se encuentran elementos que permiten pensar que pueden hacerse mejoras continuas.

CAPÍTULO I

DIAGNÓSTICO SOCIOEDUCATIVO PEDAGÓGICO

1.1 Política Educativa, la Educación Inclusiva y la Interculturalidad en la RIEB

El sistema educativo en México ha sufrido diversos cambios y se ha estructurado para que los temas, contenidos, actividades y estrategias sean acordes a los tiempos, contextos, cultura y problemas sociales que se viven en la actualidad, siempre han existido modificaciones con el fin de atender las problemáticas reales de nuestro país. Se comienza con los antecedentes históricos en materia educativa, el acercamiento a la interculturalidad, hasta llegar a la Reforma Integral de Educación Básica (RIEB), así como a la actual Nueva Escuela Mexicana, propuesta por el gobierno en turno, con el propósito de entender la evolución de las políticas educativas mexicanas.

Para hablar de un trabajo educativo intercultural primeramente se debe reconocer que existen problemas graves en la educación, pues continuamente se excluyen a los niños de un estrato social menor. Entre los principales problemas que se pueden encontrar están: lugares poco accesibles a donde no hay escuelas, pobreza extrema, machismo, discriminación, entre otros. Es entonces que la educación actual en sus últimas reformas ha puesto un mayor énfasis en el tema intercultural, dando una mayor importancia a la inclusión y a equidad, que son las bases fundamentales para eliminar barreras de acceso de la escuela y se logra mediante el reconocimiento del contexto social y cultural ofreciendo las bases como lengua materna, origen étnico, género, condición socioeconómica, aptitudes sobresalientes o discapacidad de cualquier tipo. Tomando en cuenta medidas para aquellos estudiantes que se encuentran en situación de vulnerabilidad. En un primer momento se retomará un poco de la historia de las reuniones y conferencias que causaron repercusiones a nivel mundial en materia educativa.

En el año de 1990, se celebró la Conferencia Mundial sobre Educación para Todos, en Jomtien, Tailandia, en la que participaron diversas instituciones gubernamentales, autoridades nacionales y especialista en educación, en donde se

discutió la gran desigualdad de acceso educativo a nivel mundial, siendo los más afectados los niños, las niñas y las mujeres en situación de vulnerabilidad. Sin duda alguna, este hecho representó “un hito importante en el diálogo internacional sobre el lugar que ocupa la educación en la política de desarrollo humano, además de suscitar esfuerzos para mejorar la educación básica de diversos grupos desasistidos” (UNESCO, 1990). Pues dicha conferencia tuvo como propósito principal establecer soluciones para universalizar la educación y que esta fuera accesible para la mayoría de los países, con el fin de erradicar el analfabetismo, disminuir la pobreza, tener acceso a las tecnologías, brindar mayores posibilidades a los niños y jóvenes para que así con ayuda y los beneficios de la formación educativa, pudieran tener un progreso en sus vidas, mejorándolas en todo sentido, impulsando así el respeto por la vida de cada persona, reconociendo y valorando la diversidad cultural.

Es así que se inicia el programa “Educación para todos”, en donde se involucraron diversos países y organizaciones mundiales como la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y el Banco Mundial. Se analizó el momento histórico que se vivía, así como la realidad educativa y las grandes carencias que enfrentar.

Para abril del año 2000, se realizó nuevamente otro Foro Mundial sobre Educación en Dakar, Senegal. En donde participaron una mayor cantidad de países respecto al primer foro, dichas naciones se establecieron y se comprometieron a realizar 6 objetivos de Educación Para Todos (EPT) e incorporando conceptos tales como la igualdad entre sexos y la educación de calidad. Entre los objetivos se pueden encontrar algunos como los siguientes (UNESCO, 2000):

- El desarrollo, protección y educación en la primera infancia hacia los niños más desfavorecidos.
- El acceso a una educación básica obligatoria, gratuita y de calidad.
- Brindar respuestas a los jóvenes y adultos de sus necesidades educativas.

- Mejorar los niveles de alfabetización de los adultos y especialmente de las mujeres.
- Eliminar la disparidad de género en la educación primaria y secundaria para establecer una igualdad de género.
- Buscar la mejora de la calidad en educación, de tal manera que se obtengan resultados de aprendizajes cuantificables y reconocibles.

Cabe señalar que estos encuentros establecían y medían los logros de los diferentes países que participaban, de manera individual cada nación proponía o ajustaba las metas que consideraban primordiales. Sin embargo, era notorio que los avances en materia de calidad educativa y de su universalización seguía tornándose complicados.

El siguiente Foro Mundial sobre Educación se llevó a cabo en Incheon, Corea, en el año 2015, en donde se reunieron nuevamente 160 países, con la finalidad de comprometerse a establecer una educación inclusiva y de calidad para todos los niveles, desde la primera infancia hasta la formación profesional, haciendo hincapié a que todas las personas sin importar su distinción deben tener acceso a una educación de calidad que les permita mejorar su calidad de vida. Con esta declaración de Incheon, se prepara la agenda para los próximos 15 años y se consolidan los compromisos para garantizar una educación de inclusión, de equidad, de igualdad de género, de calidad y de mayores oportunidades de aprendizaje para todos.

Otro gran informe educativo, político y social que repercutió el mundo en 1990 y que es una de las bases de la actual política educativa, fue a cargo de Jacques Delors con su libro “La educación encierra un tesoro”, en donde menciona cuatro pilares fundamentales para la educación: aprender a hacer, aprender a conocer, aprender a ser y aprender a vivir juntos. Estos cuatro pilares de la educación se hicieron con el fin de hacer frente a los retos del siglo XXI y hoy en día son el fundamento principal de todo proceso educativo en el mundo.

En territorio mexicano también acontecieron hechos históricos que repercutieron en el ámbito educativo, uno de ellos es la política de La Modernización Educativa en 1993, que formaba parte de un proyecto más amplio de modernización nacional comenzado en 1992, que consideraba algunas líneas estratégicas como son la reorganización del sistema educativo o descentralización, que consistía en fortalecer a la educación como un servicio público con el fin de elevar la calidad y hacer partícipes a los gobiernos estatales, locales y los diferentes grupos de las comunidades. La reformulación de contenidos y materiales educativos para concentrar el plan de estudios que considerara los contenidos esenciales. Fue durante esta etapa que también se promovió la revalorización del maestro buscando la mejora continua del maestro mediante estímulos económicos con el programa de Carrera Magisterial, el cual se otorgaba a los “mejores profesores”, con base en la preparación académica, cursos de actualización, antigüedad, exámenes, buscando de esta manera elevar la calidad en la educación.

Durante este proceso, el artículo 3° de la educación sufrió algunos cambios, uno de los más relevantes fue el surgimiento de la obligatoriedad de la educación preescolar, primaria y secundaria. Así como la creación de la Ley General de Educación en 1993 en donde se establecen las relaciones de derechos y obligaciones de los estados para la educación, de igual forma la participación de los maestros y padres de familia en los llamados Consejos de Participación Social (Ley General de Educación, 1993).

Por otro lado, el Plan Nacional de Desarrollo comenzado en 1989 y que acompañó a la Modernización Educativa, tenía como objetivo brindar una educación de calidad, sobre todo en los casos de pobreza extrema en donde era evidente el rezago en este rubro. De igual forma se hacía un énfasis especial en la participación de la mujer la juventud, asegurándoles amplias oportunidades de educación. Esta modernización no solo buscaba cambios materiales, científicos y tecnológicos, también buscaba una transformación en las ideas y las actitudes para hacer posible una cultura de igualdad, buscando preservar lo mejor de las costumbres y tradiciones.

Actualmente la nueva política educativa por parte del Estado Mexicano es la Nueva Escuela Mexicana (NEM), que se materializa en el Acuerdo Educativo Nacional, siendo una iniciativa del Ejecutivo presentada en diciembre del 2018 con el fin de derogar la Reforma Educativa implementada en el 2013. Esta política pública de la NEM, pretende implementar con el fin de revalorizar y reposicionar el papel de los maestros en México, tienen un enfoque humanista, se trabaja bajo una formación integral y para la vida, integrando a las asignaturas tradicionales temas como perspectiva de género y aspectos relacionados con formación ciudadana, cultura de la paz, activación física, deporte escolar, arte, música, además de valores e inclusión. Aunque ya se trabajaban de manera transversal anteriormente, la apuesta es solidificarlos de manera formal en la escuela.

Anterior a la Nueva Escuela Mexicana, los docentes del país trabajaban con el Nuevo Modelo Educativo y que actualmente sigue en vigor, impulsado por el presidente Enrique Peña Nieto. En diciembre del 2012 la política del país estuvo en un proceso de cambio donde la Reforma Educativa transformó algunos elementos de la educación como interceder para que el Estado Mexicano mejorara la calidad y equidad de la educación.

Este Modelo Educativo señala un enfoque humanista, con la selección de aprendizajes claves se pone un énfasis en las habilidades socioemocionales, así como en la disminución del exceso de descarga administrativa. Uno de los documentos clave de esta reforma es El Modelo Educativo para la educación obligatoria (antes el Modelo Educativo 2016), menciona el incorporar en el sistema educativo el fortalecimiento de la perspectiva de inclusión y equidad como un componente transversal del sistema educativo.

Ahora bien, uno de sus ejes importantes era la inclusión y la equidad, el sistema educativo en su conjunto consistía en eliminar barreras de acceso de la escuela, esto se lograba mediante el reconocimiento de su contexto social y cultural ofreciendo las bases como lengua materna, origen étnico, género, condición socioeconómica, aptitudes sobresalientes o discapacidad de cualquier tipo. Tomando en cuenta medidas para aquellos estudiantes que se encuentran en situación de vulnerabilidad.

Anteriormente al Nuevo Modelo Educativo existía otro plan que enmarcaba a las escuelas mexicanas, la conocida Reforma Integral Básica (RIEB), cabe destacar que esta reforma inició en 2004 con la Reforma de Educación Preescolar, en 2006 con la educación secundaria y por último en 2009 con la Educación Primaria, este proceso estaba orientada al desarrollo de competencias y centrada en el aprendizaje de los estudiantes. La RIEB, buscaba favorecer la educación inclusiva y en particular las expresiones locales, la pluralidad lingüística y cultural del país, y a los estudiantes con necesidades educativas, especiales con o sin discapacidad.

En este aspecto la Reforma Integral Básica (RIEB), promovió la práctica de la interculturalidad, siendo articuladas con los aprendizajes esperados y competencias básicas, de esa forma el docente crea las condiciones propicias según el entorno basado en el respeto de la identidad y la cultura. Antes de iniciar por explicar cómo trabajaba la RIEB la inclusión y la interculturalidad será necesario dar una definición concreta y posteriormente sus diferencias para poder comprender de manera eficiente los propósitos de los planes y programas de estudios, en primer lugar, para hablar de educación inclusiva, hablemos del artículo 26 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948), donde se expone que toda persona tiene derecho a la educación.

Para la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (Por sus siglas en inglés UNESCO), la Educación Inclusiva se puede concebir como el contrarresto y la respuesta a las necesidades de todos los estudiantes, por medio de la participación en el aprendizaje, en eventos de carácter cultural y comunitarios y minimizando la exclusión educativa dentro y fuera del sistema educativo. Haciendo comprometido al sistema educativo del derecho a la educación de todos los estudiantes, realizando los cambios pertinentes en el sistema para que esto sea posible. Mientras tanto la interculturalidad “Se refiere a la presencia e interacción equitativa de diversas culturas y a la posibilidad de generar expresiones culturales compartidas, a través del diálogo y del respeto mutuo.” (UNESCO, 2021, p. 8).

Por lo expuesto anteriormente uno de los principios pedagógicos en el que se sustenta el plan de estudios 2011 es favorecer la inclusión para atender la diversidad, en este principio se expone el derecho fundamental de ampliar las oportunidades e instrumentar relaciones interculturales para cerrar brechas e impulsar la equidad.

Para la RIEB (2009), era efectivo ofrecer una educación pertinente e inclusiva:

- Pertinente: valora, protege y desarrolla culturas que se desarrollan en el currículo.
- Inclusiva: se ocupa de reducir la desigualdad al acceso a las oportunidades, evitando discriminación de cualquier tipo. (p. 45)

Ahora bien, sabiendo la importancia de la diversidad, la interculturalidad y la inclusión, debemos establecer que estos conceptos tienen una gran importancia tanto en el currículo educativo como en la forma de convivencia en la escuela, pues no solamente van dirigidos a la educación especial o a los pueblos indígenas, en la actualidad son temas que deben ser abordados de forma global y en cada uno de los sectores de nuestra sociedad. Si bien, la interculturalidad no es un tema meramente nuevo, cabe resaltar que se le ha puesto un mayor énfasis en los últimos tiempos, brindándole la importancia que se merece, a la par del desarrollo de habilidades específicas como la lectura, escritura, oralidad y habilidades matemáticas.

Se puede rescatar de este plan de estudios en torno a la interculturalidad la vinculación de los valores en la vida personal y a la convivencia social. Realizando un análisis del plan de estudios de Primaria 2009, se destacan algunos retos como cambios curriculares en este nivel:

Se centran en elevar la calidad y en incorporar al currículo y a las actividades cotidianas: la renovación de los contenidos de aprendizaje y nuevas estrategias didácticas, el enfoque intercultural, el uso de las tecnologías de la información y la comunicación como apoyo para la enseñanza y el aprendizaje; el aprendizaje de una lengua materna, sea lengua indígena o español, y una lengua adicional (indígena, español o inglés) como asignatura de orden estatal; la renovación de la

asignatura Educación Cívica por Formación Cívica y Ética, y la innovación de la gestión educativa. (SEP, 2008. p.38)

Establecido lo anterior, podemos deducir que la interculturalidad es un proceso que debe ayudar de forma social a resolver múltiples conflictos en los diversos ámbitos de la vida, por ello, el papel de la escuela y el docente es brindar las herramientas necesarias, siendo escenario de las prácticas de valores, para permitir formar una sociedad responsable y con la conciencia de que cada una de las personas tiene un valor que aporta a la sociedad mexicana, dejando de lado cualquier diferencia que impida una sana convivencia.

1.2 Interés Profesional por la Interculturalidad

Desde siempre, el docente se ha concebido como un agente de cambio en la sociedad, pues de manera directa es un actor activo en la sociedad y en el sistema educativo, con un compromiso mayor, que es el de estar al pendiente de los retos que la sociedad actual exige. Por ello, debe estar en constante actualización y enfocado en un proceso de mejora continuo con el fin de tener la capacidad de reorientar su enseñanza, pues la profesión exige cambios para construir y desarrollar la vida de otras personas y la suya.

La educación tradicional o que mayormente se practica en las escuelas, es la que está enfocada y da mayor peso a los conocimientos del estudiante, de esto me he dado cuenta no solamente en mi estancia como profesional docente, sino también en mi vida educativa a lo largo de la educación básica, pues observé que los maestros tenían una exigencia enfocada a las pruebas académicas como participación, exámenes, oralidad, pensamiento matemático, entre otras, dejando de lado aspectos emocionales, no cuestionaban si al alumno le hacía falta atención en casa o si era maltratado, no se preguntaban el porqué de las bajas calificaciones, bajo desempeño y mala conducta, la disciplina orientaba a los estudiantes estar al margen de las normas, en donde solamente la voz del maestro era la escuchada y el alumno era reducido a un número que lo promoviera o no.

Recuerdo que, en muchas ocasiones durante mi estancia en los diferentes niveles educativos, pero sobre todo en la educación primaria, escuchaba a los maestros dirigirse de maneras poco afectivas hacia los alumnos, sin importar si herían sentimientos, escudándose en el hecho de que la educación se basaba en que el alumno aprenda, sin importar el método, los cuales por lo regular se basaban en castigos. Recuerdo que en la primaria fueron varias las veces en que me limitaba a participar poco o mantenerme callado por el miedo a que me fueran a reprender si me equivocaba.

Estas experiencias poco agradables formaron parte de lo que hoy considero mi vocación, pues no pretendo cometer aquellos errores de los cuales fui víctima. También, es importante mencionar que hubo maestros que contribuyeron de mejor forma, pues hacían diferencia, mostraban mejores tratos y comprendían mejor que no solamente se trata de obtener conocimientos, sino de formar a un estudiante capaz de desarrollar inteligencia emocional, pues actualmente está demostrado que ser más feliz y más confiado repercute en gran forma para lograr el éxito escolar.

El recuerdo de mi educación básica me hace pensar y reconsiderar mi forma de actuar docente, hoy en día se hace énfasis en tomar en cuenta aspectos como capacidades, habilidades, debilidades y necesidades de los estudiantes, apoyándolos en sus áreas de oportunidad, teniendo en cuenta su autoestima y desarrollo emocional, contextualizando los conocimientos que adquiere, de tal forma que les sean significativos para su vida cotidiana y la sociedad en donde viven, partiendo de la premisa del respeto a la cultura y la diversidad.

La educación como un trabajo ha llamado mi atención desde muy temprana edad, pues al tener un padre maestro, observarlo actuar y escuchar sus pláticas me motivaban de cierta forma a querer seguir el camino de la docencia. Así mismo el hecho de ayudar a otro a aprender ha sido siempre de mi agrado, en un principio sin pensar en que hacerlo conlleva una gran responsabilidad. Es entonces que decidí estudiar la carrera Licenciatura en Educación Primaria en la Normal de la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz. Fue aquí en donde pude comprender que un trabajo organizado y preparado ayuda a atender a los estudiantes, pero que hace falta una

mayor preparación para abarcar las necesidades de los alumnos.

Actualmente tengo 8 años de servicio educativo a nivel primaria, en donde he podido notar que aún existen maestros que se inclinan más hacia la educación tradicional, lo cual ya no es factible, pues hoy en día se ha hecho un especial énfasis en el desarrollo de las capacidades emocionales de los alumnos. Lo anterior se ha visto de mayor forma después de lo acontecido actualmente en una situación de pandemia a nivel mundial, lo que ha repercutido en la vida de todos y se han reconsiderado las formas de enseñanza.

Los tiempos modernos generan un mayor estrés emocional en la mayor parte de la población, sobre todo en los niños, volviéndolos propensos a la irritabilidad y la ira. Como docente, considero que la niñez debe ser aprovechada para enseñar a regular las emociones de tal forma que reconozcan y controlen esos sentimientos que pueden repercutir de gran manera en su aprendizaje. Esto lo he logrado observar a lo largo de mi práctica docente, al ver las diversas manifestaciones de los estudiantes ante ambientes estresantes y que al no saber manejar sus emociones resulta de forma negativa en su aprendizaje.

Actualmente la mayor parte de la población estudiantil refleja algún tipo de necesidad ya que se puede encontrar problemas de divorcios, maltrato familiar, drogadicción, discriminación de distintos ámbitos tanto fuera y dentro del aula, son problemas que las instituciones educativas no tienen la suficiente capacidad para enfrentar, en mi formación como docente se me enseñó las estrategias de enseñanza y aprendizaje para combatir esos problemas.

La Maestría en Educación Básica me ha permitido tener un mayor panorama de lo que conlleva la interculturalidad, pues anteriormente me era un término desconocido y de poca relevancia en mi actuar docente, es ahora que entiendo con mayor profundidad la importancia de tomar en cuenta los diferentes contextos que se pueden presentar y que afectan al niño de manera general. Así como saber que no basta con conocer los conceptos, sino de actuar y tener la capacidad de aceptar todas las diferencias y sobre todo practicarlas para así ejecutarlas con el ejemplo.

Por lo anterior, es que estoy consciente de enfocar mi forma de enseñar hacia la mejora continua, haciéndolo a través de la educación intercultural, buscando en todo momento la convivencia en un marco de respeto, igualdad, equidad, solidaridad y diálogo, tomando en cuenta que cada uno de los estudiantes proviene de culturas y contextos diferentes, cada uno con su propia identidad. Lo anterior acompañado de la importancia de enseñar capacidades emocionales que permitan al alumno afrontar los desafíos que exige la modernidad.

1.3 Culturas y Prácticas Interculturales – Inclusivas en el Centro Escolar

El centro de trabajo en donde se realizarán las practicas del siguiente trabajo es la escuela “Miguel Hidalgo y Costilla” con clave 30DPR3538T de la zona escolar 270 de Cosoleacaque, Veracruz, la institución atiende el turno Matutino. La escuela está ubicada en la localidad de Cosoleacaque del estado de Veracruz, específicamente en el Kilómetro Catorce, en la calle 24 de febrero S/N, esquina Emiliano Zapata, a 15 minutos de la ciudad de Coatzacoalcos del mismo estado. Se puede llegar a ella en auto particular o transporte público como taxis y camiones. La escuela se encuentra en un lugar accesible para toda la comunidad, pues la mayoría de los transportes de servicio pueden entrar a la colonia sin mayores problemas al estar cercana a la carretera “Antigua Coatzacoalcos Minatitlán”.

La escuela se encuentra bardeada con material de concreto, cuenta con dos portones, ambos sirven como entrada al plantel para alumnos y maestros, uno se encuentra en la parte más alta de la escuela y otro está a un costado. Los grados de primero, segundo y quinto utilizan el portón de la parte superior como entrada y salida, mientras que tercero, cuarto y sexto que se encuentran en las aulas inferiores utilizan el portón lateral como entrada y salida. El edificio escolar cuenta con baños exclusivos para niñas, niños, maestras y maestros, estos cuentan con los servicios de agua y luz. De igual forma, existen comedores hechos de concreto para que los alumnos los puedan utilizar durante el recreo y se sienten a disfrutar sus alimentos, se debe destacar que por el momento estos últimos se encuentran deshabilitados por la situación de pandemia.

Así mismo, el plantel cuenta con una cancha de usos múltiples en donde se desarrolla la clase educación física y que también los niños ocupan para practicar deportes como fútbol y basquetbol durante el recreo. Es necesario hacer mención que en el área del patio suceden diversos accidentes así también discusiones y peleas entre los niños, ya que se comparte con todos los grados, en ocasiones los niños de mayor edad que corresponden a los grados de sexto y quinto grado tienen discusiones con los de menor edad, regularmente por no respetar las reglas de juegos. La dirección de la escuela se encuentra en la parte inferior del plantel, junto a los salones de tercero, cuarto y sexto, tras estos hay un espacio pavimentado al que se restringe el acceso por cuestiones de seguridad de los alumnos.

En lo que se refiere las características del salón de clases de tercero, se encuentra en buenas condiciones generales, el aula tiene cuatro ventanas sin protecciones, existen tres ventiladores de techos y cuatro de pedestal que permiten mantener frescos a los alumnos en temporadas calurosas. El escritorio del maestro se encuentra en condiciones regulares. Así mismo, hay libros del rincón, pero no los suficientes para cubrir las necesidades del grupo. Cabe destacar que el salón tiene el espacio apenas suficiente para la gran cantidad de alumnos.

A lo largo de diversas pláticas informales y observaciones, pude enterarme de diversas situaciones a las que concierne la plantilla docente que labora dentro del plantel, en ella se encuentran seis maestros, un maestro de educación física y un director efectivo, cada uno con características distintas, lo cual define su trabajo en el aula, en primer lugar, se encuentra la maestra responsable de Primer grado, quien es egresada de la Universidad Pedagógica Nacional, quien cuenta con 11 años de servicio. Menciona que algunas veces el trato con los padres de familia es complejo, ya que le cuesta trabajo involucrarlos en el trabajo de sus alumnos. Por otra parte, la falta de tiempo de sus actividades que requiere adecuación constante en lo que planea.

En segundo grado, está una maestra con una trayectoria de 18 años de servicio profesional, la docente manifiesta que es su segunda carrera, pues anteriormente había sido egresada de la carrera de contadora. La maestra se define como

responsable, puntual, comprometida, voluntariosa, respetuosa y tolerante. Puedo notar en su trabajo que pone mucho énfasis en la disciplina escolar pues es uno de los puntos esenciales dentro de su labor docente.

Mientras tanto, en cuarto grado se encuentra una maestra con una trayectoria de 10 años de servicio en la educación pública. Tiene estudios en la Universidad Pedagógica Nacional, pero indica que estos no están concluidos por algunos contratiempos personales. Menciona que desde que desde sus inicios le interesó la carrera, pero que no le fue sencillo lograr hacerse de una plaza debido a los muchos trámites que tuvo que realizar. Se define como una persona muy trabajadora y que trata de proporcionar a sus alumnos las herramientas para que sobresalgan.

En quinto grado se encuentra un maestro que cuenta con 12 años de servicio en el magisterio, el docente hace mención que eligió la carrera de maestro de primaria como una segunda opción después de haber estudiado contaduría, esto por herencia de plaza, sin embargo, con el paso del tiempo le fue tomando aprecio a su profesión y haciéndola dinámica todos los días. Dentro de sus fortalezas, considera que su preparación profesional le ha dado las herramientas para poder dar clases.

Por último, se encuentra la maestra de sexto grado, que cuenta con Licenciatura en Educación Básica, ya con 12 años de servicio profesional. La docente manifiesta que le agrada su profesión y que su vocación la ha llevado a donde se encuentra actualmente. Cabe mencionar que la maestra junto al profesor de quinto grado está casada y hasta hace unos años lograron el cometido de estar compartiendo escuela.

Por último, el director el cual se hace cargo de los deberes administrativos supervisa que los documentos que requiere la supervisión estén en tiempo y forma, el docente tiene 12 años de servicio y es egresado de la Universidad Pedagógica Nacional, unidad 305, entre sus fortalezas se considera una persona, activa, persistente y sabe trabajar en grupo, mientras que sus debilidades que menciona es que le cuesta un poco de trabajo sobrellevar situaciones que lo estresen y piensa que tener un carácter flexible no es conveniente para un profesor.

A partir de lo anterior se puede analizar de forma general el trabajo de los maestros según su propia descripción, es importante mencionar que el ambiente de trabajo es bueno lo cual ayuda al proyecto porque los maestros en su mayoría están interesados en la situación emocional de sus alumnos, pues siempre han brindado apoyo a aquellos que lo necesitan. Y las debilidades serán que en muchas de las ocasiones hay cierta dificultad para poder establecer un punto de acuerdo y llevar a cabo acciones, sin embargo, mi labor será la de la elaboración de estrategias y cuando requiera de su apoyo se los solicitaré con tiempo.

Como se había mencionado anteriormente, la labor docente se lleva en la Escuela Primaria "Miguel Hidalgo y Costilla, ubicada en Calzadas, Kilómetro 14, municipio de Cosoleacaque, Veracruz. Se considera una zona rural, aunque se encuentra ubicada muy cerca de la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz. La mayoría de las personas que asisten a la escuela viven cerca de la misma o a las colonias de los alrededores. Se puede llegar al lugar de diversas formas, ya sea en transporte público o particular.

Las religiones más profesadas en la comunidad son la católica, pentecostés y los testigos de Jehová. Las personas suelen estudiar hasta la preparatoria para después buscar un trabajo con el cual subsistir y después formar una familia, la mayoría de estas familias tienen un promedio de 2 hijos y en la casa suelen vivir junto a otros familiares como tíos o abuelos. El papel de la mujer como jefa de familia es fundamental pues suelen ser quienes llevan el sustento al hogar al no contar muchas veces con una pareja.

Hay problemas recurrentes como son la violencia de género, la homofobia y la violencia infantil, pues son prácticas en las que se inciden muy comúnmente y que se traspasan de generación. Hay varios casos de abuso infantil y problemas de adicciones, la más repetida, el alcoholismo. Las casas de las familias en su mayoría son de techo de lámina, con paredes y pisos de concreto, en general son construcciones pequeñas, pero muchas de estas familias cuentan con terrenos amplios, los cuales ocupan para criar animales o sembrar. Algunos de los jefes de familia más cercanos a la comunidad se siguen empleando en el campo o se dedican

plenamente a la pesca la cual en ocasiones es escasa y se ven obligados a buscar en otras fuentes de ingreso.

La mayoría de los adultos jóvenes trabaja empleándose en comercios o empresas ubicadas en Coatzacoalcos debido a la cercanía con la ciudad y a la falta de empleos dentro del lugar. Puedo decir que los habitantes de este lugar son de un estrato social bajo, que logran cubrir sus necesidades por medio de actividades económicas como son el trabajo en el campo, la pesca, venta de alimentos, empleos informales y muy pocos de ellos son asalariados o con puestos de gobierno.

1.4 Barreras para la Socialización y el Aprendizaje

Ahora bien, el grupo se conforma de un total de 30 alumnos, con edades entre los 7 y los 8 años. Debido a la situación de pandemia, los primeros tres meses se llevaron las clases de manera virtual utilizando la aplicación de videollamada Zoom y la entrega de trabajos por medio de Classroom. Más del 90% de los alumnos lograron conectarse a las clases a distancia, mientras que con algunos pocos mantenía comunicación vía telefónica para darle seguimiento a sus progresos y realización de actividades. El trabajo a distancia no fue un impedimento para notar que la mayoría de los alumnos tienen dificultades para expresarse al participar, la mayor parte de los alumnos se muestran tímidos y poco participativos en las clases.

Se realizaron acciones para identificar los principales problemas de los estudiantes, por lo que el diálogo por medio de entrevistas individuales virtuales permitió conocer en qué medida se desarrolla la convivencia escolar con los padres de familia, se destinó un tiempo de 30 minutos para platicar con cada uno de los tutores, lo que permitió conocer diversas características mencionadas por parte de los mismos, algunas de ellas eran que en su mayoría los niños presentaban dificultades para socializar con otros de su misma edad, timidez para expresar sus ideas, nerviosismo, poco control de emociones como el enojo, llantos derivados del estrés, entre otras características, las cuales fueron tomadas en cuenta para la realización de acciones posteriores.

Como resultado de las entrevistas (Anexo 1), puede notar que los padres de familia le dedican entre 30 minutos y 60 minutos a la revisión y repaso de tareas y actividades realizadas en clase, puesto que en algunos casos los padres de familia o tutores tienen jornadas laborales extensas y en ocasiones solo los ven 3 horas en el día en el caso de los padres que trabajan. Otro detalle importante a mencionar es que la mayor parte de las familias son monoparentales en donde la madre de familia tiene que trabajar para poder sostener económicamente a sus hijos. Mientras que algunos alumnos están a cargo de sus tíos o abuelos.

Por lo tanto, el tiempo dedicado al diálogo en su casa (Anexo 2), en la mayoría de los casos es pobre, unos padres encargan a sus hijos a familiares o conocidos los cuales solo se ocupan de sus necesidades básicas como higiene y comida, dejando de lado las responsabilidades de los niños. Incluso algunos de los tutores manifiestan desesperación para poder platicar con sus hijos o dedicarle tiempo a la educación en casa de los niños. Es de relevancia puntualizar que los alumnos que tienen más apoyo en casa tienden a tener mejores notas, mayor participación en clase y su desenvolvimiento es mejor.

Referente al nivel socioeconómico de las familias del grupo de tercer grado, se encuentran en un nivel de clase media baja y baja, la mayoría cuentan con viviendas de concreto con techado de lámina, terrenos amplios que ocupan para criar animales o sembrar. La mayoría de los padres de familia son empleados temporales de empresas ubicadas en la ciudad de Coatzacoalcos, mientras otros se dedican al comercio informal de productos o comida y algunos pocos más a la pesca. Otra característica importante es que solamente 9 de 30 tutores lograron concluir la educación universitaria, mientras 21 padres se quedaron entre el nivel de primaria, secundaria y preparatoria.

De manera general se puede notar que los padres de familia se empeñan por educar de la mejor manera a sus hijos, lo cual se puede notar en el interés que muestran cuando se acercan al docente para saber el avance y comportamientos de sus hijos, en pláticas informales también se nota y procuran que sus hijos utilicen un lenguaje correcto. Sin embargo, la atención con respecto al tiempo dedicado en casa

y la constante atención en los progresos que ha tenido el estudiante en la escuela demuestra la atención que se proporciona en el hogar, es claro que los niños tienen normas en casa, pero el interés en la parte emocional en ocasiones queda corto o en segundo plano.

Para la realización del diagnóstico de las necesidades del grupo, se inició con los conocimientos de los estudiantes, así mismo se anotaban los sucesos más importantes en el salón de clases tanto pedagógicos y sociales en una bitácora de los hechos más importantes, así mismo se han tomado en cuenta el desenvolvimiento de los alumnos con respecto a las materias.

En primer lugar se debe destacar que el grupo cuenta con 30 alumnos, de los cuales mencionaré casos destacados según mis observaciones y que requieren apoyo adicional tanto en la escuela y en el hogar, es el caso del alumno Ángel Alexander el cual presenta conductas tales como: es muy sentimental, se desespera con facilidad con sus compañeros y algunas veces con los maestros de la institución, al platicar con su tutora me hizo llegar el diagnóstico que el estudiante presenta déficit de atención, por lo cual se tienen que hacer adecuaciones a la planeación para realizar trabajos del interés de niño. Se encuentra en el proceso de adquisición de la lectoescritura, proviene de una familia de papás separados.

Se resalta también a otros cuatro estudiantes por no haber adquirido las habilidades lectoras, ya que no existe apoyo en casa, en dos casos las tutoras de las madres son analfabetas y mencionan que existe dificultad para apoyar en casa ya que los padres trabajan y no hay tiempo para dedicarse en ese aspecto. Presentan actitudes similares como la timidez, dificultad para expresar sus ideas en presencia de otras personas, tendencia a llorar, desesperación, entre otras situaciones, indicativas de la poca regulación emocional.

Respecto a los conocimientos de los estudiantes, se realizaron pruebas diagnósticas que arrojaron que la mayoría de los niños tiene serias dificultades para la comprensión de textos y para el pensamiento matemático, pues al promediar obtuvieron en la materia de español 6.6 y en matemáticas 6.9. Esto se constató cuando

se pedía participación en las clases virtuales y posteriormente en clase presencial, lo cual es indicativo del reforzamiento en Lectura, escritura y pensamiento matemático.

Así mismo se realizó un test para determinar los canales de aprendizaje de los alumnos, donde se determinó que la mayoría tiende al aprendizaje por medio de la experimentación, de forma kinestésica, otro gran porcentaje de forma visual pero también a muchos de ellos les agrada escuchar historias contadas por alguien más.

Posteriormente a las pruebas pedagógicas, los alumnos fueron citados de forma individual por video llamada para realizar una entrevista y un test sobre inteligencia emocional, esta estrategia está basada en los autores Salovey y Mayer, dicho test, dedicado a conocer el nivel de inteligencia de las personas adultas, pero adecuado por los mismos autores hacia los niños, que arrojó resultados en cuestionamientos específicos como “¿Eres una persona que le cuesta expresar lo que le pasa?” (Anexo 3) y “Para ti, padres e hijos deben...” (Anexo 4), entre diversas preguntas que permitían indagar en su nivel emocional. Los resultados generales arrojaron que la inteligencia emocional que presentaban los alumnos fue una inteligencia emocional moderada, lo que indica que requieren continuar trabajado en el manejo de sus emociones para lograr una mejor regulación de las mismas, es decir, que reconozcan y que sepan cómo reaccionar en diversas situaciones.

1.5 Situaciones Problemáticas: Supuestos de Acción, Nivel de Intervención y Competencias Docentes

Es claro que la educación actual debe de optar por dejar de lado el formato tradicional de enseñar, el cual se basa únicamente en la transmisión de conocimientos, en donde se le da prioridad a la memorización y el maestro es el centro de atención y el alumno se reduce únicamente a escuchar y obedecer, sin oportunidad de ser escuchado o valorado por lo que siente. Por lo tanto, debemos ver a la educación emocional como un proceso innovador, continuo, pero sobre todo permanente durante toda la educación básica y fuera de ella, ya que es esencial para los estudiantes que conozcan sus emociones y reacciones.

Para Bisquerra y Pérez (2012):

Las competencias emocionales deben entenderse como un tipo de competencias básicas para la vida, esenciales para el desarrollo integral de la personalidad. Son un complemento indispensable del desarrollo cognitivo sobre el cual se ha centrado la educación a lo largo del siglo XX. La educación emocional se propone optimizar el desarrollo humano; es decir, el desarrollo integral de la persona (desarrollo físico, intelectual, moral, social, emocional, etc. (p. 1).

En este proceso de educación debe intervenir la familia, el alumno y el docente, con el objetivo de desarrollar un individuo con la capacidad de reflexión y de tener adecuadas relaciones intrapersonales e interpersonales. En el ámbito educativo mexicano, la Secretaría de Educación Pública con su Plan y Programas 2017 (SEP, 2017), recalca en su documento de Aprendizajes Claves los múltiples beneficios de trabajar las emociones en el aula. Afirma que “este tipo de educación provee de herramientas que previenen conductas de riesgo y, a largo plazo, está asociada con el éxito profesional, la salud y la participación social” (p. 56).

La educación emocional es parte fundamental de toda persona y debe iniciarse en los primeros momentos de la vida, estando presente a lo largo de todo el ciclo vital. Se empieza con la familia en una primera educación informal para luego pasar a la formal comenzando por el preescolar, la primaria, secundaria, preparatoria y la formación universitaria, pues de su puesta en práctica depende muchas veces el camino que toman los niños y jóvenes hacia una vida adulta.

La mejor forma de poder llegar a educar emocionalmente a las niñas, niños y jóvenes es mediante la escuela, pues es aquí el medio idóneo de difusión porque se empieza desde edades cortas con el preescolar y así se llega a la mayor parte de la población. De la misma manera se puede llegar a las madres, padres y que ellos repliquen el mensaje en las familias, ampliando así en gran proporción a la mayor cantidad de población posible y así lograr un cambio fundamental.

Otro aspecto muy importante a tomar en cuenta es que en nuestra realidad la mayoría de las familias no están preparadas para brindar una educación correcta en

emociones, es más, en ocasiones tampoco el docente tiene plenamente desarrolladas sus competencias sociales y emocionales, sin embargo, la preparación por parte del mismo, acompañado de las familias, pues es un trabajo en conjunto, propiciará a una mejor educación emocional a las futuras generaciones. El primer paso es entonces, hacer conciencia que la educación emocional es parte fundamental y que nos implica a todos.

La pandemia provocada por el COVID 19, que inició en marzo del año 2020 y que continua en la actualidad, ha marcado la vida de todos, niñas, niños y adultos se han visto afectados en su pensamiento y la forma como se vive. Los síntomas de estrés, ansiedad, depresión, entre otros, se han puesto en manifiesto, alimentando el miedo por la enfermedad. La violencia y la dependencia a sustancias tóxicas se ha visto incrementada, esto en parte por la poca formación emocional de las personas, empeorando la salud mental. Por tanto, la salud emocional debe ser un tema importante en la educación, pues tal como lo menciona Tizón J. (2020) “Las emociones son nuestro primer modo de conocimiento y reacción en el mundo y, por lo tanto, hemos de usarlas en el cuidado de la salud mental” (p. 66). Después de lo ocurrido a nivel mundial, la escuela debe fortalecer el sentirse bien como persona, así como saber manejar las emociones y así mejorar las relaciones entre las personas.

Es importante también que los docentes comprendan la importancia y el valor que puede llegar a tener un adecuado manejo de las emociones ya que en la mayor parte de los casos se hace caso omiso a diversas manifestaciones de conducta de los estudiantes, como docentes debemos aprender y comprender que las emociones son parte importante del ser humano, y educar con valores humanistas es fundamental ya que la finalidad de la educación son el respeto a la vida y a la dignidad humana, así como la igualdad de derecho y la justicia social.

El salón de clases es el espacio inmediato donde el docente puede desarrollar un agradable entorno personal y social para que los alumnos y padres de familia compartan un espacio organizado por medio de normas establecidas; es el lugar en el que puede crear situaciones educativas que permitan aprender a vivir y a convivir aprendiendo a regular las emociones y aprender sobre ellas; puede aplicar los

programas oficiales que fomentan la interculturalidad o crear los propios, pero sobre todo debe darle el valor de enseñanza y no únicamente como materia o contenido, convirtiéndose en un gestor que día a día va moldeando buenos ciudadanos.

Es por eso que considero importante darle seguimiento oportuno a este proyecto ambicioso en la educación e incrementar en los alumnos de cuarto grado el proceso reflexivo de sus emociones para inculcar en ellos una visión humanista, esto ayudará a crear amor por su entorno como la familia, escuela, trabajo, sociedad en general, el cuidado de su salud y el medio ambiente. Se requiere de un planteamiento estratégico por parte del maestro para poder enseñar estos conocimientos para hacer un futuro sostenible para todos.

De acuerdo con el análisis de las encuestas, diario de campo, anecdotario y observación directa en cada una de las clases a distancia y de forma presencial, se destaca una necesidad de atender y mejorar las habilidades emocionales de manera específica en el grupo de tercer grado, siendo un factor que repercute en la socialización del estudiante, su autorregulación y de forma directa e indirecta en el plano pedagógico.

Ante este panorama el objetivo general de la aplicación del proyecto es favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, que le permitan vivir en armonía.

Para ello se establecieron los siguientes objetivos específicos:

- Identificar el grado de habilidades asociadas a la autorregulación.
- Implementar estrategias didácticas que ayuden a favorecer y desarrollar la autorregulación de las emociones.
- Valorar mediante instrumentos de evaluación los avances de la autorregulación emocional de los alumnos.

Por todo lo anterior, es un deber del estado y los docentes dar las herramientas

a todos los estudiantes que cursen la educación básica para tener los recursos internos para su vida. Los objetivos que pretende este trabajo llevar a cabo con los estudiantes se basan y tienen relación con el Plan y Programas 2017 (p. 519):

- Que el estudiante aprenda a autorregular las emociones y generar las destrezas para solucionar conflictos de manera pacífica.
- Que el estudiante haga uso de la mediación como estrategia para aprender a convivir en la inclusión y aprecio a la diversidad.
- Que el estudiante comprenda al otro de manera empática, así como establecer relaciones interpersonales cuidando a los demás y uno mismo.
- Que el estudiante trabaje en un ambiente colaborativo.
- Que el estudiante desarrolle la capacidad de resiliencia para enfrentar adversidades.
- Que el estudiante conozca los problemas actuales como la vulnerabilidad y prevenir el consumo de drogas, los embarazos no deseados, la deserción escolar, el estrés, la ansiedad, la depresión, la violencia y el suicidio, entre otros y minimizar su impacto en su vida.

A lo largo del proyecto se trabajarán diversas de las competencias docentes propuestas por Philippe Perrenoud, estas se refieren a aquel conjunto de habilidades, conocimientos y actitudes que se necesitarán para poder resolver de manera satisfactoria las situaciones que se proponen resolver en este proyecto, las competencias profesionales se crean en la formación, pero también a merced de la navegación cotidiana del quien las ejerce.

Perrenaud P. (2004), en su libro “Diez nuevas competencias para enseñar”, hace mención de “formas de redefinir la profesionalidad docente” (p.8), por lo que, en primer lugar, considero que una de las principales competencias a desarrollar es la de “organizar y animar situaciones de aprendizaje” (p.14), pues para diseñar las

actividades del proyecto es necesario investigar conceptos, actividades de acuerdo a la edad de los niños para poder ser aplicadas, sobre todo acercarlas al nivel de los estudiantes, así como trabajar de los errores y los obstáculos de los aprendizajes, siendo las actividades adecuadas al contexto y las circunstancias.

Otra competencia a desarrollar es “Gestionar la progresión de los aprendizajes” (Perrenaud. P. 2004. p. 29), es sabido que cada grupo es diferente y los alumnos son diversos y con casos particulares, entonces es importante poner en práctica conocimientos, habilidades y actitudes para particularizar a aquellos niños que necesitan más apoyo en la parte emocional, observando y evaluando a los alumnos en situaciones de aprendizaje en el punto formativo, hacerles ver los errores y trabajar sobre ello. Por otro lado, la competencia “Elaborar y hacer evolucionar dispositivos de diferenciación” (Perrenaud. P. 2004. p. 42), pues es necesario practicar las actividades en donde todos los alumnos se integren, en este caso investigando dinámicas de integración y de sensibilización para aquellos alumnos que tienen mayores dificultades.

CAPÍTULO II

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA, CONCEPTUAL FILOSÓFICA

2.1 La Sociedad Multicontextual y Multicultural

En la actualidad se muestra una sociedad diversa, cambiante y compleja, la cual implica un gran número de desafíos, uno de ellos es el de la creación de espacios inclusivos que tomen en cuenta las diferencias culturales de todos los individuos. Para ello, la educación juega un papel fundamental en el desarrollo del individuo, pues en la escuela se le brindarán herramientas para la mejora de habilidades sociales, así como la de ser un espacio facilitador para que los alumnos interactúen y cooperen con otros distinto a ellos, de tal forma que el estudiante se pueda dar cuenta que se encuentra ante una pluralidad inamovible. Lograr la creación de espacios inclusivos no es fácil, pues primeramente debemos de conocer cuáles son los factores que lo obstaculizan, como son las creencias religiosas, identidades culturales, la globalización, entre otras que dificultan la armonía y convivencia entre la diversidad de pensamientos.

El fenómeno globalizador se ha acentuado en los últimos tiempos, sobre todo con el auge tecnológico y las redes sociales. Según la Comisión Económica Para América Latina y el Caribe (CEPAL 2002), se define a la globalización como “la creciente gravitación de los procesos económicos, sociales y culturales de carácter mundial sobre aquellos de carácter nacional o regional” (p. 1). Estos procesos han crecido a una mayor velocidad en los últimos tiempos, que, si bien han favorecido de manera significativa la comunicación y la economía, también han vislumbrado la desigualdad que hay entre las diversas formas de vida en los países, marcados por racismo, clasismo y exclusión social.

Vivir en un mundo globalizado permite una conexión continua, motivo que enfatiza aún más las desigualdades sociales entre los individuos, diferencias que pueden apreciarse de manera visual a través de los medios de comunicación y las redes sociales. Nos encontramos ante un panorama excesivamente consumista, en

donde lo que más importa es la adquisición de cosas, muchas veces innecesarias, pero de las cuales no podemos desprendernos fácilmente por la cantidad inmensa de bombardeo mediático a la cual estamos sometidos constantemente.

Anteriormente, era muy complicada la comunicación con otras partes del mundo o informarse de los acontecimientos de otros lugares, lo cual remarcaba las particularidades de cada región, como las costumbres, tradiciones, formas de vestir, políticas, relaciones personales, entre otras. La globalización ha cortado esas brechas, pero también ha dejado remarcado que las culturas que sean dominantes prevalecerán, dejando arraigadas a aquellas con menor poder mediático. Ejemplo de lo anterior son las celebraciones de Navidad y Halloween, festividades que gracias a los medios de comunicación se han incorporado y vuelto cada vez más populares en otros países, alentando al consumismo a las personas.

Ya no se trata únicamente de consumir para satisfacer una necesidad, ahora se consume para evidenciar un estatus, una apariencia, en donde la moda y lo pasajero es lo más importante, como lo declara el sociólogo y filósofo Zygmunt Bauman, indicado en su libro *Modernidad Líquida*, menciona que la sociedad actual se distingue especialmente por una característica llamada el “síndrome de la impaciencia” que consiste en la necesidad de no gastar tiempo, de postergar, pues esto trae consigo pérdidas y no ganancias, disminución de oportunidades que no se van a volver a presentar, es decir, conseguir las cosas lo más inmediatamente posible será la prioridad, gastar a la brevedad para seguir disfrutando, Para (Bauman, 2008) “En nuestros días, toda demora, dilación o espera se ha transformado en un estigma de inferioridad” (p. 22), en donde quien tiene más jerarquía de poder la ejerce a su conveniencia y el privilegio se mide por la habilidad de obtener lo que se quiere sin demora.

De la misma forma, el autor hace referencia a que nos encontramos en un momento de “modernidad líquida”, refiriéndose a que en los tiempos actuales todo es muy cambiante e inestable y lo que antes estaba determinado como “sólido”, aquellas situaciones que se consideraban definidas como la familia, el trabajo, los vínculos afectivos, la economía e incluso la educación han sido afectados por este fenómeno.

De esta forma, Bauman ofrece una visión acerca de la educación, haciéndola ver como un producto más, y ya no como un proceso que cumple la función vital de ofrecer conocimientos para toda la vida, ahora se utiliza la noción de “usar” y “tirar”, de tal forma que valores como la tolerancia y el respeto sean aprendidos en la casa o reafirmados en la escuela, no son utilizados en la cotidianeidad de la vida de las personas, siendo relegados y desechados.

Por otra parte, la multiculturalidad es el hecho de que haya diversas culturas, estas pueden estar cerca o dentro de un mismo territorio o no, se sabe de su existencia, pero no necesariamente conviven, por lo regular se encuentran en una relación de indiferencia o poca tolerancia. Este término hace referencia a una sociedad en la que se permiten manifestaciones de exclusión, racismo, segregación y jerarquías de poder ante otros grupos.

Por el contrario, la interculturalidad se refiere al hecho de que distintos grupos culturales con diferencias en su lengua, religión, educación, forma de vida, creencias, entre otras, y que convivan en un mismo ambiente basado en el respeto e igualdad, partiendo del supuesto que toda las personas tienen los mismo derechos, que son dignas y valiosas, un claro ejemplo de esto puede ser la escuela, en donde los estudiantes de diversos contextos socioculturales se reúnen en una misma aula, así lo ideal es que dentro de la institución educativa se acepten y respeten las diferencias, para que cada quien aporte lo mejor de sí y de esa forma se desarrolle una sociedad en la cual los valores morales prevalezcan.

Conversaciones de la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2019) aseguran que:

"La realidad es multicultural como es la vida, como es la anatomía, como es la biología. Las células no son todas iguales, sino que interactúan entre ellas y enriquecen en la combinación. Por lo tanto, tendremos que comprender que en este mundo cada vez más unido, más integrado, más interrelacionado, tendremos que vivir juntos y cuanto antes lo aprendamos, antes lo comportamos, mejor". (p. 22)

Entonces, el primer paso hacia una educación intercultural será el de apertura de mente de los actores educativos, los cuales incluyen a la comunidad, los maestros, padres de familia y alumnos para una aceptación favorable de las diferencias, promoviendo en todo momento la enseñanza de la tolerancia a través de la convivencia grupal y la multiculturalidad.

En México y en América Latina, la realidad multicultural y multicontextual es manifestada en diversos sectores como la religión, las tradiciones, las costumbres, entre otras. Uno de ellos es la población indígena, en donde a través de la historia ha predominado la segregación, opresión y explotación de estos grupos. Desde tiempos del general Lázaro Cárdenas, se reconocía que existía una diversidad de culturas conviviendo en el mismo territorio nacional, por lo que el gobierno buscó la forma de “integrar” a estas al “mundo civilizado” y se dieron a la tarea de realizar una “castellanización” de los pueblos indígenas, pues de cierta manera se pensaba (o algunos piensan aún) que la diversidad cultural representa un peligro para el avance hacia el progreso del estado. Estas dinámicas, al contrario de ayudar a mejorar la situación tan vulnerable que presentaban estos grupos, trajo como consecuencia la desintegración cultural y marcó en mayor medida los prejuicios que se tenían hacia los pueblos originarios.

En el ámbito político y educativo mexicano, ha habido diversos cambios estructurales, reformas que se apegan a los acuerdos internacionales y que exigen al docente desarrollar espacios de aprendizaje flexibles en donde se prioricen las capacidades cognoscitivas, tecnológicas, de adaptación y que sirvan para que el estudiante se prepare para su vida laboral. Sin embargo, este tipo de educación recae en lo tradicional y solo beneficia a aquellos países que cuentan con la infraestructura necesaria para brindar una educación acorde a lo que se pide, mientras que los países con menor rango económico quedan rezagados y con pocas posibilidades de crecimiento. Por ello, la importancia de una educación que brinde una educación más humana, que visibilice las diferencias y que estas le sirvan para crear una mejor sociedad, crítica y reflexiva.

Mirar reflexivamente permitirá comprender mejor la existencia de sociedades multicontextuales, así mismo dará pauta a reconocer la importancia de la escuela y su labor educativa para el desarrollo de la educación intercultural, de tal forma que se atiendan y profundicen las necesidades de la sociedad actual, en donde el maestro desarrolle diversas estrategias para lograr una mejor convivencia para la paz, reconociendo la importancia de la diferencia. Todo lo anterior sin dejar de lado a la familia como pieza esencial de la base del desarrollo moral.

2.2 La Escuela como Comunidad de Aprendizaje

La globalización ha sido un parteaguas para que la comunicación y la interacción entre las personas cambie, pero no son los únicos aspectos que se han visto involucrados dentro de este fenómeno masivo, la tecnología, la moda, las redes sociales y las relaciones interpersonales se han llevado a otro nivel, por lo tanto, la educación también debería ser parte de un cambio que sea emancipador para la formación de una mejor sociedad.

Por ello, la escuela debe verse reinventada, considerando la multiculturalidad resaltada gracias a la interconexión mundial, lo que provoca un mayor realce de un etnocentrismo en donde los individuos interactúan desde su forma de ver el mundo, en muchas ocasiones considerando su cultura como la mejor, lo que provoca grandes desacuerdos que generan actitudes de odio, desprecio y discriminación hacia otros. Es por eso que la educación actual debe ser adecuada y encaminada hacia una sociedad democrática, con formación de valores morales, sentido de justicia, inclusión y equidad para la construcción de sociedades interculturales.

Por desgracia, los cambios educativos suelen ser demasiado lentos, pues a pesar de que en las aulas podemos encontrar una gran diversidad cultural, familiar, religiosa, lingüística, entre otros. Seguimos hallando modelos que sugieren que haya una sola autoridad que no se puede cuestionar, la del maestro, sin dar espacio para una comunicación o un intercambio de ideas, algo muy parecido al trabajo industrial. Hoy se sabe que el profesorado ya no es el eje de la educación, pues con la llegada

de las tecnologías mucho del conocimiento que se construye se hace a través de diversos medios, haciéndolo una actividad de participación colectiva.

La escuela es parte fundamental en la educación de las personas, desde edades infantiles hasta la adultez. De igual forma, desde tiempo atrás, la escuela es concebida como un espacio social y físico en donde los alumnos aprenden a convivir, pues la infraestructura permite el intercambio de ideas a través de diversas actividades que se pueden realizar dentro del salón o en los patios escolares. Por ello, por muchos años se ha visto como el lugar en donde se enseñan “buenos valores”, actitudes y creencias “correctas”, transmitidas por sus maestros.

La labor docente corresponde a la de formalizar una socialización democrática dentro de las aulas, actuando como un mediador, de tal forma que sea un trabajo que coadyuve la labor familiar, que es la de mayor peso en la vida de todo estudiante. Sin embargo, son diversos los factores que obstaculizan lograr esta democratización, entre ellos la escasa enseñanza de la tolerancia en la escuela, temas aislados que apoyen el pensamiento intercultural y el totalitarismo que no permite la participación de los alumnos en temas relevantes dentro del plantel. De igual forma, para que la escuela sea concebida como un espacio cultural será necesario que las personas en lo particular y la sociedad en su conjunto modifiquen ideas, expresiones, formas de hacer política, la convivencia, entre otros aspectos que favorezcan y den lugar a todas las culturas, sin ningún tipo de menosprecio.

Las instituciones educativas deben ofrecer calidad en la educación que enseñan a sus alumnos respecto al tema cultural, para que logren comprenderlo y valorarlo no solo dentro de la escuela, sino que la puedan trasladar a su entorno inmediato y reproducirlo en su familia, con sus vecinos, con su comunidad, que le permita forjar su identidad, basándose en la multiculturalidad y llevándolo hacia un camino intercultural, esto se logrará de mejor manera si se promueve la enseñanza a través de la convivencia grupal.

Actualmente las sociedades se han visto involucradas en un entorno más dialógico, por ello la educación escolar debe tomar en cuenta y dirigir a todos sus

estudiantes a la práctica y el aprendizaje por medio del diálogo, la comunicación, la interacción con otras personas con ideas diferentes para lograr disipar las diferencias y que estas sirvan como eje para lograr una mejor educación intercultural. El docente debe estar a sabiendas que las posibilidades de intervención en relación a la diversidad son tantas como la cantidad de situaciones diferentes que se puedan encontrar en el aula, pues los grupos y las personas manifiestan sus diferencias de formas distintas.

Al contrario de lo que se pudiera pensar y aunque pareciera que la diversidad representa obstáculos al momento de aprender, cada vez se apela a las Comunidades de aprendizaje, pues Palomar y García (2010) argumentan que se está demostrando que a través de la inclusión y la heterogeneidad e incorporando más recursos humanos en las aulas, es como se mejoran los aprendizajes de todo el alumnado y la convivencia.

Para entender mejor qué es una Comunidad de Aprendizaje, la Secretaría de Educación Pública (SEP 2017) establece que es una forma en que funciona una comunidad escolar, en donde el aprendizaje es el objetivo principal y se da por medio de la convivencia. Para que esto suceda debe haber disponibilidad de información sobre los contenidos y estrategias educativas, abrir espacios para que se revisen de forma colectiva y en caso de ser necesario, reformularlos, este modelo debe ofrecer oportunidades iguales en la sociedad del conocimiento.

El desafío es entonces el de atender la diversidad desde la escuela, se comenzó primeramente con la universalización, que se refiere a la integración de una gran parte de las niñas, niños y jóvenes a la vida estudiantil, sobre todo de aquellos con dificultades en el acceso o de bajos recursos económicos, lo que permitió que los alumnos se involucraran en cierta medida con otros, pero bajo una educación homogeneizadora, que tomaba poco a consideración el hecho de la existencia de la diversidad. Esta homogeneidad surge buscando cubrir las necesidades educativas de los estudiantes, para combatir el rezago y la cobertura, pero trajo consigo consecuencias negativas como la desigualdad, la clasificación, la exclusión y marginación, sobre todo de aquellos alumnos carentes de privilegios sociales,

económicos y familiares.

La escuela tiene como principales agentes de aprendizaje el diálogo, la comunicación y la interacción entre los distintos actores de la comunidad, por lo tanto, lo que aprende un infante no dependerá solamente de lo que vea en la escuela, si no de la correlación que existe entre el aula, el hogar y la calle. Entonces, es fundamental la necesidad de transformar a las escuelas en comunidades de aprendizaje que sean integradas por miembros del contexto interno de las mismas, siendo estudiantes y educadores quienes participen en el aprovechamiento del aprendizaje compartido y colaborativo.

Lo anterior no es sencillo, pues el profesorado se enfrenta diversas adversidades dentro del salón de clases, como es la violencia escolar generada por la poca regulación de emociones negativas, fomentada en muchas ocasiones desde el hogar, que conducen al educando a la intolerancia provocada por el poco ejercicio dialógico establecido en la sociedad. Por ello la importancia de que la escuela como institución tenga esclarecidos los roles que cada uno de los participantes desempeña, sin llegar al totalitarismo y dando apertura a la posibilidad de cuestionar sin perder el marco de la confianza y el respeto.

Para que las comunidades de aprendizaje se puedan dar en un ambiente democrático, participativo y de diálogo será necesario la participación de todos los involucrados, maestros, alumnos y familia, con el fin de conseguir los aprendizajes necesarios. Con estos elementos se podrá conformar mejor una sociedad del conocimiento, pues como se enmarca en el Plan y Programas de Estudio (SEP, 2017) “se necesitan capacidades cognitivas para afrontar la saturación de información; socioemocionales para establecer redes de colaboración; y la movilización de ambas para lograr los objetivos individuales y colectivos, siempre que se consideren las consecuencias éticas de los actos” (p. 450). De esta forma, aprendiendo, respetando y aceptando a la diversidad como una característica normal y que ayude a la resolución de cualquier tipo de conflicto.

2.3 La Escuela como Espacio de Convivencia Democrática y Participativa

La escuela, después del hogar, es el espacio más adecuado para enseñar la participación colectiva y la democracia, para que lo anterior sea posible, es necesario observar cuales son las formas en que los actores escolares se desenvuelven dentro del espacio educativo, tanto a maestros, alumnos, padres de familia y cualquier otro que influya dentro de la educación escolar en torno a la toma de decisiones. Regularmente cuando se aborda el término democracia, se piensa en la forma de gobierno de nuestro país, en donde la participación ciudadana es un derecho que cobra valor para la elección de gobernantes, sin embargo, esto no se reduce a una parte de la vida política dentro del estado, pues la democracia es fundamental para la valoración de la diversidad y la pluralidad.

En apartados anteriores, se menciona que la educación inclusiva se pretende desarrollar para asegurar el derecho a la educación para todas las alumnas y alumnos, sin importar sus características o diferencias, atendiendo la diversidad y satisfaciendo las necesidades educativas de los estudiantes, viendo las diferencias como un impulso para mejorar y no como una dificultad. En ese sentido, la palabra democracia tiene un valor esencial dentro de las concepciones educativas. Para concebir de mejor manera el término democracia, es necesario entender que es el conjunto de relaciones interpersonales que se establece entre los integrantes de la comunidad escolar, ésta caracterizada por el respeto a los derechos de los demás, así mismo a la aceptación de normas y reglas establecidas para mantener una convivencia pacífica y armónica.

Para lograr entender la importancia de la convivencia democrática se debe hacer remembranza y pensar que anteriormente la educación era exclusivamente de las personas privilegiadas, políticos, clérigos, miembros del ejército, funcionarios, entre otros pocos que tenían la solvencia y posicionamiento dentro de la sociedad que les permitían obtener el beneficio de la educación. Posteriormente, ya con el surgimiento de nuevos pensamientos y la visión de los derechos humanos se trató de extender el beneficio para más personas, uno de los primeros visionarios fue el pensador Jan Amos Comenius, un gran educador que pensaba que la educación debería ser para

todos, hombres y mujeres, algo que para el momento histórico que se vivía era muy revolucionario. Otra de sus principales aportaciones fue ser el primero en anexar ilustraciones a los libros de texto, con la finalidad de que los niños logran entender mejor la información, la cual, anteriormente era solamente en texto. Este tipo de acciones forman parte de sucesos históricos y pilares dentro de la educación que hoy en día conocemos.

Pareciera contradictorio pensar que hoy en día se quiere lograr declarar a la escuela como un lugar que promueve la democracia y que prepara a sus alumnos para ser ciudadanos que actúen acordes a los preceptos que marca la misma, esto debido a que desde el principio de la historia de la educación, la escuela como institución no era democrática, por el contrario, se basaba en un modelo completamente totalitario, en donde el docente era el único que podía tener la palabra, el que se tenía que ser escuchado, el centro de la educación. En la actualidad, eso sería inconcebible, pues la educación consiste en que los alumnos y futuros ciudadanos aprendan a socializar, preparándose así para una convivencia armoniosa como adultos, dentro de una sociedad que cambia muy rápidamente.

Las instituciones educativas deben conseguir la participación de los estudiantes dentro de sus aulas y de sus planteles, esto promovido en todo momento por los docentes, logrando así eliminar la pasividad y propiciando la contribución activa por medio del diálogo de los actores escolares más importantes, los alumnos. Así la escuela pasaría de ser un lugar autoritario en donde las niñas y niños se dedican a seguir ordenes sin cuestionar o reflexionar sobre las mismas, para convertirse en la mayor fuente de creación del pensamiento crítico. Claro está, que lograrlo no es sencillo, pues antes de promover la autonomía y el pensamiento reflexivo, el docente debe hacer un trabajo interno y cuestionarse si cuenta con él.

Lo anterior requiere de una vocación y compromiso docente, tal como lo marca Tedesco (2010) al afirma que “Los docentes, sean del tipo que sean, deben estar fuertemente comprometidos con los valores de la justicia social, del respeto a las diferencias, pero también deben tener un fuerte profesionalismo que permita enseñar la complejidad” (p. 29). Se debe trabajar en conjunto y con la consigna de que el

maestro debe ser un profesional con el compromiso hacia sus alumnos y los conocimientos que estos adquieren, pero sin dejar de lado los valores de justicia social, solidaridad y cohesión social.

Para que estos espacios democráticos funcionen de manera exitosa la institución escolar debe estar organizada de la misma forma, los docentes deben estar capacitados para promover la igualdad y la equidad, conocer las diversas estrategias a utilizar para democratizar la escuela, en este caso elegir a los mediadores para prevenir y transformar las actitudes de los estudiantes y elegir los procedimientos de evaluación de acuerdo a las necesidades, de tal manera que la participación democrática pueda aprovecharse efectivamente.

Por lo tanto, el reto de la educación actual es poder superar barreras y estructuras sociales establecidas, que impidan lograr una convivencia de tipo democrática y participativa, implicando desde la concepción de cada uno de los participantes educativos, la mejora de las prácticas pedagógicas, los métodos y los contenidos que son parte de la formación del maestro.

2.4 Principios Filosóficos de la Pedagogía de la Diferencia

La historia de la humanidad ha sido marcada por ser conflictiva desde sus inicios, a lo largo del tiempo situaciones como la esclavitud, la violencia de género, la discriminación, las guerras, la exclusión de sectores sociales, la marcada situación de las minorías, son solamente algunas de las dificultades que desde siempre han existido y que a pesar de que en la modernidad se ha tratado de crear una conciencia para eliminar este tipo de problemáticas, ha sido muy difícil, pues son escenarios que las personas han solidificado al pasar de los años y son tan arraigadas que incluso algunos consideran estos actos atroces como parte de la naturaleza humana. Una forma en que la humanidad ha tratado de erradicar estos males es con la educación y a través de las instituciones educativas, creando espacios físicos que permitan a los individuos desde la infancia crear relaciones con otros, en donde se establezca la comunicación como una forma de resolver conflictos y así fortalecer una cultura de

paz.

Por lo anterior es que la escuela ha tomado un papel fundamental en la historia de la humanidad, así como en la sociedad, ya que a lo largo del tiempo se ha visto a esta institución como formadora de valores y en los últimos años se han tomado en cuenta aspectos que trascienden más allá de la escolarización y la adquisición de conocimientos encaminados hacia el ambiente laboral, debe ser vista como un sitio en donde se oriente hacia la afectividad, emotividad, expresión de sentimientos y emociones de manera correcta, encaminando el conocimiento, las destrezas y actitudes que formen en conjunto una buena calidad de vida para ellos mismo y las personas que los rodean. La importancia radica también en que la escuela es el medio ideal para llegar a toda la población, pues no hay otro contexto que asegure un alcance tan amplio como la educación.

Es claro que la sociedad está constituida por una gran variedad de culturas, esto se atribuye a la multiculturalidad, que anteriormente era vista como un obstáculo para la convivencia armónica, en donde las culturas dominantes eran las únicas beneficiadas, esto predispone a las personas a no aceptar lo diferente, lo que se traduce en expresiones de exclusión a otras ideas, lenguas, costumbres, religiones, entre otras diferencias.

A estas diferentes expresiones se les denomina lo otro, constituyendo la otredad como algo ajeno, que según Sosa (2009) lo menciona como “una concepción que establece especificaciones puntuales sobre la cultura del otro como la cultura periférica, el sujeto social que hizo su espacio cultural en los bordes” (pág. 12). Por lo que el reconocimiento del otro ha sido parte fundamental en los temas filosóficos de autores que proponen la necesidad de respetar la diversidad e identidad de cada individuo para lograr llegar a la trascendencia, la cual no es el demonio o sometimiento del otro, sino el respeto al otro.

Uno de los mayores pensadores que se atrevió a cambiar la forma de hacer filosofía fue Emmanuel Lévinas (2000), quien observó que en occidente la tendencia filosófica se dirigía hacia el ser (la esencia), sin embargo, este tipo de filosofía había

conducido a la sociedad a pensar que lo más importante era el ser, el ego cartesiano, el ensimismamiento, dejando de lado aspectos éticos (pasiones y sentimientos). Lévinas insistía que deberíamos ponernos en el lugar del otro sin esperar nada a cambio, aceptar que según Aristóteles somos animales cívicos, que tenemos a lado a otro, el cual nos da lugar en el mundo. Dicho autor propone entender a la filosofía no como el amor a la sabiduría, sino como la sabiduría que nace del amor, creando una filosofía de la diferencia, en donde lo más importante no es el ser en concreto, sino la diferencia. Establece que debemos preocuparnos por el otro y no verlo como alguien a quien enfrentar, pues el yo es el resultado de que alguien nos haya cuidado, como la familia en muchos casos, es decir, que detrás hay otros.

Lévinas hace una reflexión sobre el otro y que responde a aquello que no soy yo, gracias a lo cual yo soy quien soy. Por lo regular, la relación del yo y el otro no se da en términos de reciprocidad. La autonomía del yo (creencias, formas de ser, de pensar, de actuar) son consecuencias posteriores del otro. Menciona que la ética no se basa en el ser, sino en la relación, pues cada uno de nosotros es la suma de las relaciones que se tengan. Para este autor el punto de partida del pensamiento filosófico parte del reconocimiento y no del conocimiento, pues a través de los otros me veo a mí mismo. La relación cara a cara es fundamental para el autor. Establece que en lugar de preocuparnos por la verdad nos preocupemos por el prójimo, por ello, se opone a muchos de los preceptos de la ciencia y la tecnología, pues a pesar de los avances tecnológicos, pareciera que el amor por la verdad nos hubiese hecho olvidar al amor por el prójimo.

De la misma forma, se debe entender a la mismidad como la condición de ser uno, de la construcción de la identidad personal, del conocimiento que se tiene sobre uno mismo y que se contrapone al concepto de otredad. Muchos de los problemas sociales son derivados de aquello que no forma parte de la mismidad y que se convierte en un estigma, Castiblanco (2006), menciona tres tipos de estigmas con los que se suele identificar al otro: “El primero está relacionado con las abominaciones del cuerpo. El segundo con los defectos del carácter del individuo. Por último, están los estigmas tribales de la raza, la nación y la religión” (pág. 3). Dichos estigmas han

marcado históricamente los mayores conflictos de la humanidad y han pronunciado a la diferencia como un obstáculo para la convivencia armónica.

Lo anterior, invisibiliza lo que realmente debería ser tomado a consideración, como los sentimientos, las emociones o pensamientos del otro, dejando de lado el ensimismamiento para velar también por el bienestar del otro. Cuando se habla de alteridad, se debe entender que existe una división entre un yo y un otro, y que formamos parte de esos dos componentes, por lo tanto, al hacer referencia de la alteridad implica ponernos en el lugar del otro, alternando las representaciones propias con las ajenas, en otras palabras, es comprender al otro, pero regresando a nuestra mismidad.

Parte fundamental de los problemas de la sociedad desde sus inicios, ha tenido que ver con la falta de la práctica de la alteridad. La familia, como base social suele educar a los hijos con el principio de buscar siempre su beneficio, muchas veces sin pensar en las repercusiones que pudiera tener en el otro o el daño que le pudieran generar.

La alteridad representa la voluntad de entender al otro, propiciando relaciones de armonía y paz, debe ser indispensable para entender y sobre todo aceptar las diferencias de las personas, sin dejar su identidad a un lado, en el caso contrario de no existir una alteridad, la relación entre dos diferentes se tornaría imposible, pues sus visiones se confrontarían y no hubiera comprensión entre ambos. En referencia a esto, González (2007) nos dice que es a través de la interacción con el otro que se puede conocer los aspectos que antes no se sabían del otro, de tal forma que el yo cree ideas e imágenes que, sin este intercambio, no se darían y de esta manera se podrá llegar al reconocimiento del otro que no soy yo.

El ser humano va creando su personalidad o su mismidad en el transcurso de su vida, para su desarrollo interfieren factores que lo rodean y lo hacen ser uno mismo, por lo que para lograr definir su ser tendrá que interactuar con otras personas y elementos socioculturales. La escuela debe ser una de las bases para que el alumno pueda lograr entender al otro y llegar a la alteridad, el cual es un estado más profundo

del pensamiento, fuera de la mismidad.

Para Enrique Dussel (1995), la alteridad hace referencia a pensar el mundo desde otra perspectiva, desde la exterioridad, alternando con el otro y que tendrá como consecuencia el reconocimiento de la diferencia, dando la importancia al otro. Al respecto Fernández (2015) habla sobre el ejercicio de la dialéctica, mencionando que:

Mediante el lenguaje el yo trasciende sus propios límites y se aproxima a la alteridad radical a la que el otro le invita a través de la palabra, en tanto que el yo únicamente puede salir de sí por la llamada del otro que se produce en la relación cara-a-cara. (pág. 12)

Una vez que la convivencia sea armónica, surgirán otros conceptos fundamentales, la fraternidad y la solidaridad, los cuales, aunque parecieran sinónimos no lo son, pues el primero se refiere a la unión entre las personas con un fuerte vínculo afectivo, que se caracteriza por el interés del bienestar mutuo, en donde los vínculos de afecto semejantes a hermanos derivan a una buena unión, comunicación y correspondencia. Mientras que la solidaridad la define Páez (2013), como “un valor humano, es decir como la posibilidad que tienen los seres humanos de colaborar con los otros y además posibilita crear sentimientos de pertenencia” (pág. 43).

En la práctica educativa, se pueden mencionar ejemplos claros de la falta de aceptación, cuando los estudiantes no admiten las ideas o posturas de sus otros compañeros por su forma de pensar, ellos se ensimisman y no se preocupan por los demás. En el grupo de tercer grado se pueden encontrar algunas situaciones que remarcan la poca comprensión hacia los sentimientos y emociones que existen entre compañeros, por ejemplo, en alguna ocasión uno de los alumnos no pudo controlar el sentimiento de tristeza derivado de situaciones familiares, por lo cual se me acercó y me comentó que se encontraba muy afligido y soltó en llanto, por lo que lo escuché atentamente, pues era lo que necesitaba, alguien que lo escuchara, sin embargo pude notar que algunos de sus compañeros al darse cuenta de lo sucedido soltaron algunas risas en tono de burla, para lo cual tuve que actuar inmediatamente y explicar que todos tenemos problemas y que el llanto es una forma de desahogo.

Por ello, este proyecto también busca sensibilizar a los alumnos, partiendo de la premisa que la educación debe dejar de educar al otro y empezar a educarse con el otro, es decir dejar que la enseñanza sea unilateral y se vuelva bidireccional, aceptando que el otro es semejante y diferente a mí, en la estructura de la escuela debemos aprender con el otro, aprender desde su mismidad y desde la postura de la otredad, un pensamiento utópico pero a lo cual no podemos renunciar si se quieren hacer cambios sustanciales en la sociedad y mejorarla.

CAPÍTULO III

FUNDAMENTACIÓN DE LA MEDIACIÓN PEDAGÓGICA DESDE LA PEDAGOGÍA DE LA INTERCULTURALIDAD

3.1 La Relación entre Cognición y Contexto

Hablar de emociones requiere de tomar en cuenta la diversidad de dimensiones como es la parte cognitiva, el contexto, la historicidad del alumno, la comunidad, las formas de aprender, todas estas características permitirán tener una visión más amplia y que permita lograr el desarrollo del aprendizaje y su vinculación con las competencias que permitan desenvolver al alumno de una mejor forma en la sociedad. La enseñanza y el aprendizaje es un reto de construcción permanente para los docentes, la práctica educativa debe tener presente en la mayor medida de lo posible las variables que pudieran influir en las dinámicas de los integrantes escolares, una de ellas sin duda, es el contexto del alumno. Cuando se habla de este último, se hace alusión a los entornos educativos, que van más allá de los espacios físicos escolares, se refiere a un todo como son las condiciones externas que rodean al alumno, los factores sociales, la estructura y los espacios escolares.

La importancia del contexto en el proceso de enseñanza-aprendizaje radica en lo inseparable e indispensable que es para el alumno todo tipo de contacto con lo que lo rodea, tanto social como material, pues en sus interacciones con la realidad es como se posibilita a poder descubrirla. Cabe señalar que los contextos no son inamovibles, pues se encuentran en constante cambio, construyéndose dinámicamente gracias a la interacción que hay entre quienes lo conforman. Por lo tanto, dentro de las escuelas, el entorno educativo abarca más que los espacios físicos en donde se enseña, sino que debe tomar en cuenta la convivencia entre los actores escolares, las dinámicas de organización, las actividades propuestas por el docente, entre otras. Lo anterior conlleva entonces a considerar que cualquier tipo de planteamiento educativo debe priorizar la relación de la escuela con el ambiente en donde se desenvuelve el infante.

El primer entorno que se debe considerar es la institución escolar, pues es en

donde tiene mayor injerencia el docente, se entiende a ésta como un medio que rodea al alumno y que influye para que logre conseguir los resultados que se planteen, pues como lo menciona Álvaro B. (1992) “la concepción de la educación es el resultado de la interacción entre individuo y medio ambiente, entendiendo a la escuela como un medio ambiente”(pág.6), es decir, un medio donde se tiene que rodear al infante para conseguir resultados que se ajusten en la posibilidad, a los deseos y objetivos, perseguidos por la educación formal.

Este medio ambiente también será influenciado por la relación que la escuela establezca con otros agentes educativos como son la familia, la calle y los medios de comunicación cada vez más presentes en la cotidianidad de la vida de los estudiantes, pues serán factores poco controlables pero que se deben tomar a consideración en la tarea educativa. Tomando en cuenta lo anterior, se puede aseverar que la educación tiene lugar en el seno de la vida social, de su relación con el entorno físico y de las relaciones interpersonales que se formalizan durante el proceso educativo.

Otros tipos de factores más específicos que se deben tomar en consideración y que condicionan el proceso de enseñanza-aprendizaje son las realidades de cada uno de los estudiantes, es decir, su calidad de vida, las interacciones con sus familias, la situación económica, de salud, la influencia cultural, etc. Así como la realidad que se vive en el centro educativo, como el edificio escolar, la formación de los docentes, la metodología empleada con los estudiantes, el acceso a materiales educativos como las tecnologías de la información, entre otros. Por ello, es imprescindible que las instituciones escolares estén abiertas a considerar la realidad del contexto social en la que se encuentran adentrados los alumnos, ya que este tipo de elementos pueden ser determinantes para la construcción del aprendizaje y suprimir o no considerarlos únicamente traería como consecuencias mayores dificultades, como rezago, ausencia o la deserción escolar.

Sin duda, el contexto es inseparable de los alumnos y de sus compañeros sociales, luego de haber considerado las variables que pudieran surgir se puede pensar hasta qué punto los propósitos educativos son viables. Piaget desde su

perspectiva, sostenía que el desarrollo de los individuos eran el resultado de un complejo proceso que contemplaba no sólo factores biológicos, sino que también la experiencia y las interacciones sociales, es decir, que el aprendizaje no está completamente determinado por el desarrollo del individuo, que necesita contemplar el descubrimiento por parte del sujeto y su interacción con la realidad. Acentuando a la situación escolar, se debe hacer énfasis en la participación de los estudiantes con su medio ambiente o contexto inmediato, considerando al proceso cognoscitivo como algo colaborativo en donde las interacciones sociales serán esenciales para crear futuros ciudadanos funcionales para el desarrollo de una mejor sociedad.

Es entonces que la importancia de la convivencia cobra un valor fundamental, Lev Semionovich Vygotsky apunta que el individuo y su desarrollo son el resultado de un proceso histórico y social, en donde el lenguaje desempeña un papel esencial. Para entender mejor su enfoque se desarrollarán cinco conceptos fundamentales dentro de su teoría: las funciones mentales, las habilidades psicológicas, la zona de desarrollo próximo, las herramientas psicológicas y la mediación, las cuales serán de apoyo para profundizar las implicaciones educativas que tiene la interacción del entorno físico y social con los alumnos, pues es en la escuela en donde se presentan constantes intercambios de diálogos, convirtiéndola así en un sitio ideal para que se presenten intercambios culturales activos.

Lev Vygotsky (1885 – 1934), fue un psicólogo precursor de las concepciones sociales y sus repercusiones con el aprendizaje, a él se le atribuye el término constructivismo social, el cual indica que las interacciones sociales del individuo determinan las funciones sociales del pensamiento, pues parte de la premisa que el conocimiento se da a través de la interacción el sujeto con el entorno, entendiendo a este último y asociándolo con lo cultural y social, aunado a las características físicas. Rodríguez y Wanda (1999) señalan que la actividad mental propiamente del ser humano es caracterizada porque está culturalmente mediada, pues se desarrolla socio históricamente y surge de la actividad práctica.

Por lo anterior, hay que tener en cuenta que el aprendizaje está sumamente conectado con la propia cultura e historia de los estudiantes, pues Vygotsky (1979)

señala que “el aprendizaje del niño comienza mucho antes del aprendizaje escolar. El aprendizaje escolar jamás comienza de cero. Todo el aprendizaje del niño en la escuela tiene una prehistoria” (pág. 110), en otras palabras, cualquier alumno ya ha tenido experiencias previas antes de entrar a la fase escolar, por tanto, el aprendizaje y el desarrollo están relacionados desde los primeros años de su vida, con diferentes entornos tanto sociales como físicos, permitiendo así formar nuevos conocimientos.

De acuerdo con Vygotsky, las estructuras cognoscitivas no se originan ni se transforman con el simple hecho de pensar por parte del individuo, esto es más complejo, pues requiere de instrumentos y signos que proporciona la cultura, sin esta combinación de factores se torna difícil entender el desarrollo del pensamiento, en otras palabras, el pensamiento o conocimiento de cualquier persona lo recibe de las múltiples interacciones y estímulos exteriores, estos son transformados en un proceso propio, originando ideas o modificando sus estructuras anteriores.

Cuando el individuo pone en juego las habilidades psicológicas, es decir, las funciones mentales superiores, las cuales surgen en dos momentos cruciales, el primero es cuando estas se manifiestan en el ámbito social, mientras el segundo momento se manifiesta en el ámbito individual, por ejemplo, en el salón de clases el niño hace uso de la atención, la memoria, la formulación de ideas, las cuales son parte de los fenómenos sociales, para posteriormente transformarlas e interiorizarse para que sean parte del alumno.

Cuando se pasa de la función mental social a la individual, se llega al concepto de interiorización, el individuo se apropia de lo externo lo hace suyo, en primer momento depende de otras personas, pero al interiorizar el conocimiento adquiere las habilidades en donde es responsable de su actuar. Al proceso anteriormente mencionado Vygotsky lo llamó ley genética general del desarrollo psíquico, en donde el principio social está por encima del principio natural-biológico, por lo que el desarrollo psicológico del individuo no depende directamente de sí mismo, sino del complejo sistema de relaciones personales e interpersonales, es decir, la cultura.

Para entender mejor lo anterior, Vygotsky señala la existencia de dos tipos de

niveles evolutivos, el primero es el nivel evolutivo real (o nivel de desarrollo actual) y el segundo el de desarrollo potencial. El primero hace referencia al nivel de desarrollo de las funciones mentales de un niño, esto se refiere a todas aquellas actividades que el infante puede realizar por sí solo y que indican cuáles son sus capacidades mentales. El segundo nivel hace alusión a lo que el infante pueda hacer con el apoyo de otros, esto puede ser en actividades guiadas por adultos, de tal forma que pueda desarrollar de mejor manera la actividad que hace e incluso supere los límites de su capacidad actual, esto podrá hacer visible de cierta manera la dinámica del desarrollo y los procesos de maduración del individuo.

Se puede decir entonces que el niño aprende de acuerdo a su ambiente y considerando el crecimiento cognoscitivo como un proceso colaborativo, en donde los adultos o sus mismos compañeros que tengan un mayor avance en su desarrollo, puedan ayudar a dirigir y organizar el aprendizaje para que quienes aún no lo hagan, puedan dominarlo e interiorizar. Carrillo y Rodríguez (2007), señalan sobre lo anterior que “la zona de desarrollo potencial de un alumno no puede definirse sin la intervención del otro. De manera que es el otro el que abre el camino de acceso al yo, es el desarrollo posible el que define los precisos límites del desarrollo actual” (pág. 2).

Antes de lograr cruzar a la zona de desarrollo potencial se debe considerar una fase intermedia, a la cual Vygotsky adjudicó el nombre de zona de desarrollo próximo (ZDP). Vygotsky (1978), citado por Moll (1999) definen a la zona de desarrollo próximo como “la distancia entre el nivel de desarrollo actual, según determinado por la solución independiente de problemas, y el nivel de desarrollo potencial, según determinado por medio de la solución de problemas bajo la orientación de un adulto o en colaboración con pares más capaces” (pág.247). En otras palabras, la ZDP se entiende como una fase entre lo que ya son capaces de hacer y lo que aún no dominan, en esta zona los individuos tienen la posibilidad de aprender en el ambiente social, o sea en la interacción con los otros, es por eso que entre más interacción exista el conocimiento será más amplio.

Se puede cerciorar lo que propone el concepto planteado sobre la zona de desarrollo próximo, relacionándolo con lo que sucede muy comúnmente en el salón de

clases al observar que los estudiantes tienen la capacidad de acoplarse con sus iguales, de integrarse con sus compañeros y así participar en diversas actividades que por sí solos les costaría más trabajo realizar, y de esta forma las puedan culminar de manera satisfactoria, lo anterior se llevará a cabo a través de las interacciones en un proceso de aprendizaje social, mediado por el lenguaje. La labor del maestro será la de ser un observador y así reconocer cual es la mejor forma en que aprenden sus alumnos, de tal forma que le permitan crear ambientes dinámicos en donde los educandos construyan y reconstruyan su conocimiento.

Las aportaciones teóricas de Vygotsky son las bases a tener en cuenta y muy presente que el espacio físico y cultural tienen un papel crucial, pues de esta forma el considera que el aprendizaje es estimulado mediante la interacción con otras personas, vivencias, contextos, culturas y diversas situaciones en donde las acciones del individuo toman un sentido que permiten dar significado a las creencias y conceptos, se debe tener presente que los espacios que lo permitirán son en primera instancia la familia, posteriormente la escuela y la sociedad en general, partiendo de lo general (social), hasta llegar a lo individual.

La función de la escuela será entonces como la de una fuente de aprendizaje y de crecimiento humano por el nivel tan alto de contacto social que ocurre en ella. Así mismo, el maestro requiere entender que su responsabilidad radica en apoyar el aprendizaje de todos sus alumnos, así como propiciar la convivencia armónica que permitan desarrollar mejores ambientes de aprendizaje. Dentro de esta convivencia cobra importancia la educación emocional, la cual forma parte de todo individuo, sus procesos cognitivos y que afectan en gran medida, generando dificultades cuando no son correctamente estimuladas.

Uno de los conceptos a considerar en la educación es el de la mediación, la cual se entiende comúnmente como el proceso por el cual se pretende establecer una mejor comunicación entre dos o más partes, esto con el fin de que dichas partes tomen acuerdos para la resolución de algún conflicto. La mediación busca transformar situaciones problemáticas de diversos contextos, mejorando la relación y propiciando mejores ambientes de comunicación. Este proceso deberá ser llevado a cabo por una

persona que actúe como mediador que ayude a las partes implicadas a resolver sus diferencias hasta llegar a acuerdos en donde todos acepten de manera consensuada y satisfactoria.

El maestro como mediador debe tener rasgos positivos que beneficien los contextos educativos y que faciliten los acuerdos constructivos, promoviendo la comprensión de las diferencias culturales, superando prejuicios, estereotipos, racismo, reduciendo tensiones y favoreciendo un clima escolar pacífico e intercultural, valorando la diversidad como algo positivo, considerando el aspecto emocional de los alumnos, y en definitiva, beneficioso para la creación de nuevas relaciones entre personas con diferentes formas de pensar.

3.2 Las Habilidades Socioemocionales como Proceso Educativo

Como se había mencionado anteriormente, los procesos mentales de los individuos son contingentes de los entornos en donde se desenvuelven, estos pueden ser físicos, pero los que cobran mayor importancia e impacto en la vida de las personas, son los sociales. Estos permitirán desarrollar aprendizajes significativos que formen ciudadanos y una mejor sociedad. Es así que, el desarrollo humano resulta de la interacción entre las personas y la cultura, pero adjudicando valores especiales en la familia y la escuela, de tal forma que cuando un niño observa comportamientos agresivos, violentos y de poco control emocional por parte de los adultos, tienden a imitarlo, pues lo normalizan y lo interiorizan como parte de la vida cotidiana. Por ello es que podemos encontrar estudiantes con conductas pasivas, introvertidas, excesivamente extrovertidas y de poca regulación emocional.

Diversos estudios han demostrado que los niños que logran desarrollar mejores formas de expresar sus emociones tienden a ser más felices, más confiados y por consiguiente logran alcanzar mejores resultados escolares. Estas bases permitirán que los educandos se vuelvan adultos responsables, atentos con sus semejantes y productivos. Actualmente, la modernidad y la globalización hacen que las personas se enfrenten constantemente a desafíos emocionales, si bien, desde que se forma parte

de la vida, desde el nacimiento, las emociones están presentes de forma natural, los desafíos que existen sobre ellas se hacen cada vez más evidentes en la vida actual, se vive en una modernidad en donde la rapidez y la impaciencia imperan, lo cual la torna agitada, apresurada, riesgosa, lo que ha repercutido en los niños, volviéndose más propensos a la irritabilidad y la ira.

Se debe tener en cuenta, que las emociones están inmersas en cualquier índole de la vida y su proceso evolutivo, que van desde el desarrollo de la comprensión del mundo, la comunicación, las interacciones sociales, el aprendizaje, el desarrollo de la moralidad, entre otras, lo cual repercute también las decisiones que se toman a diario. Sin embargo, a pesar de que el tema emocional está presente en todo momento, se le suele dar poca relevancia y casi no se le da importancia a las presiones a las que los infantes se enfrentan en cada una de sus etapas de desarrollo.

La atención por lo regular se enfoca hacia el conocimiento curricular, pues la educación tradicional busca más que el alumno actúe como un mero receptor y retenedor de conceptos, lo cual, ahora se sabe que educar es más que impartir conocimientos, es contemplar un desarrollo complejo de las personas, integral, en donde se deben desarrollar diversas capacidades en el alumno, como son las cognitivas, morales, sociales, físicas, de lenguaje, afectivas y que se deben llevar de la mano junto a la necesidad de educar las emociones. El principal lugar en donde los niños desarrollarán las emociones será en la familia, posteriormente en la escuela, de esa forma, la labor del docente será la de educar hacia una inteligencia emocional, logrando erradicar lo que algunos autores denominan como analfabetismo emocional.

Tal como lo menciona López (2005), sobre la importancia de contemplar a las emociones como un contenido para educar y que favorezca el desarrollo integral de las personas:

Su importancia debe ser contemplada como un contenido más a educar para favorecer el desarrollo integral de las personas. La educación no es una tarea fácil y menos en las primeras edades en la que los niños y niñas necesitan la ayuda del educador o educadora. No es tan sólo un reto para la escuela educar emocionalmente

a los niños, sino que también lo es educar a todos aquellos agentes, tanto maestros, como familiares, monitores, etc., que se encargan de favorecer el crecimiento personal de estos niños y niñas (pág. 155).

La palabra emoción tiene una basta diversidad de definiciones, que van desde un estado psicológico de duración corta y espontánea, originados por un estímulo, pero según Bisquerra (2000), citado por López (2005) “Una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o una perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (pág. 155). Mientras que para Guedes y Estramiana (2010) las emociones “son el reflejo de estados afectivos personales y colectivos, influyen en las relaciones interpersonales y grupales y expresan nuestras reacciones ante los valores, costumbres y normas sociales que dan cuenta de las diferencias culturales” (pág. 33). Estas concepciones muestran que una emoción es correspondiente del entorno en que se desenvuelve un individuo, pues afectarán directamente en la vida de toda persona.

Las emociones tienen un papel fundamental en la vida de las personas y su desarrollo, pues en el entorno social permiten el fortalecimiento de los vínculos afectivos, pues necesitamos de los otros para conformarnos, en la toma de decisiones, para hacerlas de manera consciente y responsable, éstas tendrán mucho que ver con los valores que cada individuo posee, de igual forma, permitirá extender la creatividad así como tener una capacidad de afrontamiento ante situaciones complicadas de la vida cotidiana.

Por ello, la escuela como institución tiene la labor de procurar el bienestar personal y social de todos sus alumnos, refiriéndose al bienestar como la experiencia de emociones positivas como el amor, la alegría, el optimismo, etc. Brindando las herramientas necesarias para que el estudiante aprenda a regular de forma apropiada las emociones negativas como la ira, la tristeza o el miedo. Esto permitirá que los alumnos puedan verse favorecidos para una vida futura, permitiendo expandir el panorama de su visión del mundo de una forma más positiva, beneficiando así la calidad de su vida. Lo anterior, no tiene como finalidad solamente propiciar el

desarrollo individual, por el contrario, es trascendental, pues su objetivo es procurar el bienestar de todos, procurando en todo momento al otro. Es entonces que la educación escolar tiene grandes ventajas, pues después de la educación en casa, es la que tiene mayor impacto en cada uno de los individuos que pasan por ella, pues es a través de las instituciones educativas que se tiene un alcance mayor hacia la población.

Por otro lado, en muchas ocasiones la realidad de las familias no beneficia al buen desarrollo de las capacidades emocionales de los infantes, pues no siempre se encuentran capacitadas o preparadas para educar de forma correcta las competencias sociales o emocionales, a lo que se suma que la preparación de los docentes tampoco es basta, encontrándose con complicaciones para el desarrollo de las habilidades emocionales. Por ello la necesidad de establecer una responsabilidad que se comparta entre la escuela y las familias, con el fin común de mejorar la calidad de las relaciones de los infantes. Por lo cual, el primer paso será el de crear conciencia de la importancia del desarrollo de la inteligencia emocional, formando no solo a los educandos, sino también a los docentes y las familias.

Haciendo remembranza sobre el término de inteligencia emocional, se debe mencionar que los primeros en utilizarlo fueron los psicólogos Peter Salovey y John Mayer (1990), el cual emplearon para describir cualidades emocionales que repercuten en la vida de todas las personas, como son: la empatía, la expresión y comprensión de los sentimientos, la capacidad de adaptación, la capacidad de resolver problemas de forma interpersonal, el respeto, la amabilidad, etc. Este concepto fue retomado posteriormente por Daniel Goleman (1995), impulsándolo hacia la conciencia pública y un tema de interés, que va desde la vida laboral, escolar y en sociedad.

La inteligencia emocional o coeficiente emocional (CE), no se refiere al grado de coeficiente intelectual de los individuos (CI), tiene que ver con las características de la personalidad o también llamado carácter. Salovey y Mayer (1990) citado por Shapiro (2016), definen a la inteligencia emocional como “un subconjunto de la inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos y emociones propios, así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esta información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones” (pág. 32).

Por otro lado, Goleman (1995) citado por Jiménez (2018), define a la inteligencia emocional de la siguiente manera “Es la capacidad para reconocer los sentimientos propios y los de los demás, motivarnos a nosotros mismos, para manejar acertadamente las emociones, tanto en nosotros mismos como en nuestras relaciones humanas” (pág. 458). Se puede decir que las capacidades sociales y emocionales pueden repercutir en mayor medida, incluso más que las capacidades intelectuales, dicho de otra forma, tener una inteligencia emocional elevada puede ser más significativa para alcanzar un mayor éxito en la vida.

Para lograr el desarrollo de la inteligencia emocional, se debe educar social y emocionalmente, esto es reconocer las emociones, saber expresarlas, establecer límites, empatizar con los demás, aceptarse a sí mismo y a los demás, establecer acuerdos de forma dialógica, manteniendo un clima de respeto en todo momento para poder resolver cualquier conflicto. Bisquerra (2015) establece que la educación emocional “es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral” (pág. 156).

Por lo mencionado anteriormente, será fundamental tener acciones desde los primeros años de educación escolar del infante, favoreciendo así no solo las capacidades intelectuales, sino también las emocionales. Es por eso que la Secretaría de Educación Pública establece el planteamiento de incluir en su currículo a la Educación Socioemocional, estableciéndose como un proceso de aprendizaje en donde las niñas, niños y adolescentes puedan integrar a su vida elementos que le permitan comprender y lograr manejar sus emociones, así como la de establecer vínculos con sus compañeros.

La Educación Socioemocional, según la SEP (2017), tiene como propósito fundamental:

Que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante

experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida (p. 518).

Para trabajar la Educación Socioemocional se propone trabajar cinco dimensiones: autoconocimiento, autorregulación, autonomía, empatía y colaboración. Para la realización del presente trabajo se hará énfasis en la autorregulación, la cual es necesaria y se vincula con las otras dimensiones, esta se entiende como la capacidad de regular la conducta y al momento de expresar emociones el alumno lo haga de manera adecuada y consciente, de tal forma que se dé cuenta y logre visualizar el impacto de la expresión de sus emociones con las demás personas, en otras palabras, que el niño logre regular lo que siente y hace. Es importante establecer que no es lo mismo regular que reprimir, pues el primero tiene como principal función que el alumno logre reflexionar y no actuar impulsivamente.

Sin duda, trabajar las emociones permitirá no solamente al alumno crecer de manera personal, también permitirá hacerlo con las familias y los docentes que estén dispuestos a mejorar y contribuir para mejorar la calidad de las relaciones humanas y así lograr cimentar una mejor sociedad en general para las futuras generaciones.

3.3 Ritmos y Estilos de Aprendizaje Diferentes en los Alumnos

La educación actual exige una mayor conciencia en los docentes respecto a tomar a consideración las diferencias que existen en la escuela, la diversidad entre los alumnos ya no debe ser tomada como un factor que entorpezca el quehacer educativo, por el contrario, así como la globalización favorece avances e innovaciones en aspectos como la tecnología y la comunicación, la educación debe progresar hacia el trabajo intercultural y para la interculturalidad.

Sin embargo, a pesar de los avances obtenidos en materia educativa para tomar en cuenta temas sobre el desarrollo personal y social, aún sigue muy presente que las

escuelas trabajen de forma homogénea con sus alumnos, pues durante mucho tiempo se tuvo la creencia de que todos los alumnos podían aprender de la misma forma, tener las mismas sensaciones al estar dentro del salón de clases o el mismo comportamiento. Este tipo de enseñanza fue estandarizando la forma en que se educa y dejando de lado aspectos de personalidad, estilos de aprendizaje, ritmos en que se aprende y las emociones.

Por lo tanto, no todos los estudiantes se benefician de las estrategias homogeneizadoras, suelen ser pocos los niños que se favorecen por este tipo de aprendizajes que se imparten en la escuela tradicional. Respecto a lo anterior Cabrera (2007), menciona que únicamente se respetan los ritmos y estilos de aprendizaje de aquellos educandos que de alguna manera y a pesar de un sistema que no considera las características individuales de los estudiantes, logran beneficiarse con estos métodos y derivado de esto, tienen un desempeño escolar que entra en la “normalidad” marcada.

Por lo tanto, aquellos alumnos que presentan pocos problemas de aprendizaje, que tienen las facilidades intelectuales, emocionales y conductuales, lo cual, en consecuencia, termina afectando a la mayoría de los estudiantes de un aula de clases, pues cuando los estudiantes presentan dificultades de tipo cognitivo, conductual o afectivo, se ven excluidos, al ser considerados un problema por parte del docente y no saber afrontar esas diferencias.

Derivado de lo anterior, las niñas y niños que tienen dificultades para adquirir los aprendizajes no logran conseguir lo establecido por el currículo del sistema educativo, por lo tanto, tienen un bajo desempeño. Para los dos tipos de casos que se mencionan, se puede notar que se basan en lo que se denomina educación tradicional, pues no toman en consideración los diversos factores que pudieran repercutir en la educación de cualquier individuo, y que están más propensos a fracasar en su vida escolar.

En los tiempos modernos, en el campo educativo se ha hecho un mayor énfasis en poner atención en la forma que aprenden los alumnos, es ahora que se habla más

sobre los estilos y ritmos de aprendizaje, pues es considerado algo relevante que el docente sepa cómo reconocer y atender la diversidad que pueda encontrar dentro de su salón de clases. Hoy en día, gracias a las investigaciones que se han realizado sobre el tema, se pueden encontrar diversas herramientas que pueden apoyar a saber cuáles son los estilos de aprendizaje y de esa manera intervenir para que el alumno logre obtener el mayor beneficio de lo que aprende.

Cabe resaltar que no hay una sola definición establecida para los estilos de aprendizaje, para Smith (1988), citado por Mora y Martínez (2015) son “los modos característicos por los que un individuo procesa la información, siente y se comporta en las situaciones de aprendizaje”. (pág. 512), estos también dependerán de lo que el alumno sabe previamente y del contexto en el que se desenvuelve.

Respecto a los estilos de aprendizaje, la Secretaría de Educación Pública (SEP 2017), los define como:

La conjunción de distintas capacidades cognitivas, sociales y emocionales en cada persona implica que los modos más eficientes para aprender pueden variar de estudiante en estudiante. La diversidad de estilos de aprendizaje requiere ciertas condiciones de disponibilidad de material, espacio, saturación de estudiantes por grupo, y formación docente. (p. 663).

En otras palabras, los estilos de aprendizaje son las preferencias que los estudiantes tienen al momento de pensar, la forma individual que tienen para retener, almacenar y comprender la información que se les proporciona. Lo anterior se ve influido por diversos componentes como son características fisiológicas, psicológicas, sociológicas, biológicas y emocionales. De esta forma, el educando procesa la información, construye su aprendizaje y lo exterioriza hacia su realidad.

Para considerar el uso de metodologías que permitan tomar en cuenta de forma más integral las cualidades y características individuales de los alumnos, el docente dentro de su plan de acción, debe considerar elementos tales como el contexto en el que se desenvuelvan, los intereses de sus alumnos y sobre todo, los ritmos y estilos de aprendizaje, los cuales podrá identificar de diferentes maneras, la observación

constante, las entrevistas, las anotaciones en los diarios de campo y la aplicación de test que permitan visualizar de forma gráfica cuál es la forma predominante en la que aprenden los alumnos y así poder apoyarlos buscando las vías más adecuadas para facilitar el aprendizaje.

Existen diferentes formas de saber cuáles son las principales formas de aprender de los alumnos, para la realización del presente trabajo se tomó en cuenta el Modelo de la Programación Neurolingüística de Bandler y Grinder, pero más comúnmente conocido como modelo visual – auditivo – kinestésico (VAK), este modelo sugiere que el individuo tiene tres formas en particular de representar la información mentalmente o también se pueden manejar como canales de percepción.

Cabe mencionar que cada persona tiene distintas formas de procesar la información que adquiere, los modelos únicamente sugieren formas de representar cómo es que lo hacen, con cuál de los canales acostumbra a utilizar más y de qué forma lo hace menos. Estos sistemas de representación no son totalitarios, es decir, pueden variar y cambiar dependiendo de la actividad que realiza el alumno, tampoco son buenos o malos, por el contrario, apoyan en saber de qué manera un alumno puede adentrarse mejor al aprendizaje y se aprenden en la interacción con los demás.

Según este modelo, el sistema de representación visual se refiere a la utilización del sentido de la vista como medio principal de aprendizaje, esto es, que los alumnos logran aprender mejor cuando pueden leer o ver la información, por lo regular, la gente que aprende mayormente de esta forma tiende a absorber de mejor manera mayores cantidades de información, la capacidad de entender lo abstracto también forma parte de esta forma de aprender.

Otra de las características importantes es que las emociones se logran distinguir muy fácilmente en la cara de quienes tienen como preferencia esta representación. Otro tipo de representación es el auditivo, en este los alumnos consiguen aprender mejor cuando reciben explicaciones de manera oral y así ellos también logran explicar lo que aprenden de la misma forma, de esta manera logran expresar sus emociones verbalmente. Por último, se encuentra el sistema de representación kinestésico o

cinestésico, en este estilo de aprendizaje los estudiantes procesan de mejor forma la información utilizando su cuerpo, sus sensaciones y movimientos, regularmente eso sucede en aquellas personas que practican algún deporte, en este estilo de aprendizaje se dice que en ocasiones quienes la utilizan suelen ser más lentos de aprender que con los otros estilos, pero no es así, sino que cada quien tiene un ritmo distinto de procesar la información, la manera en que suelen expresar sus emociones es a través de sus movimientos corporales.

Cabe mencionar que, para el ejercicio de este trabajo, se logró rescatar que los tres estilos de aprendizaje fueron muy recurridos, obteniendo un ligero mayor porcentaje en el apartado kinestésico, específicamente con un 40%, luego un 30% de aprendizaje de tipo visual y un 30% en el apartado auditivo. Al momento de realizar el test de VAK, se hizo tratando de ser lo más objetivo posible en lectura de los resultados obtenidos. No obstante, hay que tener en cuenta lo que menciona García (2013):

“Las personas proporcionan información sobre sí mismos contestando preguntas de sí o no, o seleccionado opciones de entre varias. La desventaja de esta forma de instrumento radica en que las personas que los contestan pueden reflejar lo que piensan que son más que la realidad en sí misma. Hay también test de figura (para estilos cognitivos), entrevistas, reportes de observación y análisis de productos de aprendizaje (tareas y actividades)” (pág. 52).

Por lo anterior, la observación constante debe ser una actividad por parte del profesor para identificar las variables que no se pudieran mostrar en alguna prueba.

Por otro lado, un estilo de aprendizaje no es determinante en la vida estudiantil de una persona, pues este puede cambiar por distintos motivos, pero sí puede ayudar al maestro a tomar decisiones respecto a cómo afrontar las posibles dificultades que se presenten a lo largo de un ciclo escolar. También se debe decir que los estilos de representación mencionados anteriormente dependen mucho de la persona que los utiliza, pues tal como lo dice Cabrera (2007) “utilizar más un sistema implica que hay sistemas que se utilizan menos y, por lo tanto, que distintos sistemas de representación tendrán distinto grado de desarrollo” (pág. 30).

La labor del maestro será la de propiciar a la creación de condiciones en favor del aprendizaje mediante distintas actividades, tomando como punto de partida los resultados de los test que aplique por lo regular al inicio de la elaboración de un proyecto de intervención, con esto podrá hacer que sus alumnos logren potenciar aquellas representaciones o formas de aprender en donde presenten mayores dificultades. Por ello se dice que los estilos pueden ser aprendidos, mediante una figura a la cual seguir, la cual puede ser el docente.

Los estilos que muestre un niño dependerán también de la socialización de los alumnos, pues los niños imitan a las personas con las que se desenvuelven, por lo regular toman como ejemplo a aquellas cercanas y que los son agradables, por ejemplo, las figuras de mayor influencia en la familia, como el padre o la madre, y en la escuela, el maestro o los compañeros con los que tiene mayor interacción. Por el contrario, si las experiencias que tienen son desagradables adoptarán lo apuesto.

Ante este panorama, pude darme cuenta que el grupo es diverso y que para atender las necesidades será necesario establecer diversas estrategias dentro de las planeaciones, tomando en cuenta a todos los alumnos, siendo flexible para adecuar las actividades cuando sea necesario. Entonces, el trabajo del maestro deber ser de creador de espacios cooperativos y de regulación emocional, siendo ejemplo en todo momento. Dentro de este trabajo será necesario implementar dentro de las estrategias el uso de materiales visuales, auditivos y también de aquellos que permitan al alumno la manipulación de objetos.

Para finalizar, se puede concluir que los estilos de aprendizaje son las características individuales que cada persona tiene, los cuales indican cual es la forma de aprender. Esto se entiende como que todos los alumnos tendrán la posibilidad de aprender, cada uno de distinta forma, pero si se buscan los medios adecuados se puede lograr el objetivo, el cual es lograr el aprendizaje. El maestro actuará como un mediador que permita ser un puente hacia el éxito en la vida escolar de sus estudiantes.

3.4 Un Currículo Basado en la Diversidad-Campo Formativo de la RIEB

Actualmente la sociedad atraviesa por una serie de cambios derivados de la globalización imperante, es notorio como diferentes aspectos de la vida, como la tecnología, la comunicación, las relaciones interpersonales, entre otros rubros van cambian, se van actualizando, así lo tiene que hacer la educación. Por ello, la importancia de la incorporación de la inteligencia emocional en el currículo educativo.

A lo largo del tiempo diversos estudios han comprobado que la inteligencia académica no es suficiente para alcanzar las mejores condiciones de vida, así como en lo profesional o en el camino hacia la felicidad, pues son las habilidades emocionales y sociales las que brindan estabilidad a las personas para la creación de mejores lazos afectivos, lo que se traduce a una mejor convivencia armónica en la sociedad. Autores como Peter y Salovey (1990), remarcan la importancia de la inteligencia emocional como una habilidad que se puede desarrollar a lo largo de la vida, para ello proponen cuatro componentes a tomar a consideración:

- Percepción y expresión emocional: Reconocer de forma consciente las emociones para lograr identificar sentimientos y así la persona sea capaz de darle una etiqueta verbal.
- Facilitación emocional: Es la capacidad de generar sentimientos que puedan facilitar el pensamiento.
- Comprensión emocional: Integrar lo que sentimos dentro del pensamiento, así como saber considerar que los cambios emocionales requieren de una complejidad.
- Regulación emocional: Lograr dirigir y manejar en lo mayor de lo posible las emociones, tanto positivas como la alegría y negativas como puede ser la ira, de forma eficaz. (p. 2)

La escuela es un lugar idóneo para que el alumno logre desarrollar estas habilidades de una forma adecuada, llegando así a la regulación emocional, lo cual permitirá comprender no sólo sus propias emociones de forma intrapersonal, también

las de sus compañeros de clase, así como las de las personas que lo rodean, logrando competencias sociales o interpersonales que lo beneficien. Para lograrlo, primeramente, el docente debe estar en un entendido que la educación emocional es tan importante como la educación intelectual o el coeficiente intelectual, sensibilizando sobre su importancia, la de su actuar y su constante formación profesional hacia las emociones. Con lo anterior, el docente deberá lograr propiciar un clima de seguridad, confianza y respeto con sus estudiantes.

Son diversos los autores que mencionan que la mejor forma de desarrollar la inteligencia emocional es a partir de edades tempranas, es decir, desde que el alumno inicia su vida escolar, de tal forma que acceder primero a las competencias socioemocionales sea primordial, obteniendo así las habilidades que le permitan comunicar, regular y expresar sus emociones, logrando con esto establecer una convivencia con sus compañeros de clase, respetando y apreciando las diferencias que pueda encontrar, pues la educación no solo es para el bienestar personal, se debe trascender hacia el desarrollo integral de las personas en su comunidad y en la sociedad en general, y la escuela debe ser el vehículo que impulse la conciencia emocional en todas las personas. Tal como lo menciona Bisquerra (2011):

La educación emocional, con la intención de promocionar el bienestar consciente en la infancia y adolescencia es una responsabilidad social en la que están implicados el mundo educativo, las familias, la Administración pública y la sociedad en general. Es importante que la ciudadanía tome conciencia de ello. Más allá de la satisfacción de las necesidades básicas, las personas necesitan sentirse bien y ser conscientes de ello. Pero esto necesita aprenderse. (pág. 55)

La educación básica en su mapa curricular presenta cuatro campos de formación que se van desarrollando a lo largo de los niveles educativos preescolar, primaria y secundaria. Dichos campos de formación son:

- Lenguaje y comunicación.
- Pensamiento matemático.

- Exploración y comprensión del mundo natural y social.
- Desarrollo personal y para la convivencia.

La RIEB 2011, reestructura las competencias que se refieren al campo formativo de desarrollo personal y para la convivencia, pues ahora favorece a la inteligencia emocional, respondiendo a las demandas de la sociedad actual. La SEP (2011), establece que este campo hace referencia a las actitudes y los procesos de la construcción de la identidad personal y de las competencias emocionales, sociales, la comprensión y regulación de las emociones, así como la habilidad para establecer relaciones interpersonales, promoviendo la autorregulación y los límites de la conducta.

Es con la asignatura de Formación Cívica y Ética que la educación primaria continúa con la construcción de la identidad del alumno, así como seguir fomentando el desarrollo de las competencias emocionales y sociales. De acuerdo con la SEP (2011), la finalidad de esta asignatura es “que los alumnos asuman posturas y compromisos éticos vinculados con su desarrollo personal y social, teniendo como marco de referencia los derechos humanos y la cultura política democrática” (pág. 54).

Para la RIEB, es importante que el conocimiento esté de la mano con las relaciones interpersonales e intrapersonales, siendo como principio esencial la convivencia, la cual se debe formar con diversos ejercicios como el debate, las experiencias, los dilemas morales y éticos, así como también la función de cada persona y su rol en la sociedad. En este campo formativo se favorece en gran medida el trabajo colaborativo dando sustento a la confianza comunitaria, de esta manera los estudiantes se pueden integrar mediante sus diferencias, aceptando que cada uno es diverso y por lo consiguiente es una oportunidad para crecer en aspectos cognitivos y de habilidades. Ahora bien, la formación del desarrollo personal y social, inicia desde la primera etapa de la educación básica, en este caso el preescolar, trabajando con las actitudes y la formación de la identidad personal, competencias emocionales sociales, siendo la primera institución que enseña y acuerda reglas y normas que deben respetarse.

Posteriormente a la RIEB, precede el Nuevo Modelo Educativo (2017) en el cual la educación socioemocional ocupa un lugar de mayor trascendencia en la educación básica, pues, aunque la Reforma del 2011 fue la pauta, principalmente en la educación preescolar en donde se introdujeron criterios y elementos para lograr una educación más integral, es hasta este momento que se incluye dentro del currículo como un ente a valorar con los alumnos, marcado en Plan y Programa 2017, Aprendizajes Clave para la Educación Integral a la Educación Socioemocional como parte de las Áreas de desarrollo Personal y Social, junto a las Artes y la Educación Física. Dicho Plan, SEP (2017), deja en claro que estas áreas “aportan al desarrollo integral del educando y, especialmente, al desarrollo de las capacidades de aprender a ser y aprender a convivir” (pág. 108)

Por lo anterior, dicho proyecto busca generar condiciones favorables para desarrollar la inteligencia emocional de los alumnos, considerando los aspectos y la diversidad que se presenta en el aula de clases. El papel del docente será el de un mediador del aprendizaje que logre crear climas armónicos que permitan dinamizar al grupo en cada una de las actividades que se propongan, desarrollando propuestas y siendo un modelo de referencia, de tal forma haya una coherencia entre lo que se quiere enseñar y lo que el alumno pueda observar respecto a la regulación emocional. En todo momento el maestro deberá mostrar una actitud de empatía y flexibilidad, que permita que el educando se sienta en confianza para participar en las dinámicas que se propongan. Lo anterior deberá también tomar en cuenta la participación de otros agentes que intervengan en la educación del alumno, ya sea de forma directa como la familia, o de forma menos marcada como son los otros docentes.

CAPÍTULO IV

ESTRATEGIAS Y METODOLOGÍAS DE INTERVENCIÓN

4.1 Presentación del Proyecto

A continuación, se muestra el diseño del proyecto de intervención, el cual surge y se deriva de la observación, acción y reflexión realizada en el grupo de tercer grado de la Escuela Primaria “Miguel Hidalgo y Costilla”, en el cual se observó que los alumnos presentan dificultades para regular sus emociones, lo cual repercute no solo en su aprovechamiento escolar, también en su desenvolvimiento social para convivir en armonía con sus compañeros.

Por ello, decidí enfocar mi trabajo de investigación hacia el ámbito socioafectivo, para que los alumnos logren desarrollar una correcta inteligencia emocional, por lo que el proyecto lleva como nombre “Educación Socioemocional: Estrategias para favorecer la autorregulación en los alumnos de tercer grado”. Estableciendo la aplicación de estrategias didácticas, con la finalidad de favorecer la autorregulación emocional en los alumnos de tercer grado, que les ayuden a generar las competencias necesarias para solucionar conflictos de forma pacífica, con la finalidad aprender a convivir en la inclusión y el aprecio de la diversidad. Del objetivo general del proyecto se derivan algunos objetivos específicos establecidos para alcanzar la meta establecida y que surgirán en las planeaciones posteriores en este mismo capítulo.

Por lo anterior, este proyecto tiene como finalidad el desarrollo de las diversas competencias que se mencionan en el Plan de Estudios 2011 de la Reforma Integral de Educación Básica (RIEB 2011), pues la educación básica tiene como responsabilidad la formación de ciudadanos con un mejor asentamiento de valores, así como la de brindar las herramientas necesarias para lograr relacionarse en una sociedad en constante cambio y dinámica. Para ello, la institución educativa debe ser un espacio capaz de proporcionar al alumno la oportunidad de interactuar y apreciar la diferencia, favoreciendo en todo momento una convivencia armónica, con una correcta regulación de emociones, en un ambiente de respeto, solidaridad y

responsabilidad.

Antes de mencionar las competencias a desarrollar, se tiene que precisar que el sociólogo Philippe Perrenoud sugiere que estas se refieren a la capacidad de movilizar la variedad de recursos cognitivos de las personas para poder afrontar diversas situaciones o problemáticas. Cabe mencionar que las competencias según Díaz, M. (2008) “no son en sí mismas conocimientos, habilidades o actitudes, aunque movilizan, integran y organizan recursos” (pág. 155), pues dependiendo de la situación por la que esté pasando el alumno será la operación mental que deberá realizar para la resolución de algún conflicto.

El Plan de Estudios 2011 contempla cinco competencias a desarrollar a lo largo de los tres niveles de la educación básica, para este proyecto con un enfoque socioafectivo se pretende formar y forjar un desenvolvimiento de alguna de ellas. competencias para el manejo de situaciones, la cual se refiere a la forma en que los alumnos logran tomar decisiones teniendo en valoración las consecuencias de las mismas, afrontando el fracaso, la frustración y la desilusión.

Otra de las competencias a desarrollar son las competencias para la convivencia, las cuales implican lograr relacionarse armónicamente con otros y con la naturaleza, llevando a cabo un trabajo de colaboración, escuchando a los demás para tomar acuerdos y negociaciones que beneficien a la comunidad, reconociendo así la cultura misma, la de los otros y la diversidad social, logrando un ambiente de armonía y de beneficio mutuo.

Otra de las competencias que este proyecto pretende favorecer, es la Competencia para la vida en sociedad, pues se necesita desarrollar en los alumnos un pensamiento crítico hacia el uso de valores, las normas sociales y culturales, dicho pensamiento deberá estar guiado a favor de la democracia, la paz, la libertad, el respeto por los derechos humanos, así como en contra de todo aquello que ponga en peligro la dignidad de las personas.

El modelo pedagógico va encaminado hacia el aspecto socioafectivo, puesto que se pretende lograr que los alumnos logren regular aquellas emociones que no le permitan lograr una convivencia armónica o que obstaculicen sus metas hacia una cultura de la paz, pues además de tradicionalmente enfocarse a conocimientos y habilidades, debe ser un apoyo para mejorar actitudes y trabajar en valores, garantizando ciudadanos conscientes y críticos para una mejor sociedad.

En anteriores apartados se ha especificado el tema central a trabajar en el grupo de tercer grado, el cual concierne a la autorregulación de las emociones, pues en la actualidad se considera un aspecto esencial que las personas puedan gestionar mejor su forma de expresar sus emociones, esto permitirá hacer que se desenvuelvan mejor con otras personas y debe ser un aspecto esencial en el desarrollo integral desde edades tempranas. Por lo tanto, la metodología para realizar el presente trabajo se basó en el método de investigación-acción, que se apoya por una serie de estrategias que se describirán detalladamente, éstas fueron seleccionadas conscientemente, de tal forma que los principales agentes responsables de la educación de los infantes se vieran involucrados, esto abarca no solo a los alumnos, también a los padres de familia y a los docentes.

4.2 Estrategias de Acción para la Resolución del Problema

Después de haber identificado la problemática principal, el siguiente paso es el de seleccionar las estrategias didácticas adecuadas y acordes al grado de los alumnos, para que tengan un impacto positivo en ellos. Se debe recordar primeramente que una estrategia didáctica según Tebar (2003), citado por Flores (2017), menciona que son “procedimientos que el agente de enseñanza utiliza en forma reflexiva y flexible para promover el logro de aprendizajes significativos en los estudiantes” (pág. 13). Algunas de las estrategias que se proponen son: Debates, juegos didácticos, trabajos colaborativos, lluvias de ideas.

Es importante mencionar que dichas estrategias se podrán utilizar de manera flexible durante cualquier momento de las clases, pues pueden ser desarrolladas al

inicio, desarrollo o cierre. Con ellas se fomentarán la creatividad, la colaboración, las habilidades cognitivas, la escucha activa, la comunicación, el trabajo grupal, la autonomía, el autoconocimiento, la autorregulación, entre otras características a desarrollar con el alumno. A continuación, se presentan algunas de las estrategias pedagógicas que han sido sustentadas y comprobadas como eficaces para el desarrollo de habilidades socioemocionales y que se implementarán dentro del salón de clases con los alumnos, con el fin de lograr los objetivos establecidos en este proyecto. Cabe mencionar que dichas estrategias sustentadas por el Programa Aprendizajes Clave 2017, a continuación una breve descripción de ellas:

- Aprendizaje situado: se refiere a que el maestro busque que cada uno de los estudiantes a su cargo se sientan parte de su comunidad, rodeados de afecto y respetados en todo momento, de tal forma que se sientan valorados por ser ellos mismos. De esta manera se crearán ambientes armónicos de aprendizaje, base fundamental para que los educandos aprendan de sus semejantes y se sientan en la confianza de poder expresar sus emociones.
- Aprendizaje dialógico: en todo momento el diálogo será imprescindible, el maestro debe guiarlo para que sea pedagógico y que sirva para el autoconocimiento, así como que el alumno pueda contrastar sus ideas con las de sus compañeros, autorregulando en todo momento sus emociones para que, en caso de que haya disentimientos puedan llegar a soluciones pacíficas. Para ello se pondrán en juego dimensiones como la autonomía, toma de decisiones en colectivo, empatía y la colaboración como expresión de solidaridad.
- Aprendizaje basado en el juego: existe una diversidad de estudios que demuestran que los niños aprenden mejor cuando desarrollan juegos que permitan motivar su imaginación, así como el aprendizaje lúdico, de tal manera que pueda mejorar su cognición y habilidades socioemocionales.

Para la realización del presente proyecto de intervención, se pretenden desarrollar estrategias de regulación emocional propuestas por Bisquerra (2011), las

cuales toman en cuenta el objetivo de este trabajo, así como los intereses de los alumnos. Estas estrategias que se presentan a continuación son el fundamento de las actividades que se implementan a lo largo de las planeaciones posteriores:

- **Distanciamiento temporal:** Este se refiere a alejarse momentáneamente de aquel estímulo que provoca una situación de ira o frustración, con el fin de valorar de forma más objetiva el problema que se tiene que afrontar, para que posteriormente pasado un tiempo (minutos), se puedan tomar mejores decisiones.
- **Aceptar la parte de responsabilidad en el conflicto:** Es decir, lograr reconocer que en un problema la responsabilidad no es en muchas ocasiones culpa de una sola persona o del “otro”, es aceptar la parte que le corresponde dentro del conflicto y que ayuda a disolver la ira que se pudiera presentar.
- **Actitud positiva:** Una forma de hacer una decline en las emociones negativas es el optimismo, el sentido del humor, pues mantener una actitud positiva en situaciones de conflicto o de extrema dificultad es lo que se asume como resiliencia, término que hace referencia a la capacidad de superar las adversidades que se presentan en la vida y que protege la salud emocional de las personas.
- **Reestructuración cognitiva:** Hace referencia al cambio del pensamiento, pues muchas veces estos se basan en las creencias inadecuadas que se tienen. Así, cambiando la forma de pensar pesimista o fatalista, se pueden reducir los pensamientos que no se ajustan a la realidad o que producen percepciones distorsionadas, generando actitudes de ira. Esta reestructuración cognitiva se logra a través de una interiorización y de un razonamiento para observar un panorama más favorable.
- **Reencuadre y resolución del problema:** Esta se refiere al análisis del problema para buscar y encontrar soluciones satisfactorias, pueden ser

alternativas, pero siempre pensando en las ventajas y posibles inconvenientes de cada una de las opciones, para posteriormente seleccionar la más adecuada. En todo momento se debe pensar que las equivocaciones forman parte del aprendizaje humano.

- Respiración y relajación: Una de las estrategias que más se utilizan en este proyecto y que son muy útiles, ya que engloban el aspecto no solo psicológico sino también el fisiológico. En lo físico se logra una disminución de la presión arterial, el ritmo cardiaco, la regulación de la respiración que aporta más oxigenación al cerebro, la disminución de la tensión muscular, a nivel químico, los niveles de segregación de adrenalina, entre otros beneficios.

Tomando en cuenta el seguimiento de estudio y así como el análisis, es indispensable concretar objetivos, de esta manera se tendrá una referencia de a dónde se quiere llegar con la investigación e intervención, de la misma forma dar entradas para el logro y desarrollo de nuevas intervenciones, programas y actividades que puedan suscitarse más adelante y ser retomadas. Se debe recordar que el objetivo general de este proyecto de intervención es el de Favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, que le permitan vivir en armonía. De la misma forma, se establecieron los siguientes objetivos específicos:

- Identificar el grado de habilidades asociadas a la autorregulación.
- Implementar estrategias didácticas que ayuden a favorecer y desarrollar la autorregulación de las emociones.
- Valorar mediante instrumentos de evaluación los avances de la autorregulación emocional de los alumnos.

Para trabajar la transversalidad en la Educación Socioemocional y que esta sea más efectiva se necesita trabajar en las cinco dimensiones socioemocionales propuestas en el Plan de Estudios 2017, las cuales son: El Autoconocimiento, la

Autorregulación, la Autonomía, la Empatía y la Colaboración. El trabajo del docente será el de abordar cada una de las distintas dimensiones para integrarlas en el alumno y lograr un correcto desarrollo de la inteligencia emocional.

El presente trabajo tiene como objetivo la implementación de estrategias que favorezcan particularmente la dimensión emocional de la Autorregulación, sin embargo, se deberá abordar de forma conjunta con cada una de las otras dimensiones. Uno de los retos que se pretende superar es el del tiempo, pues, aunque el currículo escolar propone media hora designada para la asignatura, la planeación escolar deberá ser pertinente para que la materia de Educación Socioemocional esté ligada intrínsecamente al trabajo que se tenga con las otras asignaturas (español, matemáticas, ciencias naturales, etc.) Estableciendo tiempo especiales y adecuando las actividades con las otras áreas de desarrollo, todo esto propiciando un ambiente de confianza y armonía, que permita que el educando pueda expresar sus emociones para una mejor convivencia.

4.3 Diseño del Proyecto

A continuación, se mostrarán las actividades desarrolladas en los planes para la realización del proyecto de intervención titulado “Educación Socioemocional: estrategias para favorecer la autorregulación de los alumnos de tercer grado de primaria.” Dichas actividades se llevaron a cabo en la Escuela Primaria “Miguel Hidalgo y Costilla”, de tipo rural, con clave 30DPR3538T, de la zona 270 y ubicada en Cosoleacaque, Veracruz.

COMPETENCIAS GENERALES	APRENDIZAJES ESPERADOS
<ul style="list-style-type: none"> • Competencias para el manejo de situaciones. • Competencias para la convivencia. • Competencias para la vida en sociedad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce cuándo las emociones ayudan a aprender y a estar bien y cuándo dañan las relaciones y dificultan el aprendizaje. • Identifica las sensaciones corporales asociadas a las emociones aflictivas, y calma y enfoca la mente en momentos de estrés. • Escucha a sus compañeros para enriquecer los propios procedimientos para resolver un problema. • Emplea técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación aflictiva. • Que los alumnos identifiquen cómo el pensamiento puede modificar el comportamiento que genera una emoción. • Emplea técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación aflictiva. • Emplea técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación aflictiva. • Emplea técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación aflictiva.
TRANSVERSALIDAD	Asignaturas de Español, Matemáticas, Artística, Formación Cívica y Ciencias Naturales.
OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICO
Favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, que le permitan vivir en armonía.	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar el grado de habilidades asociadas a la autorregulación. • Implementar estrategias didácticas que ayuden a favorecer y desarrollar la autorregulación de las emociones. • Valorar mediante instrumentos de evaluación los avances de la autorregulación emocional de los alumnos.

FORMATO DE PLANEACIÓN

ACTIVIDADES	COMPETENCIA INTERCULTURAL	RECURSOS	INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN	TIEMPO	FECHA
Matrogimnasia para padres.	Conciencia de la importancia de las emociones.	Bocina, Laptop, toallas grandes, palos de escoba, vasos de plástico, hojas de color, cinta delimitadora. Música para hacer los juegos: https://youtu.be/ zMf5hukqRU Música para hacer conciencia sobre la importancia de las emociones: https://youtu.be/aIK4I4BJ0JU	Autoevaluación Lista de cotejo	60 minutos	15 de junio
Al ritmo de mis emociones.	Conciencia de las emociones, expresión de las emociones, respeto.	Hojas blancas, plumones, bocina, cronómetro. Canción 1: https://youtu.be/iCEDfZgDPS8 Canción 2: https://youtu.be/ZbZSe6N_BXs	Heteroevaluación Escala estimativa	60 minutos.	22 de junio.
Experiencias agradables y Experiencias desagradables.	Comunicación asertiva, bienestar y trato digno hacia otras personas, expresión de las emociones.	Carteles, hojas, colores, cartulinas, bocina con audios, imágenes, Resistol, plumones, canciones, proyector, computadora.	Heteroevaluación Escala estimativa	Una semana, sesiones de 60 minutos.	27 de junio.

Me siento mejor.	Atención, conciencia de las propias emociones, expresión de las emociones, regulación de las emociones.	Aparato de sonido, música relajante, mobiliario escolar. Canción: https://youtu.be/ioc6sdgugo	Autoevaluación Lista de cotejo	60 minutos	4 de julio.
PRIMERA EVALUACIÓN DE SEGUIMIENTO			Técnica: Recogida de datos. Instrumento: Lista de cotejo.	60 minutos	6 de julio.
El ABCD para transformar la emoción.	Resolución de conflictos, responsabilidad, expresión de las emociones.	Imágenes ilustrativas, proyector, pizarrón, plumones, cuadernos. Sonidos relajantes del mar: https://youtu.be/xkUyIYfmTmg Pasos para dibujar una hormiga: https://youtu.be/rzoE5zaqDcs	Heteroevaluación Escala estimativa	120 minutos	7 de julio.
Mariposas en el estómago.	Bienestar y trato digno hacia otras personas, comunicación asertiva, regulación de las emociones.	Siluetas trazadas en hojas blancas, colores, plumones, pizarrón, canasta, imágenes de emociones, papelitos con las emociones aflitivas y no aflitivas escritas.	Autoevaluación Lista de cotejo	120 minutos	11 de julio.

PLANEACIONES ESPECÍFICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Actividad 1: Matrogimnasia para padres	
Objetivo general: Favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, para generar competencias necesarias que le permitan vivir en armonía y aprecio a los demás.	
Objetivo específico: Implementar estrategias didácticas que ayuden a favorecer y desarrollar la autorregulación de las emociones.	
Secuencia didáctica	
Inicio: <ul style="list-style-type: none">• Previamente enviar las invitaciones a los padres para la realización de la matrogimnasia, solicitar materiales sencillos como un palo de escoba, una toalla grande, un vaso de plástico y hojas de papel.• Antes de iniciar con las actividades, marcar líneas de señalamiento en el piso de la cancha para desarrollar los juegos.• Pedir a los alumnos que se formen en una de las líneas marcadas.• Pedir a los padres que se formen en otra de las líneas frente a los alumnos.• Comenzar con un calentamiento ligero moviendo diferentes partes del cuerpo como: cabeza, hombros, brazos, piernas, rodillas y pies.	Tiempo 15 minutos
Desarrollo: <ul style="list-style-type: none">• Una vez terminado el calentamiento explicar a los padres y alumnos lo que significa la palabra matrogimnasia y cuál es su objetivo, preguntar si alguna vez ya habían hecho alguna.• Solicitar a los padres que mantengan en todo momento una actitud positiva para los juegos y que vigilen a sus hijos para que no sufran alguna lesión o golpe durante los juegos.	40 minutos

- Comenzar con el primer juego titulado “El suelo es lava”, explicar las instrucciones del mismo:

1. Ocupar la mitad de la cancha, marcar dos líneas, una de salida y otra de meta.

2. Partir la hoja en cuatro partes iguales.

3. Los alumnos comenzarán en la línea de salida, tratarán de pasar a la siguiente línea pisando únicamente los cuadritos de las hojas que cortaron, no pueden pisar el suelo, pues el suelo está cubierto de lava, si caen o pisan fuera del cuadro deberán iniciar nuevamente.

4. Los papás estarán en la línea de meta apoyando con porras para que su hijo pueda conseguir llegar.

5. Dar unos minutos para que lo hagan, posteriormente los papás lo tendrán que hacer.

- Dar un par de minutos para recuperar el aliento e hidratarse.
- Posteriormente realizar el siguiente juego titulado “El equilibrista”, explicando las instrucciones del mismo:

1. Colocar el paso de escoba en el suelo, enrollar la toalla para completar el camino.

2. Con ayuda de mamá colocar el vaso en la cabeza del alumno.

3. Con los brazos abiertos el alumno deberá cruzar de un lado al otro el palo de escoba, mientras el papá le da indicaciones y lo apoya para que pueda realizar la actividad.

4. Realizar la misma acción, pero con el recipiente en la espalda, en los dos brazos, en los dos hombros, en la cabeza de espaldas, en la cabeza de forma lateral.

Terminar con aplausos por el esfuerzo.

- Dar un par de minutos para recuperar el aliento e hidratarse.
- El último juego a realizar será el titulado “El bastonero”, explicando las instrucciones del mismo:

<p>1. Primero los alumnos colocarán el palo en la palma de la mano, intentando equilibrarlo en todo momento.</p> <p>2. Realizará la misma acción en diferentes partes de su cuerpo: un dedo, parte superior de la mano, la rodilla y el pie.</p> <p>3. Ahora es turno de los papás de intentarlo.</p> <p>Animarlos en todo momento para que se apoyen, se den recomendaciones o se echen porras.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brindar un espacio para que descansen y se hidraten. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hacer un círculo en el centro de la cancha. • Pedir a los alumnos que se acerquen a sus padres y explicar la importancia de la motivación a los hijos, de no solamente estar al pendiente de la cuestión académica, sino también de la parte emocional del alumno, pues gran parte de su éxito proviene de la forma en que se comunican o se muestran afecto. Hablar sobre la importancia de la regulación emocional. Pedir que abracen a sus hijos y les den algunas palabras de cariño. • Darles un tríptico sobre la importancia de las emociones. • Dar las gracias por el tiempo destinado. 	<p>10 minutos</p>
<p>Evaluación: Autoevaluación, Lista de cotejo.</p>	
<p>Material: Bocina, Laptop, toallas grandes, palos de escoba, vasos de plástico, hojas de color, cinta delimitadora.</p> <p>Música para hacer los juegos: https://youtu.be/zMf5hukqRU</p> <p>Música para hacer conciencia sobre la importancia de las emociones: https://youtu.be/aIK4I4BJ0JU</p>	

Lista de cotejo - Autoevaluación

N°	Indicadores	Si	No
1	Es la primera vez que participó en una matrogimnasia junto a mi hijo (a).		
2	Mantuve actitud positiva a lo largo de las actividades.		
3	Estuve atento a las emociones que presentó mi hijo (a) en la realización de los juegos.		
4	Considero importante la motivación positiva para que mi hijo (a) pueda lograr sus metas.		
5	Las actividades que me involucran como padre son importantes para el desarrollo emocional de mi hijo (a).		
6	Estoy dispuesto a prestar más atención a las emociones de mi hijo (a) para su mejora personal.		
7	Considero que en casa se debe apoyar no solo en la parte académica, sino también en la emocional para lograr un mejor estado de bienestar de mi hijo (a).		
8	Estoy dispuesto a participar en actividades que me permitan acercarme más a mi hijo.		

Actividad 2: Al ritmo de mis emociones.	
Objetivo general: Favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, para generar competencias necesarias que le permitan vivir en armonía y aprecio a los demás.	
Objetivo específico: Examinar el grado de habilidades asociadas a la dimensión socioemocional: autorregulación.	
Secuencia didáctica	
<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iniciar con la postura “cuerpo de montaña”, en donde los alumnos tomarán una posición de relajación (cabeza erguida, espalda derecha, cuerpo relajado, manos sobre los muslos, ojos cerrados suavemente). • El docente deberá colocar las sillas alrededor del salón para que exista espacio para moverse. • Indicará que todos se coloquen en el centro del salón que cierren los ojos y escuchen con atención la música “Modest Mussorgsky - Night on bald Mountain”, con esta canción ellos representarán el sentimiento del enojo y la rabia. • Se les mencionará que con esa música deberán representar con gestos y movimientos corporales para que indiquen enojo. • Después se apagará la música y todos se sentarán en el centro del salón. • En binas se repartirá una hoja blanca y dibujarán lo que sientan con la música, el docente reproducirá la música en los estudiantes hacen su dibujo. • El docente les pedirá que les pongan nombre a las hojas elaboradas y que las entreguen. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ahora el docente reproducirá la música “Pharrell Williams – Happy”, y les indicará que bailen, dejándose llevar por el ritmo de la música (3 minutos) 	<p>Tiempo</p> <p>15 minutos</p>

Escala estimativa - Heteroevaluación

N°	Indicadores	DP	DNEU	DNEG
1	Mantiene disposición positiva para realizar la postura de relajación.			
2	Presta atención para escuchar la música propuesta y poder realizar la actividad.			
3	Logra representar con gestos y movimientos corporales el sentimiento de enojo o la alegría.			
4	Logra expresar mediante dibujos el sentimiento de enojo o alegría.			
5	Muestra disposición positiva para expresar los sentimientos que le provocan cada una de las canciones.			
6	Respeto la forma de expresar las emociones de cada uno de sus compañeros.			
7	Comparte sus ideas sin temor a expresar sus sentimientos.			
8	Escucha atentamente a cada uno de sus compañeros durante sus participaciones.			
9	Logra hacer conciencia de los beneficios de expresar sus emociones.			

(DP) Disposición Positiva, (DNEG) Disposición Negativa. (DNEU) Disposición Neutral.

Actividad 3: Experiencias agradables y Experiencias desagradables.

Objetivo general: Favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, para generar competencias necesarias que le permitan vivir en armonía y aprecio a los demás.

Objetivo específico: Examinar el grado de habilidades asociadas a la dimensión socioemocional: autorregulación.

Secuencia didáctica

Inicio:

- Gestionar un espacio cómodo y agradable para los alumnos, brindando la oportunidad a que cada infante decida utilizar materiales que coadyuven a la relajación guiada.
- Recordar brevemente qué son las emociones agradables y e invitar a que identifiquen aquellas que hayan experimentado a lo largo de la jornada.

Desarrollo:

- Mostrar y explicar la función de cada uno de los carteles que se tendrán a la vista del grupo.
- Poner a su disposición los materiales para que registren aquellas experiencias identificadas.
- Una vez identificada la experiencia, ubicarla en el cartel correspondiente según sea agradable o desagradable.
- Invitar a los alumnos de manera voluntaria para que compartan sus experiencias al interior del grupo.
- Archivar las experiencias recogidas a lo largo de la semana.

Cierre:

- Retomar las noticias agradables y mediante una lluvia de ideas que aporten sugerencias para seguir favoreciendo la convivencia armónica.
- Comentar las experiencias desagradables y entre el grupo aportar posibles soluciones para transformarlas en vivencias agradables.

Tiempo

Una semana

<ul style="list-style-type: none"> Elaborar una gráfica que muestre a los alumnos las experiencias dominantes a lo largo de la semana. 	
Evaluación: Heteroevaluación, Escala estimativa.	
Material: Carteles, hojas, colores, cartulinas, bocina con audios, imágenes, Resistol, plumones, canciones, proyector, computadora.	

Escala Estimativa – Heteroevaluación

N°	Indicadores	DP	DNEU	DNEG
1	Recuerda con participaciones orales cuáles son las emociones agradables y desagradables.			
2	Identifica cuáles son las emociones agradables y desagradables.			
3	Logra externar en los materiales proporcionados su sentir, ya sea una experiencia agradable o desagradable.			
4	Comparte de forma asertiva con sus compañeros las experiencias agradables o desagradables que tuvo a lo largo de la jornada de trabajo.			
5	Escucha con atención y respeto las experiencias de sus compañeros, haciendo conciencia de la importancia de tomar en cuenta los sentimientos de los demás.			
6	Aportar posibles soluciones para transformar las experiencias desagradables en vivencias agradables.			

(DP) Disposición Positiva, (DNEG) Disposición Negativa. (DNEU) Disposición Neutral.

Actividad 4: Me siento mejor.

Objetivo general: Favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, para generar competencias necesarias que le permitan vivir en armonía y aprecio a los demás.

Objetivo específico: Implementar estrategias didácticas que ayuden a favorecer y desarrollar la autorregulación de las emociones.

Secuencia didáctica

Inicio:

- Realizar ejercicios de respiración para poner al alumno en un estado de relajación.
- En el aparato de sonido reproducir la canción “J.S. Bach: The Violin Concertos” por un minuto y pedir que, cuando el sonido pare, levanten la mano. Luego solicitar a varios niños que completen la frase siguiente: “Yo quiero mucho a...”.

Tiempo

10 minutos

Desarrollo:

- Organizar al grupo por parejas. Solicitar que se sienten frente a frente y que se miren por un minuto en silencio. Pedir que miren a los ojos a su compañero y traten de identificar cómo se siente.
- Transcurrido el tiempo, promover que las parejas conversen por dos minutos sobre cómo se percibieron el uno al otro (tristes, alegres, cansados, apenados, tranquilos, enojados, temerosos).
- Solicitar que, nuevamente, guarden silencio durante un minuto y piensen en alguna situación que les permita sentirse tranquilos, felices, plenos.
- Pedir que observen el rostro y la mirada de su compañero, y que noten si hay algún cambio. Promover el intercambio de sus percepciones.

20 minutos

<p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Invitar a los alumnos a sentarse en su lugar nuevamente mientras escuchan la canción “J.S. Bach: The Violin Concertos”, por un minuto. • Reflexionar con el grupo sobre la importancia de observar a los demás e identificar sus emociones. 	<p>10 minutos</p>
<p>Evaluación: Autoevaluación, Lista de cotejo.</p>	
<p>Material: Aparato de sonido, música relajante, mobiliario escolar. Canción: https://youtu.be/ioc6sdgugo</p>	

Lista de cotejo - Autoevaluación

N°	Indicadores	Sí	No
1	Me sentí relajado al realizar los ejercicios de respiración.		
2	Logré formar equipo con algún compañero.		
3	Me sentí cómodo al hacer equipo con mi compañero.		
4	Pude conversar sin problema (pena, temor o enojo) con mi compañero.		
5	Pude identificar el sentimiento o emoción de mi compañero al observarlo.		
6	Respeté el turno de mi compañero durante la dinámica.		
7	Hablé sin temor de mis experiencias con mis compañeros de grupo.		
8	Creo que es importante observar a las personas para darme cuenta de cómo se sienten.		
9	Puedo utilizar lo que aprendí hoy en mi vida diaria.		

Actividad 5: El ABCD para transformar la emoción.

Objetivo general: Favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, para generar competencias necesarias que le permitan vivir en armonía y aprecio a los demás.

Objetivo específico: Implementar estrategias didácticas que ayuden a favorecer y desarrollar la autorregulación de las emociones.

Secuencia didáctica

Inicio:

- Iniciar con la postura “cuerpo de montaña”, en donde los alumnos tomarán una posición de relajación (cabeza erguida, espalda derecha, cuerpo relajado, manos sobre los muslos, ojos cerrados suavemente).
- Proyectar la primera secuencia de imágenes de “Mario, el amigo de Adriana” en donde muestra a Mario, un niño que tiene una situación problemática (construir una torre y dibujar una hormiga) y que no puede superar debido a su forma de afrontar el problema.
- Preguntar al grupo: ¿A ti te ha pasado no saber hacer algo y que después has aprendido a hacerlo?

Tiempo

10 minutos

Desarrollo:

- Comentar a los niños que todos nos enfrentamos a algo que no sabemos hacer en muchos momentos de nuestra vida, si no fuera así, no podríamos aprender cosas nuevas, no saber hacer algo, es una oportunidad para aprender, pero todo depende de la forma en que veas la situación, puedes verla como algo amenazante o terrible o puedes verla como una oportunidad para desarrollar una nueva habilidad o descubrir un talento. No nace sabiendo todo, qué aburrido sería eso.
- Proyectar la segunda secuencia de imágenes de “Mario, el amigo de Adriana”, en donde Mario construye la torre mientras Adriana lo observa detenidamente y le dice frases como: “Vamos muy bien”, “Qué bien te está quedando”, “Estas muy concentrado ahora y casi lo logras”, “Te

40 minutos

encanta construir torre”, etc. Así, Mario pudo construir su torre.

Pedir a los alumnos que ayuden a Mario a dibujar la hormiga que le pidieron de tarea, proporcionarles una hoja blanca y en el pizarrón apoyarlos con los pasos para poder hacer el dibujo, luego solicitar que la iluminen.

- Preguntar: ¿Te gustó dibujar la hormiga?
- Proyectar el ABCD para transformar cómo el pensamiento puede modificar el comportamiento que genera una emoción, pedir que lo copien en su cuaderno.

a) Situación: Lo que me pasa.

b) Pensamiento: ¿Cómo lo interpreto?

c) Emoción: ¿Cómo me siento?

d) Conducta: ¿Cómo actúo?

- Explicar que el ABCD es un caminito que suena muy sencillo para seguir y no se trata de negar lo que se está viviendo o sintiendo, sino de darse cuenta cómo se puede modificar un pensamiento, este modifica la emoción y finalmente modifica la conducta para estar bien con uno y con las demás personas.
- Mostrar en el proyector el ejemplo del ABCD del caso de Mario:

Situación: ¿Cuál es la situación?

Por ejemplo, en el caso de Mario: Estaba desesperado porque no podía armar una torre y tampoco sabía dibujar una hormiga.

Pensamiento: ¿Cómo lo interpretas o qué piensas acerca de lo que te está pasando?

Mario: Pensé que era algo imposible de hacer porque los bloques se caían y los dibujos que había hecho antes no me gustaban y pensaba que yo era pésimo para dibujar.

Emoción: ¿Cómo te hace sentir el pensar que eras pésimo para armar torres y malísimo dibujando y tener que hacerlo para tu exposición?

Mario: Sentía enojo de no poder armar la torre y miedo de que todos se iban a burlar de su dibujo y eso le hacía sentir muy triste y avergonzado.

<p>Conducta: ¿Cómo actuaste ante todo lo que pensaste y sentiste?</p> <p>Mario: Estaba desmotivado, ya quería tirar la toalla con lo de la torre y no quería dibujar, ni siquiera intentarlo, me di por vencido antes de intentarlo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comentar ¿Tú crees que Mario era pésimo para armar torres y dibujar? Pues no, en realidad, aprendió rápido, de hecho, es muy bueno y si práctica, mejorará mucho. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Para finalizar preguntar al grupo de forma general ¿Te das cuenta que, si cambias tus pensamientos con respecto a lo que te pasa, puedes transformar la emoción que sientes y, en consecuencia, tu conducta cambia? • Mencionar que antes de decir no puedo, hay que pedir ayuda, hay veces que lo único que piensas es que algo no se puede lograr. • Cerrar la actividad mencionando que: Así como Mario, tú puedes practicar el ejercicio del ABCD para transformar tus emociones cada vez que sientas que esta, te está rebasando, recordando que la expresión de las emociones ha de manifestarse con respeto y claridad para lograr la Autorregulación emocional. 	<p>10 minutos</p>
<p>Evaluación: Heteroevaluación, Escala estimativa.</p>	
<p>Material: Imágenes ilustrativas, proyector, pizarrón, plumones, cuadernos.</p> <p>Sonidos relajantes del mar: https://youtu.be/xkUyYfmTmq</p> <p>Pasos para dibujar una hormiga: https://youtu.be/rzoE5zaqDcs</p>	

Escala estimativa – Heteroevaluación

N°	Indicadores	DP	DNEU	DNEG
1	Tiene la disposición para realizar la postura de relajación.			
2	Observa atentamente las imágenes que se le presentan e identifica la situación de conflicto emocional que sucede dentro de la historia.			
3	Recuerda que en algún momento ha tenido dificultades para hacer una actividad.			
4	Comparte sus experiencias positivas o negativas sobre conflictos al realizar algunas actividades.			
5	Hace mención de la actitud que toma al realizar una actividad que le cause conflicto.			
6	Reconoce que las palabras de aliento pueden mejorar el estado de ánimo ante alguna situación conflictiva.			
7	Menciona algunas palabras que pueden ser de aliento para lograr tener una actitud positiva ante algún problema.			
8	Escucha con atención y respeto las propuestas de sus compañeros para mantener una actitud positiva.			
9	Enlista algunas situaciones en dónde podría implementar el ABCD para transformar la emoción.			

(DP) Disposición Positiva, (DNEG) Disposición Negativa. (DNEU) Disposición Neutral.

<p>trazadas, colores o plumones. Pedir a cada estudiante que saque una tarjeta.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indicar que según la emoción que les tocó, coloreen la zona o zonas donde es perceptible. <p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Al terminar la actividad, invitar a los alumnos a que reflexionen sobre la utilidad de conocer cómo reacciona el cuerpo ante la emoción. La sensación corporal es un indicador que permitir hacer consciente la emoción y, por lo tanto, facilita regularla. “Si siento que mi cara comienza a estar roja y caliente, y aprieto los puños, sé que estoy enojado y que puedo reaccionar impulsivamente. Entonces freno y trato de regular la sensación física con respiraciones o me aparto del lugar en donde me encuentro”. “Si siento que mis ojos se abren, me siento ligero, relajado y sonrío, sé que estoy alegre, entonces puedo compartir esa alegría con los demás”. • Pedir a los estudiantes que compartan su dibujo con sus compañeros, si así lo desean. • Finalizar la actividad conversando con el grupo sobre el cuerpo como un aliado al momento de identificar, regular y autogenerar emociones para el bienestar, siempre y cuando se ponga atención a las señales que envía. 	<p>10 minutos</p>
<p>Evaluación: Autoevaluación, Lista de cotejo.</p>	
<p>Material: Siluetas trazadas en hojas blancas, colores, plumones, pizarrón, canasta, imágenes de emociones, papelitos con las emociones aflictivas y no aflictivas escritas.</p>	

Lista de cotejo - Autoevaluación

N°	Indicadores	Sí	No
1	Me sentí relajado al realizar los ejercicios de respiración.		
2	Pude completar con facilidad la frase “yo quiero a mis abuelos porque...”		
3	Pude detectar en el pizarrón las emociones aflictivas y no aflictivas.		
4	Hablé sin temor de mis experiencias con mis compañeros de grupo.		
5	Puedo detectar en qué partes de mi cuerpo siento la tristeza, el enojo y la preocupación.		
6	Puedo detectar en qué partes de mi cuerpo siento la alegría, la confianza y la felicidad.		
7	Pude compartir mis dibujos sin problema (pena, temor o enojo) con mis compañeros.		
8	Es importante prestar atención a las señales del cuerpo ante una emoción.		
9	Puedo utilizar lo que aprendí hoy en mi vida diaria.		

4.4 Plan de Evaluación

La evaluación es una parte crucial para lograr los objetivos que se plantean en este proyecto, pues los datos que sean arrojados a lo largo del mismo servirán a quienes intervienen en el proceso, es decir, a los alumnos y al docente. Las evidencias que se recojan deben ser analizadas a detalle, esto para observar cuales son los progresos de los estudiantes respecto al proceso de regulación emocional.

La elección del instrumento deberá ser previamente analizada tomando en cuenta cuales son las ventajas y limitaciones de usarlas. Cabe resaltar que la información se puede recabar a través de diferentes medios, que van desde fotografías, fichas, notas, registros anecdóticos, diarios de campo e incluso grabaciones de audio y video. Lo anterior con la finalidad de elaborar un reporte de cada actividad y en caso de haber existido complicaciones que pudieran haber imposibilitado la realización correcta de la estrategia, iniciar nuevamente tomando las adecuaciones correspondientes.

Ahora bien, es necesario plantearse la pregunta ¿Qué es la evaluación educativa?, se puede decir que ha sido definida por diversos autores como un proceso sistemático de acopio de información por medio de múltiples estrategias, técnicas e instrumentos que permite formular juicios y valorar si los alumnos han alcanzado los aprendizajes esperados en todas las dimensiones, como el de conocimiento, habilidades, actitudes y valores.

La evaluación tiene tres funciones claras, las cuales son tomadas en cuenta para la realización de este proyecto, la primera de ellas es la diagnóstica, en esta nos permitirá conocer el grado de dominio de aprendizaje antes de iniciar a trabajar con el alumnado, en este caso fue la primera fase de este proyecto, fue necesario establecer diversos instrumentos como test, entrevistas, cuestionarios y exámenes para saber en qué nivel de conocimientos se encontraban.

En segundo lugar, la evaluación formativa, en este caso se orienta, a partir de los avances y las dificultades de los estudiantes durante el proceso de aprendizaje, en

esta etapa se pueden hacer los ajustes necesarios a las estrategias o actividades con el fin de alcanzar las metas, por ejemplo, en mi grupo hay alumnos que necesitan más apoyo que otros y será necesario apoyar con actividades extras o material para la comprensión del tema. Por último, la sumativa que es la que suele aplicarse cuando los procesos ya están terminados, muchas veces se le asigna un factor numérico o unas escalas estimativas.

Con relación a lo anterior, también es importante tener a la vista quién evalúa, en primera instancia es el docente frente al grupo quién observa el desempeño y avance de los estudiantes, desde el enfoque formativo existen tres maneras en que el maestro puede realizar una evaluación: la interna, la externa y la participativa. La interna se refiere a que el docente evalúa a los alumnos del grupo que atiende en un ciclo escolar, porque tiene un conocimiento detallado del contexto y las condiciones que surgen del aprendizaje de los alumnos, en este caso se ha trabajado durante un ciclo escolar conociendo los intereses de los alumnos, el contexto, la dinámica familiar y escolar.

Cuando el docente involucra a los alumnos en proceso de evaluación, se propicia que ellos regulen sus procesos de aprendizaje, en el cual pueden promoverse los siguientes tipos de evaluaciones formativas. La SEP (2011), propone los siguientes conceptos para cada una de las formas de evaluación:

Autoevaluación: es la evaluación que realiza el propio alumno de sus producciones y su proceso de aprendizaje. De esta forma, conoce y valora sus actuaciones, y cuenta con más bases para mejorar su desempeño.

Coevaluación: es la evaluación que realiza el propio alumno en colaboración con sus compañeros acerca de alguna producción o evidencia de desempeño determinada. De esta forma, aprende a valorar los procesos y las actuaciones de sus compañeros con la responsabilidad que esto conlleva. Además, representa una oportunidad para compartir estrategias de aprendizaje y aprender juntos.

Heteroevaluación: es la evaluación que el docente realiza de las producciones de un alumno o un grupo de alumnos. Esta evaluación contribuye al mejoramiento de

los aprendizajes de los alumnos mediante la identificación de las respuestas que se obtienen con dichos aprendizajes y, en consecuencia, permite la creación de oportunidades para mejorar el desempeño. (p. 30)

Estos tres tipos de evaluaciones fungirán un papel esencial a lo largo de las actividades a desarrollar para lograr el objetivo de este proyecto de intervención, por lo que es importante tomar en cuenta sus características, así como establecer los momentos adecuados para llevarlas a cabo. De tal forma que el docente de grupo tendrá la fundamentación necesaria para valorar y formar juicios que permitan beneficiar en todo momento a sus educandos en la búsqueda de una mejor regulación emocional.

CAPÍTULO V

EVALUACIÓN DE LA APLICACIÓN DEL PROYECTO

En el siguiente capítulo se muestran a detalle cada uno de los resultados de las actividades propuestas y realizadas para la realización del proyecto de intervención, así como también se muestran las reflexiones finales y las conclusiones de dicho proyecto, el proceso de aprendizaje por el que pasaron y se desarrollaron los alumnos de tercer grado, describiendo y explicando concretamente las implicaciones educativas. De igual manera se podrán detectar los objetivos, logros y dificultades que se presentaron en el transcurso de las actividades, aunado a las experiencias que se obtuvieron en el aula con cada uno de los agentes interculturales, la comunidad educativa y los padres de familia. Se hace mención de las experiencias obtenidas como profesor del grupo y las observaciones o modificaciones que se tuvieron que realizar para tener éxito en la aplicación de las mismas.

De acuerdo con los resultados obtenidos de las estrategias, se destaca que este proyecto impactó de manera positiva y efectiva en el aula, pero que también tuvo repercusiones significativas en la familia, pues los alumnos lograron mejorar la autorregulación de sus emociones, así como la identificación y valorización de las emociones de sus compañeros con el fin de lograr una convivencia armónica, por otro lado, los padres de familia también fueron partícipes en una de las actividades, logrando así hacer conciencia sobre la importancia de tomar en cuenta no solo los aprendizajes escolares de sus hijos, sino de la misma forma las habilidades emocionales de los mismos.

La primera estrategia (Anexo 5) se llevó a cabo el día 15 de junio del 2022, con una duración aproximada de 50 minutos, esta actividad lleva el título de “Matrogimnasia para padres”, la cual tenía como propósito fundamental el crear conciencia en los padres sobre la importancia de la parte emocional de sus hijos, haciendo énfasis en que ellos deben estar pendientes de las emociones y sentimientos de sus hijos, pues son parte fundamental en la vida de los estudiantes.

El día de la aplicación asistieron un total de 24 estudiantes, así como también la misma cantidad de padres de familia, divididos en 22 madres y 2 padres. Para iniciar con la aplicación comencé la actividad a las 8:45 de la mañana, ya que antes de eso acomodé los materiales que iba a ocupar para la realización de la actividad, acondicionando la cancha, colocando cinta delimitadora para que ocupar en los juegos preparados, así como también preparar la bocina y la computadora para la música. Los alumnos estuvieron acomodados en la cancha justo a las 8:43 de la mañana, posteriormente los padres pasaron y se acomodaron en una línea marcada, quedando frente a frente con sus hijos.

Comencé dando la bienvenida y agradeciendo la asistencia, posteriormente expliqué el motivo del llamado, pues con un par de días de anticipación se les había enviado la invitación a la actividad, también en el aviso se mencionaba la importancia de llevar un material sencillo que consistía en una hoja tamaño carta, un vaso de plástico, una toalla grande y un palo de escoba. Una vez en la cancha, expliqué a los tutores que una matrogimnasia consiste en actividades lúdicas y recreativas de tipo físicas, que buscan fortalecer los vínculos entre la madre o el padre y su hijo, quedando como una experiencia agradable para el infante. Cabe resaltar que varios de ellos manifestaron que era la primera vez que realizaban algún tipo de actividad escolar acompañando a sus hijos.

Se iniciaron las actividades físicas con un calentamiento previo, haciendo movimientos ligeros de la cabeza, hombros, brazos, tronco y piernas. Posteriormente les pedí que para la realización de los juegos tendrían que estar en todo momento con una actitud positiva, motivando a sus hijos para la realización de los mismos. El primer juego que realizaron llevaba por nombre “El piso es lava”, para ello hicieron una fila sobre la línea marcada en la cancha, en ella se mantuvieron madre e hijo juntos. Este juego consistía en que tenían que doblar la hoja tamaño carta en cuartos, luego cortarla de tal forma que tuvieran 4 pedazos de hoja cada familia, luego de ello, tendrían que pasar de una línea marcada en el piso a otra, una distancia de aproximadamente 5 metros de largo, la dificultad era que para poder pasar de un extremo a otro lo iban a hacer encima de los pedazos de hoja, sin tocar el suelo pues este estaba “cubierto de

lava” y luego lo tendrían que hacer de regreso, en caso de que el participante cayera o tocara el piso tendría que regresar el inicio y comenzar nuevamente hasta lograr pasar a la siguiente línea. Lo anterior lo hice primero yo para que logaran ver el ejemplo de cómo lo tendrían que realizar.

Los primeros en pasar fueron los estudiantes, los cuales estaban muy contentos y lo mostraban con aplausos y gritos de felicidad, solicité a los padres que les dieran algunas recomendaciones a sus hijos de cómo lograr pasar por encima de los pedazos de papel sin caerse, de igual forma les pedí que en todo momento hicieran muestras de apoyo hacia ellos con porras, silbidos, gritos, aplausos, de tal forma que sus hijos sintieran su motivación sin importar si a la primera no lograban realizar el reto. Los niños lograron completar la actividad en un tiempo de aproximadamente 5 minutos, después de esto, fue el turno de las madres y padres de familia de intentar realizar el reto, ahora los alumnos eran quienes iban a realizar la motivación hacia sus padres. Mientras se hacía la actividad se colocaba música de fondo con el fin de mantener un ambiente armonioso y motivador para todos.

Una vez terminado el primer juego los participantes se dieron un fuerte aplauso y prosiguieron a descansar un par de minutos en donde aprovecharon para hidratarse. Después se formaron nuevamente en la línea marcada y ya estaban listos para el siguiente juego, el cual lleva por título “El equilibrista” (Anexo 6), para ello ocuparon el palo de escoba, la toalla y el vaso de plástico. Una vez todos formados con sus materiales procedieron a colocar el palo de escoba frente a ellos, luego enrollaron la toalla y la colocaron enseguida del palo formando así un camino, el desafío consistía en cruzar encima de los materiales puestos en el suelo manteniendo el equilibrio, los primeros en intentarlo fueron los alumnos, pero antes de comenzar pedí a los tutores que estuvieran pendientes de que sus hijos no fueran a caerse o lastimarse al momento de intentar pasar sobre los objetos, también que en todo momento brindaran apoyo y muestras de aliento para los infantes.

Luego de cruzar la primera vez por los objetos sin perder el equilibrio, se aumentó en nivel de dificultad para los alumnos, pues pedí a los padres que colocaran el vaso de plástico sobre la cabeza de sus hijos y que estos intentaran cruzar

nuevamente sin perder el equilibrio y en caso de que se les cayera el vaso tendrían que regresar el comienzo del juego. La mayoría de los alumnos logró hacerlo sin mayores dificultades, mientras algunos pocos se les cayó el vaso, sin embargo, no se desmotivaron y lo intentaron las veces necesarias para lograrlo con éxito, esto infiero en parte porque se encontraban bajo el apoyo de sus tutores. El juego continuó haciendo unas variantes en la forma de equilibrar el vaso, haciéndolo de costado, hacía atrás, con otras partes del cuerpo, haciéndolo con un hombro, luego con el otro, en las piernas y luego con los pies.

A continuación, fue turno de los padres para la realización del reto, quienes mostraron disponibilidad para hacerlo, mientras sus hijos los apoyaban con la colocación del vaso en cada parte de su cuerpo, así como recomendaciones y muestras de apoyo. La actividad concluyó cuando el último de los padres pudo completar la actividad, todos se brindaron un aplauso por el esfuerzo, luego procedieron a tomar un breve descanso de 2 minutos que aprovecharon para refrescarse y recuperar el aliento.

El tercer y último juego llevaba el nombre de “El bastonero”, para esto se ocuparía el palo de escoba y la actividad consistía en lograr mantener en equilibrio el palo la mayor cantidad de tiempo posible, con diferentes partes del cuerpo, primero con la palma de la mano, luego con un dedo, con la parte superior de la mano, con la rodilla y por último con el pie. Mientras los alumnos realizaban la actividad los padres de familia mostraban su apoyo y les daban indicaciones de cómo lograr mantener en equilibrio el palo de escoba. Luego fue turno de hacer el reto de los tutores, haciendo la misma dinámica que sus hijos, mientras los infantes mostraban su apoyo hacia ellos. Se terminó el juego y se brindaron aplausos por el esfuerzo realizado.

Para culminar la actividad pedí a todos los integrantes formar un círculo en la parte central de la cancha deportiva, coloqué música de fondo instrumental y procedí a dar las gracias a los tutores por la asistencia, recalcando que tienen a su lado a unos hijos maravillosos, por lo que le pedí que se los hicieran hacer saber todos los días con muestras de afecto, motivándolos con palabras de aliento pues así como es importante un correcto estado de salud física también debe ir acompañado de un buen estado de

salud emocional y eso le corresponde a los padres de familia. Remarqué que para lograr conseguir los objetivos trazados en la vida de sus hijos será fundamental prestar atención a sus sentimientos y emociones, pues será fundamental estar fortalecido de su salud emocional, así como de aprender a regular aquellas emociones negativas que pueden tener a lo largo de la vida.

Solicité que le dieran un abrazo a sus hijos y unas palabras de cariño, por último, a cada uno de los padres les proporcioné un tríptico sobre la importancia de la salud emocional infantil. Tengo que señalar que durante la culminación de la actividad algunos de los padres de familia lloraron por la emotividad del cierre, así lo hicieron también algunos alumnos. Por otro lado, sugirieron que se hicieran más actividades de esta índole, pues les gustaría ser partícipes de más actividades y se comprometieron a apoyar a sus hijos, así como prestar mayor atención a los sentimientos y emociones que tienen.

La segunda estrategia se aplicó el día 22 de junio del 2022 y llevaba como título “Al ritmo de mis emociones”, la cual inició a las 11 de la mañana, con un tiempo aproximado de 45 minutos. La intención de la actividad era que los alumnos se dieran cuenta de la importancia de notar la emociones positivas o negativas en el cuerpo, así como saber expresarlas. Este día la asistencia fue de 25 estudiantes, se comenzó con la técnica de respiración “cuerpo de montaña”, en donde los alumnos tomaron una posición de relajación siguiendo las instrucciones de cabeza erguida, espalda derecha cuerpo relajado, manos sobre los muslos y ojos cerrados suavemente, mientras realizaban la postura se les iba indicando hacer respiraciones profundas y soltar el aire poco a poco.

Previamente se les había solicitado a los estudiantes que colocaran las sillas en posición de plenaria, dejando espacio en el centro del salón de clases para que existiera espacio para moverse. Posterior a la técnica de respiración se solicitó a los educandos que se colocaran al centro del aula, una vez ahí se les hizo la pregunta ¿Cómo sabemos que estamos enojados?, ¿En qué parte del nuestro cuerpo podemos sentir el enojo?, a lo cual la alumna Yarizbeth respondió que su cuerpo se sentía caliente, por otro lado, el alumno Noé mencionó que su cuerpo se pone rígido,

especialmente sus manos que se cierran para empuñarse cuando se encuentra enojado. Mientras los alumnos respondían iban platicando y asentando a los comentarios de sus otros compañeros.

Luego de escuchar las participaciones de los estudiantes, procedí a reproducir en la computadora y con la bocina la música “Modest Mussorgsky - Night on bald Mountain” y pedí que mientras la escuchaban ellos con su cuerpo se movieran de acuerdo a las sensaciones que les provocaba, pues con esta canción ellos tenían que representar el sentimiento del enojo y la rabia. En un principio de la música algunos de ellos se mostraron un poco apenados y no muy animados a realizar los movimientos corporales, sin embargo, le mencioné que no deberían avergonzarse pues nadie se iba a burlar de ellos y al darse cuenta que la mayoría de sus compañeros lo hacían se animaron a participar. Pasado un par de minutos se detuvo la música y pedí que todos regresaran a su lugar, posteriormente se repartieron hojas blancas a cada uno de los estudiantes y la instrucción fue que dibujaran y colorearan lo que sentían con la música, mientras lo hacían se les colocó la misma música de fondo.

Después de cinco minutos se les pidió que colocaran nombre a sus hojas y las entregaran. A continuación, se pidió nuevamente a los alumnos que regresaran al centro del salón de clases y se reprodujo la música “Pharrell Williams – Happy”, y se les indicó que representaran con movimientos las sensaciones que les producía escuchar la canción, dejándose llevar por el ritmo de la música (Anexo 7), pues con esta canción ellos tenían que representar el sentimiento de la felicidad. Pude notar que en esta ocasión los niños se animaron mejor a demostrar sus sensaciones, algunos de ellos brincaban, otros bailaban, aplaudían y cantaban. Pasados tres minutos los alumnos regresaron nuevamente a su asiento y se les repartió otra hoja blanca para que en ella esta vez dibujaran la sensación que les produjo la canción, en lo que ellos lo hacían escuchaban de fondo la misma canción. Al terminar los dibujos se les entregó su primera representación, la del enojo, y les pedí que lo compararan con su dibujo de la felicidad.

Se requirió la participación de los alumnos para que pasaran al centro a explicar y comparar los dibujos que hicieron, alguno de los dibujos que mostraron sobre la ira

o el enojo (Anexo) los representaron con caras enojadas y el ceño fruncido, otros con monstruos, pues argumentaban que cuando se enojan se transformaban en uno, otro que llamó mi atención fue el de los alumnos que dibujaron volcanes, pues decían que cuando tenían el sentimiento de la ira estallaban como cuando un volcán hace erupción y no se puede controlar. Por otro lado, en los dibujos que hicieron para figurar la felicidad (Anexo) fueron dibujos más variados, como caritas felices, unicornios, peluches, paisajes, a la familia, entre otros, pues mencionaban que eran recuerdos que ellos plasmaban en donde recordaban la emoción positiva.

Casi al finalizar las actividades se hicieron las preguntas al grupo, ¿Qué sintieron con la música?, ¿Recordaron algo cuando la escuchaban?, ¿Qué movimientos te hacían expresar la música, de rabia o enojo?, ¿Cómo demuestras la ternura?, ¿Les da pena demostrar lo que sienten?, ¿Por qué?, la alumna Milagros mencionó que en un principio no quería mover su cuerpo por pena y pensar en lo que los demás dirían, sin embargo, al ver que sus compañeros lo hacían y escuchar las palabras de aliento por parte de su maestro decidió hacerlo y le gustó participar en la actividad (Anexo 8). Cabe resaltar que esta alumna cuando la conocí era muy tímida y poco participativa, sin embargo, con el paso del tiempo se ha vuelto una de las alumnas que incluso impulsa a sus compañeros a la realización de las actividades.

Se finalizó la sesión explicando que no debemos avergonzarnos de cómo demostramos nuestras emociones y sentimientos, así como la importancia de detectar en nuestro cuerpo las emociones positivas y negativas para saber identificarlas. Sin embargo, se debe hacer de manera correcta, pensando siempre en la integridad de uno mismo y de las demás personas para no lastimar a nadie.

La tercera estrategia se realizó el día lunes 27 de junio del 2022 y llevaba el título de “Experiencias agradables y experiencias desagradables” (Anexo 9), esta actividad estaba destinada para desarrollarse en una semana y consistía en que en los últimos momentos de las clases normales los alumnos reflexionarían acerca de cuáles fueron las experiencias agradables y desagradables que vivieron a lo largo del día hasta ese momento. El primer día se conversó con los alumnos sobre las experiencias que una persona puede vivir en su día, catalogándolas en experiencias

agradables como aquellas que generan un estado de bienestar y los invité a que identificaran las que hayan experimentado a lo largo de la jornada escolar.

Escuché algunas de sus experiencias, por ejemplo, la alumna Alejandra comentó que su día había sido muy bueno porque estuvo junto a sus compañeras y las clases le parecieron muy agradables, sobre todo en la materia de matemáticas porque le gusta mucho y cree que es muy buena para resolver operaciones como sumas, restas, multiplicaciones y divisiones. De la misma forma, la alumna Kenya mencionó que estar en la escuela le parece muy bonito porque aprende algo nuevo todos los días, le gusta estar en compañía de sus amigos y cree que en el examen que hizo de Ciencias Naturales le fue muy bien.

Luego de escuchar a varios alumnos sobre sus experiencias, les mencioné que por otra parte también existían las experiencias desagradables y que estas se caracterizaban por ser momentos de poco agrado, es decir, cosas que ocurrían o pensamos y nos ponen en un estado de ansiedad, estrés, tristeza e incluso pánico. Les conté alguna anécdota personal sobre este tipo de experiencias y les pedí a los alumnos que si alguien quería contara algún momento en donde haya experimentado un momento desagradable, la alumna Yaritza mencionó que hace un tiempo ella había tenido un accidente en donde se había lastimado y se la había pasado muy mal y que eso lo consideraba una experiencia desagradable, por otra parte, Carlos platicó al grupo que muy a menudo tiene discusiones con su hermano menor y que por lo regular se termina enojando con él, lo que al paso de unos minutos lo hace sentir mal y triste porque quisiera llevarse mejor su hermano.

Después de escuchar varias de sus anécdotas procedí a entregarles una tira de papel en donde había tres caritas de emoticón con diferentes emociones (Anexo), la primera con alusión a la felicidad, la segunda mostraba un emoticón pensativo y la tercera hacía referencia a la tristeza. Pedí que pensarán en lo que les había ocurrido a lo largo del día y que ubicaran cuál era la experiencia que más imperaba en su acontecer, la que mejor demostrará cuál era su estado de ánimo durante la mañana, posteriormente procedí a entregarles la tira de papel y les solicité que con cualquier color iluminaran el emoticón que mejor los representara, aclarando que el emoticón

pensativo lo colorearan en caso de que no logran diferenciar entre una experiencia agradable o desagradable en su día. Los alumnos tardaron entre 2 y 3 minutos en identificar e iluminar.

Prosiguiendo con la actividad, mostré a los estudiantes una caja forrada de diversos colores y con varias imágenes que representaban las emociones, dicha caja llevaba como título “Experiencias agradables y desagradables de los niños de tercer grado”, en ella iban a ir depositando cada una de las tiras que iluminaron, lo hicieron por fila y una vez que todos los alumnos las depositaron se procedió a contar para saber los resultados. En total, el día lunes 27 de junio se obtuvieron un total de 25 respuestas, la cuales se dividieron en 20 experiencias agradables, 2 experiencias desagradables y 3 alumnos que no supieron qué tipo de experiencias tuvieron en la jornada, se mostró una gráfica en el proyector y se colocaron los resultados obtenidos (Anexo 10).

Posteriormente, al observar que era mayor la cantidad de experiencias agradables registradas pregunté a los estudiantes ¿Qué podemos hacer para transformar las experiencias desagradables en pensamientos positivos?, la alumna Yarizbeth mencionó que todos podemos pasar por malos momentos, pero no hay que quedarnos en ese pensamiento negativo, hay que buscarle el lado bueno a las cosas malas que nos pasan pues no podemos estar enojados, molestos o tristes toda la vida. Mientras el estudiante Aarón mencionó que de todas las experiencias se tiene un aprendizaje, que incluso de las experiencias desagradables podemos tener algo que mejorar. Luego de escuchar las participaciones de los alumnos hice otra pregunta, ¿por qué hubo algunos alumnos que no supieron qué tipo de experiencia experimentaron?, a lo cual respondieron a grandes rasgos que tal vez se debía a que no habían puesto la suficiente atención en lo que les había pasado en su mañana.

Para cerrar la actividad (Anexo 11), se mencionó que es importante buscar soluciones a los problemas, que en normal tener momentos agradables y desagradables todos los días, pues se pueden experimentar sentimientos de tristeza, enojo, vergüenza, entre otros, y que llevan el nombre de emociones negativas, lo cual no necesariamente es malo, sin embargo, estas se pueden transformar en

pensamientos positivos siempre y cuando se busquen soluciones a los problemas y se tenga la disposición de mejorar la situación, para ello será importante tener la confianza de contarle a alguien lo que nos pasa, pueden ser nuestros padres, hermanos, amigos, el maestro o alguna persona de confianza que esté dispuesta a escucharnos. Por otro lado, también se mencionó que los alumnos que no pudieron identificar la emoción que más estuvo presente en su día, se podría deber a varios factores, como es la vergüenza de expresar los sentimientos, el no tener claro las emociones que se tienen, no poner atención a los momentos que ocurren, entre otros. Finalicé el día mencionando que la actividad se iba a llevar a cabo a lo largo de la semana.

El día martes 28 de junio se continuó la estrategia “Experiencias agradables y experiencias desagradables”, en esta ocasión hubo un total de 24 respuestas, que se dividían en 22 alumnos que iluminaron el emoticón de felicidad, 1 respuesta con el emoticón de tristeza y 1 más que no logró clasificar el tipo de experiencia que vivió en la jornada. Mostré la proyección de la gráfica al grupo y notaron que ese día fueron más los alumnos que tuvieron experiencias agradables.

Para el día miércoles 29 de junio debido a las inclemencias del tiempo hubo una baja considerable en la asistencia de los alumnos, por lo que en esa ocasión hubo un total de 18 respuestas, divididas en 16 alumnos que iluminaron el emoticón de felicidad y 2 alumnos el de tristeza, mostré los resultados a los alumnos y pregunté, ¿Cuál creen que fue la razón de que aumentó ligeramente las experiencias desagradables?, a lo que la alumna Alejandra contestó que posiblemente por que el día estaba con lluvia, mientras ella contestaba sus demás compañeros asentían con la cabeza, pues mencionaban que muchos de sus compañeros faltaron porque la lluvia se los impidió y eso los ponía un poco tristes. Luego de escucharlos les dije que tenían razón, que incluso el clima afecta el cómo percibimos la realidad, que la mayoría de las personas prefieren un día soleado que les permita hacer sus actividades, luego de esto les pregunté, ¿De qué forma podríamos cambiar este pensamiento?, algunos se mostraban dudosos y la alumna Emili respondió que si pensábamos en los beneficios de la lluvia talvez podríamos cambiar el pensamiento, su respuesta fue muy buena y

hice una última pregunta, ¿Qué podríamos pensar de la lluvia para cambiar el pensamiento negativo?, escuche varias respuestas como que no hacía tanto calor como otros días, que les gustaba el sonido de las gotas, que con ese clima se les antojaba tomar un café con pan, entre otras.

El día jueves 30 de junio fue la última aplicación de la estrategia, esto debido a que al día siguiente no se tendría clases por reunión de Consejo Técnico Escolar. Nuevamente esperé hasta los últimos 30 minutos antes de salir de clase para su aplicación, entregué las tiras a los alumnos, los resultados arrojados fueron de 24 respuestas, 23 alumnos iluminaron haciendo alusión a las experiencias agradables mientras 2 marcaron las experiencias desagradables. Solicité que alguno de los alumnos de manera voluntaria explicara cual es el motivo de elegir el emoticón de la experiencia desagradable, por lo que Aarón mencionó que el motivo de su elección fue debido a que en su casa su abuelita estaba enferma, lo cual lo pone muy triste, le pregunté también si su decisión era por algo que ocurría en la escuela, a lo que contestó que no, que únicamente fue por lo que le ocurría en su casa.

Luego de escucharlo pedí participaciones para que mencionaran de qué forma o qué consejos le podrían dar a su compañero para convertir su experiencia desagradable en algo más agradable, a lo que Yarizbeth mencionó que podría pensar en las cosas buenas que ha pasado con su abuelita, Alejandra dijo que no es su culpa lo que está sucediendo por lo que debe pensar en que su abuelita mejorará pronto, después de escuchar a sus compañeros noté que Aarón cambió su semblante.

Para finalizar la actividad proyecté los resultados del día, mencionando que en el salón de tercer grado se generan más experiencias negativas que positivas, sin embargo les dije que una experiencia negativa no es algo malo, por el contrario, de ello se pueden obtener aprendizajes pero se tienen que afrontar tratando de cambiar la perspectiva de cómo se toma una experiencia, para ello deben estar dispuestos a comunicarse con sus compañeros de forma asertiva, sin causar algún daño, tratando de forma digna a las personas que los rodean y de esa manera llegar a una autorregulación de sus emociones.

La actividad número 4 se realizó el día 4 de julio, la cual tenía el título de “Me siento mejor”, en la cual se buscaba que los alumnos emplearan la atención y la observación hacia sus demás compañeros de tal forma que les permitieran identificar algunas emociones en el rostro, la forma de sentarse, de hablar, entre otras características que ayudan a determinar el estado de ánimo de una persona. Primeramente, se realizaron algunos ejercicios de respiración para poner al alumno en un estado de relajación (Anexo 12), luego, se colocó en el aparato de sonido la melodía de “J.S. Bach: The Violin Concertos”, la cual escucharon alrededor de un minuto, mientras transcurría este tiempo se dijo en voz alta “Piensen en la siguiente frase y complétenla en su mente: yo quiero mucho a ...”, se detuvo la música y me dispuse a escuchar cada una de las respuesta que mencionaban, fueron varios los alumnos que quisieron participar (Anexo 13), mencionando a sus familiares, amigos, conocidos e incluso algunos a sus mascotas.

Posteriormente, se organizó al grupo en parejas de tal forma que nadie quedara solo, se pidió que se sentaran frente a frente, una vez acomodados se solicitó que se observaran entre ellos por un minuto y que trataran de identificar cómo se siente la persona que tenían frente a ellos. Mientras transcurría la actividad pude observar que algunos de ellos mostraban cierta vergüenza de mirar a su compañero a los ojos, por lo que trataban de esquivar la mirada, otros más, lo hacían sin ningún inconveniente, incluso se notaba que tenían cierto grado de confianza con su compañero o compañera, pues había algunas risas.

Transcurrido un par de minutos pedí a las parejas que conversaran sobre cómo se percibieron el uno al otro, esto lo tendrían que hacer de forma ordenada, primero uno iba a hablar y posteriormente tocaría el turno del otro compañero. Entre los comentarios más recurrentes eran que veían a su compañero temerosos, tímidos, que no tenían tantas ganas de hacer la actividad, con sueño, etc. Una vez escuchada la participación de los estudiantes, solicité que nuevamente guardaran silencio durante un minuto, pero esta vez pensarán en alguna situación que les permitiera sentirse felices, seguros, plenos, por ejemplo, la visita a algún familiar querido, el recuerdo de un viaje que les haya gustado o pensar en algún lugar que les transmitiera paz, pedí

que observaran el rostro y mirada de su compañero.

Pasado el tiempo, solicité a los estudiantes que regresaran a su lugar, mientras lo hacían, se escuchaba de fondo nuevamente la melodía “J.S. Bach: The Violin Concertos” y se planteó la pregunta: “¿Notaron algún cambio en esta segunda observación a sus compañeros?”, a lo cual la alumna Alejandra mencionó que su compañera Dainara en un principio estaba con una cara que hacía notar que estaba nerviosa, incluso le evitaba la mirada, pero luego de pensar en algo que la hiciera sentir mejor, notó un cambio en su actitud, pues parecía más sonriente y menos tensa. Dainara mencionó que ella es alguien muy nerviosa y que a pesar de que Alejandra es su amiga no pudo evitar sentirse así, pero luego de pensar en momentos divertidos junto a sus compañeros pudo controlar mejor sus nervios.

Por otro lado, la alumna Milagros de Jesús mencionó que algo similar pasó con ella, pues le daba mucha pena mirar a su compañero Jared, pero luego de imaginar en su cabeza recuerdos en donde ella estaba en compañía de su familia pudo controlar de mejor manera su nerviosismo. Jared por otro lado, dijo que pudo notar lo que mencionaba Milagros pues veía que su cuerpo se “encogía” en el asiento, lo que lo hacía suponer que no se encontraba en confianza.

Cabe mencionar que durante la realización de esta actividad hubo algunos alumnos se evitaron en todo momento la mirada o que mostraban su incomodidad no hablando con el compañero que les había sido asignado. Finalmente, se reflexionó con el grupo sobre la importancia de la observación para detectar emociones en las personas que nos rodean, que las miradas, los gestos y las posturas que toma una persona denotan en muchas ocasiones el cómo se sienten en el momento. De igual forma, se hizo la recomendación a los alumnos que no lograron hacer bien la actividad que era algo normal el no sentirse cómodos en ocasiones al realizar algún trabajo con un compañero al que no frecuentan, pero que es necesario estar abiertos a nuevas posibilidades, mostrando respeto y una buena actitud para convivir, para ello las técnicas de respiración y el cambio de pensamiento son fundamentales para mejorar emociones negativas.

El día de 7 de julio del 2022 se llevó a cabo la estrategia titulada “El ABCD para transformar la emoción”, la cual tenía como fin mostrar a los alumnos la importancia de detectar aquellas situaciones que pueden provocar estados emocionales negativos y conflictos con ellos mismos, así como con las personas que los rodean, de tal forma que una vez que las detecten logren por medio de una serie de preguntas de reflexión establecer las mejores manifestaciones de sus emociones. Se comenzó con la postura “cuerpo de montaña”, la cual los alumnos ya conocen muy bien por anteriores actividades, se creó un ambiente agradable y se utilizó la respiración como método de relajación, mientras se escuchaba de fondo sonidos del mar.

Posteriormente, se comentó a los alumnos que se les iba a mostrar la historia de un chico, con el cual seguramente se iban a identificar, para lo cual se necesitaba que prestaran atención a la situación que se iba a presentar. Con ayuda del proyector se mostró una primera secuencia de imágenes, visualizando el título “Mario, el amigo de Adriana”, en donde se presentaba la historia de un niño llamado Mario, el cual está haciendo algunas actividades, que consisten en construir una torre y dibujar una hormiga, sin embargo, estas se tornan complicadas y termina abandonándolas al caer en la frustración. Luego de mostrar la situación a los estudiantes se hizo la pregunta: ¿A ti te ha pasado no saber hacer algo y caer en la desesperación al tratar de hacerlo?

Se escucharon diversos comentarios, entre los cuales Fernanda opinaba que se ha encontrado en estas situaciones muchas veces y hasta ha llegado a llorar en ocasiones por no poder hacer alguna actividad como a ella le gustaría. Yaritza, explicó que también se ha visto en muchas ocasiones desesperada por no lograr hacer algunas actividades de la escuela, sobre todo en la materia de matemáticas. Por otro lado, Alexander mencionó a todos que cuando cae en la desesperación por hacer algo, pide apoyo a su mamá y que con eso logra sentirse mejor. La mayoría de los alumnos mostró entusiasmo al participar, pues claramente se vieron reflejados y se colocaron en el lugar de Mario.

Luego de escucharlos, se comentó a los estudiantes que todos nos hemos enfrentado a algo que no sabemos hacer en muchos momentos de nuestra vida, lo cual es completamente normal y de no ser así no podríamos saber cosas nuevas, que

este tipo de situaciones son oportunidades para aprender, pero todo depende de la forma en que se enfrente la situación, la cual puede ser tomada como algo muy complicado, amenazante, terrible o por el contrario, como una oportunidad para desarrollar una nueva habilidad o descubrir un talento.

Los alumnos asentaron a lo dicho, posteriormente se continuó proyectando la segunda parte de la secuencia de imágenes de “Mario, el amigo de Adriana”, en donde se muestra a Mario construyendo la torre, mientras su amiga de la escuela Adriana lo observa y le dice frases motivantes como: ¡Vamos muy bien!, ¡Qué bien te está quedando!, ¡Ya casi lo logras!, etc. De esa forma y con mucho esfuerzo, Mario pudo construir su torre. Se platicó a los alumnos que a Mario le faltaba una actividad por hacer, el dibujo de una hormiga que le encargaron en la escuela, pero para lograrlo ellos lo iban a ayudar dibujando la hormiga en una hoja blanca.

Se proporcionó la hoja y se pidió que siguieran los pasos que se iban a indicar en el pizarrón para poder hacer el dibujo. Mientras los estudiantes iban siguiendo las instrucciones, el docente pasaba por los lugares observando los avances y brindando palabras de aliento y motivándolos para que hicieran su mayor esfuerzo (Anexo 14). Al finalizar el dibujo se pidió que lo iluminaran como ellos quisieran. Luego, se hizo la pregunta: ¿Te gustó dibujar la hormiga?, a los cuál se escuchó a una sola voz que sí.

Después, se comentó a los estudiantes la importancia de transformar el pensamiento para modificar el comportamiento que causa una emoción aflictiva, para lo cual se proyectó un camino titulado “El ABCD para transformar una emoción”, en donde había cuatro sencillos pasos, los cuales eran: Situación, pensamiento, emoción y conducta. Se mencionó a los alumnos que cada uno de estos pasos son esenciales y que no se trata de negar lo que se está viviendo o sintiendo en el momento, se trata de modificar aquellos pensamientos negativos que nos impiden ver alternativas para solucionar situaciones de conflicto. Se explicó cada uno de los pasos a detalle, ejemplificando con lo que le pasó a Mario.

El primero fue detectar cual es la situación, para lo que se hizo la pregunta “¿cuál es la situación?”, en este momento se escuchó la participación de los alumnos

que llegaron a la conclusión de que Mario estaba desesperado porque no podía armar una torre y tampoco sabía dibujar una hormiga. El segundo paso fue el del pensamiento y se planteó la pregunta “¿Cómo lo interpretas o qué piensas acerca de lo que te está pasando?”, les dije a los alumnos que se pusieran en los zapatos de Mario y pensarán cuál sería su respuesta, a lo cual mencionaron que posiblemente y debido a su desesperación, Mario creyó que era un pésimo constructor de torres con los bloques y un mal dibujante.

Luego, el tercer paso era la emoción, y se hizo el cuestionamiento “¿Cómo te hace sentir el pensar que eras pésimo para armar torres y malísimo dibujando y tener que hacerlo para tu exposición?”, nuevamente, se pidió a los estudiantes que pensarán como si fueran Mario para obtener sus respuestas, a lo que la mayoría expresó que posiblemente sentirían enojo de no poder armar la torre, miedo de que sus compañeros se iban a burlar de su dibujo, sensación de tristeza y vergüenza. Por último, el cuarto paso era el de la conducta, y se preguntó “¿Cómo actuaste ante todo lo que pensaste y sentiste?”, a lo que los alumnos, siguiendo en el lugar de Mario, mencionaron que el chico estaba tan desmotivado que incluso quería dejar las cosas sin hacer antes de intentarlo.

Posteriormente de conocer los pasos, se preguntó: ¿Ustedes creen que Mario era pésimo para armar torres y dibujar?, El alumno Luis Ángel dijo que no, que simplemente no sabía que podía hacerlo porque estaba desesperado, por otra parte, Kenya mencionó que su abuelita siempre le dice que la práctica hace al maestro y que si no lo intentamos no podremos mejorar. Edrid, contó al grupo que en muchas ocasiones ha estado en la misma situación, pero que al final y tomando las cosas con calma las termina solucionando. Varios alumnos participaron y escucharon sus anécdotas de cómo lograron superar sus problemas.

Para finalizar la sesión (Anexo 15) se mencionó que antes de decir no puedo, hay que pedir ayuda, hay veces que lo único que piensas es que algo no se puede lograr, nuestros pensamientos se ven nublado por la emoción que sentimos, estas pueden ser el enojo, el miedo o la tristeza pero que así como Mario podemos practicar el ejercicio del ABCD para transformar tus emociones cada vez que sientas que esta,

te está rebasando, recordando que la expresión de las emociones ha de manifestarse con respeto y claridad para lograr la Autorregulación emocional y que de ser posible debemos apoyarnos de alguien que nos ayude a superar esos obstáculos.

El día 11 de julio del 2022 se realizó la actividad “Mariposas en el estómago”, en la cual se pretendía que los alumnos logran identificar las sensaciones en el cuerpo y de esa forma regularlas. Se comenzó con ejercicios de respiración, inhalando y exhalando hasta crear un ambiente de relajación, posterior a ello, pedir que completen la frase: Yo quiero mucho a... porque... en donde mencionaron a integrantes de su familia, conocidos, amigos e incluso algunos a sus mascotas. Posteriormente, se proyectaron en el pizarrón las diferentes emociones, clasificadas en emociones aflitivas (enojo, tristeza, ansiedad, miedo, aburrimiento, celos, envidia, frustración, inseguridad) y las emociones no aflitivas (alegría, armonía, confianza, gratitud, entusiasmo, gusto, sorpresa, felicidad).

Se conversó con el grupo sobre la clasificación de las mismas, si conocen todas las emociones mencionadas y se preguntó qué otras se pueden agregar. Se procedió a preguntar a los estudiantes si alguna vez habían escuchado la frase “Siento mariposas en el estómago”, a lo que muchos de ellos dijeron que nunca la habían escuchado, pero algunos cuantos mencionaron que en las caricaturas cuando lo decían, era porque el personaje estaba enamorado. Luego de escuchar sus opiniones, se explicó que algunas personas cuando expresan estar enamorados utilizan la frase “siento mariposas en el estómago”, haciendo referencia a que hay una sensación en su cuerpo tan grande y que les indica una emoción, la cual es la felicidad.

Posteriormente, se comentó a los educandos que las emociones no solamente se sienten en la mente, sino que también se sienten en el cuerpo. Fue así que se preguntó, ¿Qué emoción sienten cuando les dan un regalo por su cumpleaños?, a lo que se escuchó a una sola voz que era la felicidad. Después se realizó la pregunta, ¿En qué parte del cuerpo se siente?, la alumna Ana respondió que a ella le parece que se siente en la cara, pues cuando sucede eso no puede dejar de sonreír, por otro lado, Yariz mencionó que a ella se le llenaba su pecho de aire, una sensación que no podía explicar, pero lo podía sentir en esa parte del cuerpo.

Luego se procedió a preguntar, ¿Qué emoción sienten cuando no les sale algo como esperaban?, varios de los alumnos contestaron que el enojo y la tristeza, luego se cuestionó, ¿En qué parte del cuerpo sienten esas emociones?, Alejandra dijo que ella sabía que estaba enojada cuando sentía su cara caliente, Isaac indicó que en ocasiones en el enojo siente su cuerpo tenso, sobre todo en las manos, pues las empuña cuando está enojado. Las participaciones fueron varias y los educandos señalaban en su cuerpo en donde sentían el enojo y la tristeza.

Se comentó que las emociones se sienten en el cuerpo, por ejemplo, algunas personas sienten cosquilleo en el estómago cuando algo les emociona, o sienten que distintas partes del cuerpo les tiemblan cuando algo les provoca miedo. Se colocaron en una caja tarjetas dobladas y dentro de ellas estaban distintas emociones escritas como alegría, tristeza, enojo, miedo, sorpresa, vergüenza, entre otros. Luego, se repartieron hojas con las siluetas del cuerpo trazadas, se explicó que uno por uno iba a ir sacando una tarjeta que les indicaría una emoción y que ellos con sus colores tendrían que iluminar la parte del cuerpo en donde se siente dicha emoción.

La actividad se llevó a cabo de manera fluida, pues la mayoría de los alumnos no tardaban en identificar la emoción junto a la parte del cuerpo en donde lo percibían (Anexo 16). Se mencionó que ninguna de las respuestas que daban a la actividad era incorrecta, pues cada persona es diferente y las sensaciones son distintas. Al término de la actividad, se invitó al grupo sobre la utilidad de conocer cómo reacciona nuestro cuerpo ante una emoción. Se mencionó que las sensaciones corporales son indicadores que permiten saber que hay una emoción presente y por lo tanto es necesario regularlas, sobre todo las emociones aflitivas.

Se indicaron otros ejemplos, como que, si siento que mi cara comienza a estar roja y caliente, y aprieto los puños, sé que estoy enojado y que puedo reaccionar impulsivamente. Entonces freno y trato de regular la sensación física con respiraciones o me aparto del lugar en donde me encuentro. Si siento que mis ojos se abren, me siento ligero, relajado y sonrío, sé que estoy alegre, entonces puedo compartir esa alegría con los demás.

Por último, los estudiantes compartieron sus dibujos pintados en las partes que ellos consideraban que sentían las emociones, mientras se preguntaba si habían coincidido con las de sus compañeros en la parte que pintaron según lo que consideraban. Se finalizó la actividad dialogando sobre la importancia de tener al cuerpo como un aliado para identificar las emociones, que al darse cuenta de las sensaciones podrían regularlas de una mejor forma y generar emociones positivas para sentirse mejor, evitando malestares y conflictos con los otros.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES

6.1 Implicaciones del Proyecto de Intervención

La culminación de este proyecto educativo de intervención reveló la importancia de plantear como propósito central, el reconocimiento de la educación socioemocional en el entorno escolar, siendo esta temática el hilo conductor de la reflexión y práctica con los alumnos. A lo largo de este trabajo, se recalca la necesidad de incorporar actividades en donde los niños y niñas se sientan a gusto en su salón de clases, así mismo escuchar a cada uno de los estudiantes para comprender de una mejor manera la situación en la que viven.

Este proyecto también ha cambiado las conductas de la práctica docente personalmente hacia los alumnos, es decir, actualmente se reconoce que no solo se debe ofrecer a los estudiantes un conocimiento teórico y práctico en cada una de las disciplinas marcadas por el currículo, también es de suma trascendencia, la enseñanza de autorregular correctamente las emociones, expresarlas de forma asertiva, para que sean personas que se puedan desenvolver más libremente en una sociedad donde la estipulación de normas de convivencia es esencial en la vida diaria.

Los conocimientos adquiridos en la Maestría en Educación Básica han hecho cambiar en gran medida mi perspectiva respecto a la noble profesión de ser docente. Pues ahora, considero distintos aspectos que me han permitido cambiar y mejorar ciertas prácticas, como es, tomar en cuenta la parte socioafectiva de los estudiantes, que por mucho tiempo fue relegada por la inmensa mayoría de los que ejercemos esta profesión, lo cual me indica que se necesita fortalecer en el estudio de dicho ámbito, eliminando creencias y prejuicios respecto al tema emocional. Lo anterior, visto desde una perspectiva integral en donde se considere a los estudiantes como personas que no solamente van a la escuela a adquirir conocimientos, sino a formarse como futuros integrantes de la sociedad, en busca de mejoras continuas.

6.2 Nivel del Logro del Proyecto de Intervención

Al comienzo del proyecto, se estudió la necesidad de crear un ambiente armónico dentro del salón de clases, en donde los alumnos logran convivir de tal forma que se sintieran en la plena confianza, para lograr expresar sus emociones sin el temor de sentirse abrumados o juzgados de forma negativa entre ellos mismos. Por tal motivo, se investigaron una diversidad de estrategias para lograr crear dichos ambientes, implementando actividades que les permitieran reconocer y gestionar sus emociones, a través de la visualización, actividades artísticas, la reflexión y la respiración.

Es por ello, que como objetivo general se buscó favorecer la autorregulación emocional de los alumnos de tercer grado mediante estrategias didácticas, que les permitan vivir en armonía. Para llegar a cumplir dichos objetivos de las actividades planteadas fue necesario en primer lugar diagnosticar el grado de habilidades asociadas a la regulación emocional, por lo que se establecieron entrevistas tanto a padres de familia como a alumnos, así como un test de inteligencia emocional, cabe destacar que este instrumento no fue algo improvisado, pues fue obtenido de una ardua investigación y rescatando autores como Bisquerra, Mayer, Salovey y Saphiro. De la misma forma, fue de gran importancia la observación directa en el salón de clases.

Fue así que, en este punto, se buscaron y seleccionaron las estrategias didácticas a implementar, que ayudaran a favorecer y desarrollar la autorregulación de las emociones de los estudiantes, considero y por lo observado en las sesiones, las estrategias fueron de un impacto favorable para los alumnos, pues tuvieron la oportunidad de realizar participaciones, expresando sus formas de pensar y haciendo reflexiones muy llamativas respecto al tema emocional. Con el paso de las actividades y de forma gradual, los alumnos se animaron a participar expresando sus emociones sin miedo a ser juzgados, sintiéndose con la confianza de contar sus experiencias, como es el caso de la alumna Milagros, quien siendo una persona muy reservada y con los sentimientos a flor de piel, fue estableciendo un vínculo de amistad con sus

compañeros, aprendiendo la importancia de expresar sus emociones de forma asertiva.

Como es sabido los proyectos educativos constituyen la integración de diferentes procesos, desde el diagnóstico hasta la evaluación, para la formación integral de los conocimientos, así como se mencionaron los logros alcanzados también es necesario mencionar las implicaciones o dificultades que se presentaron en la realización de estas, pues a pesar de tener un impacto favorable para la mayoría de los alumnos, no todos lograron consolidar el objetivo planteado en un principio, por distintos factores, algunos extraescolares. Por ello, desde un comienzo, fue importante hacer conciencia también a los padres de familia sobre el rumbo que tomaría este proyecto, planteando que sus hijos no solamente necesitan atención en la parte escolar tradicional, sino que igualmente, la parte afectiva ayuda a expandir su potencial intelectual y emocional.

Los problemas más comunes que se presentaron en la realización de este proyecto, fueron el entendimiento de conceptos, como qué es una emoción, la determinación de una emoción aflictiva y de una no aflictiva, que reflexionaran sobre la importancia de cada una de las emociones de los seres humanos, así conceptos como empatía, reflexiones durante cada una de las diferentes actividades, fueron necesarias explicar y analizar, despejando cada una de las múltiples dudas que surgían de los estudiantes, lo que denotaba su interés por el tema.

6.3 Retos y Recomendaciones

Como resultado de la aplicación de distintas actividades y al estar en contacto con los estudiantes de quinto grado, con un tema que la mayoría de las veces no se le da la relevancia como es la educación socioemocional, hicieron hacer una evaluación de mi propia práctica docente, reflexionar sobre las competencias que tengo desarrolladas y las que me faltan hacer practicar para mejorar en ellas, así como mencionaba en capítulos anteriores, el autor Perrenoud las considera importantes y prioritarias para la calidad de enseñanza. Trabajar con alumnos en proceso de la niñez

a la pubertad también implicó un reto de investigación sobre su comportamiento, pero de oportunidad para disipar dudas respecto a sus emociones.

La aplicación de este trabajo va más allá de los contenidos abordados, requiere ciertamente de elementos subjetivos y de interpretación intrapersonal, que en realidad tienen un fuerte peso simbólico para analizar la compleja estructura del ser, en donde se hace notorio el tipo de convivencia, tipos de familia, costumbres, tradiciones y contexto en el que se encuentre el alumno, ya que todo influye en la conducta del ser humano. El tema emocional, no es algo muy común entre la sociedad, hasta hace algunos años no se le brindaba la suficiente importancia, pues se creía que era algo que se daba por “sí solo”, que conforme se desarrollara el ser humano hacía la vida adulta podría solventarlo.

Otra de las recomendaciones que puedo generar sobre este trabajo, es la de mejorar mis habilidades y competencias de organizar y animar situaciones de aprendizaje, esto será mediante el estudio e investigación para diseñar actividades que sean significativas para los estudiantes, utilizando conceptos y adecuando cada uno de los trabajos a realizar, de tal forma que sean fáciles de entender, que puedan ser reflexionados en las sesiones de trabajo, tomando en cuenta su nivel cognitivo y las diferencias que existen entre el alumnado.

Hoy sabemos que lo anterior no es viable, que no nos podemos limitar al pensamiento tradicional, que la educación en emociones es un proceso continuo y permanente, pues el desarrollo emocional, social y los procesos cognitivos van ligados a lo largo de la vida del individuo. Este trabajo tuvo como fin, primeramente, establecer una relación de acercamiento con los padres de familia, por lo que era esencial contar con su apoyo, fue así que se decidió hacer un primer trabajo especial de padres e hijos. Considero que, se tuvo un apoyo de la mayoría de los tutores, pues muchos cambiaron su forma de tratar a sus hijos, sin embargo, esto no tuvo la misma repercusión para cada uno de los tutores involucrados, pues a pesar de explicar la importancia del apoyo emocional hacia sus hijos, todavía hay padres que toman con mayor grado de atención la parte cuantitativa de la evaluación del alumno, es decir, les interesa más una calificación sin tomar muy en cuenta la parte afectiva del

estudiante.

La recomendación que puedo hacer respecto a lo anterior es la de no desistir, que, no obstante, sea complicado tener esa relación de acercamiento con los padres, es a través de actividades diversificadas, bien planeadas y sustentadas teóricamente para exponerlas en reuniones, buscando implicarlos para que vean la importancia de la formación integral de sus hijos, haciéndolos ver que el resultado será mejor si la comunicación se da en los tres sentidos: alumno, padre y maestro.

Por otra parte, respecto a la competencia a desarrollar es “Organizar y animar situaciones de aprendizaje”, pues para diseñar las actividades del proyecto es necesario investigar conceptos, actividades de acuerdo a la edad de los niños para poder ser aplicadas, sobre todo acercarlas al nivel de los estudiantes, así como trabajar de los errores y los obstáculos de los aprendizajes, siendo las actividades adecuadas al contexto y las circunstancias.

Otra competencia a desarrollar es “Gestionar la progresión de los aprendizajes”, es sabido que cada grupo es diferente y los alumnos son diversos y con casos particulares, entonces es importante poner en práctica conocimientos, habilidades y actitudes para particularizar a aquellos niños que necesitan más apoyo en la parte emocional, observando y evaluando a los alumnos en situaciones de aprendizaje en el punto formativo, hacerles ver los errores y trabajar sobre ello. Por otro lado, la competencia “Elaborar y hacer evolucionar dispositivos de diferenciación”, pues es necesario practicar las actividades en donde todos los alumnos se integren, en este caso investigando dinámicas de integración y de sensibilización para aquellos alumnos que tienen mayores dificultades.

Puedo decir que este proyecto ha hecho que como profesional afronte los problemas de la escuela y no dejarlos pasar, que la Maestría en Educación Básica me ha servido no solamente para alimentar mi conocimiento, brindándome una vasta gama de nuevos materiales disponibles para su estudio, considero que lo más importante es que me ha hecho ver desde otra perspectiva mi trabajo educativo, así como cuestionar mis actuaciones con el fin de tener una mejora continua y no cerrar

mi visión sobre el tema educativo.

Sin duda, el fin último es que se contribuye a que los estudiantes mejoren día a día, es después de haber concluido este ambicioso proyecto que puedo decir que los alumnos tienen bases cimentadas, que con ayuda de sus padres lograrán aprender a ser mejores personas, el trabajo no queda concluido en este proyecto, solo es el inicio de una idea para crear ciudadanos que logren reconocer sus emociones para poder regularlas, lo ideal sería que cada docente le diera la importancia a este gran tema que hasta hace poco no era relevante, esperando que las prácticas educativas y que el currículo tome a consideración el tema socioemocional, preparando al docente a conciencia, pues es este quien dará su mejor versión para apoyar al alumno.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barriga, A. (2002). ***Estrategias Docentes para un Aprendizaje Significativo: una interpretación constructivista***. México: McGraw Hill.
- Bauman, Z. (2008). ***Los retos de la educación en la modernidad líquida***. Barcelona: Gedisa.
- Bauman, Z. (2017). ***Modernidad líquida***. España: Fondo de Cultura Económica.
- Bazán, J. & Castillo, M. (2017). ***Nuevos cuadernos del colegio***. Recuperado de <http://memoria.cch.unam.mx/index.php/articulo/286>
- Bedmar, S. (2009). ***La importancia del contexto en el proceso de enseñanza-aprendizaje***. Temas para la educación. Consultado el 09 de marzo de 2022. Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/indcontei.aspx?d=3784&ind=178>
- Berrocal, P. & Extremera, N. (2002). La inteligencia emocional como una habilidad esencial en la escuela. ***Revista Iberoamericana de Educación***. Consultado el 22 de marzo de 2022. Recuperado de <https://rieoei.org/RIE/article/view/2869>
- Bisquerra, R. (2005). La educación emocional en la formación del profesorado. ***Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado***. Consultado el 22 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927006>
- Bisquerra, R. y Pérez. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. ***Revista de la Asociación de Inspectores de España***. Consultado el 25 de agosto de 2021. Recuperado de: <https://avances.adide.org/index.php/ase/article/view/502>
- Bisquerra, R. (2011). ***Educación emocional, Propuestas para educadores y familias***. España: DESCLÉE DE BROUWER.

- Cabrera, E. (2007). Dificultades para aprender o dificultades para enseñar. **Revista Iberoamericana de Educación**. Consultado el 20 de marzo de 2022. Recuperado de <https://rieoei.org/RIE/article/view/2327>
- Carrera, B. y Mazzarella, C. (2001). **Vygotsky: enfoque sociocultural**. Educere. Consultado el 11 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35601309>
- Castiblanco, I. (2006). **¿Quién es el otro?** Saberes y prácticas. Docplayer. Consultado el 26 de marzo de 2022. Recuperado de <https://docplayer.es/36482488-Quien-es-el-otro-ivan-castiblanco-ramirez-junio-de-2006.html>
- Castro, S. & Guzmán, B. (2005). Los estilos de aprendizaje en la enseñanza y el aprendizaje: Una propuesta para su implementación. **Revista de Investigación UPEL**. Consultado el 20 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=376140372005>
- Delval, J. (2013). La escuela para el siglo XXI. **Revista Electrónica Sinéctica**. Consultado el 03 de marzo de 2022. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=99827467002>
- Díez-Palomar, J.; Flecha García, R. (2010). Comunidades de Aprendizaje: un proyecto de transformación social y educativa. **Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado**. Consultado el 23 de febrero de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419180002>
- Fernández, D. (2012). La ética de Lévinas, un pensamiento de la responsabilidad. **Eikasia Revista de Filosofía**. Consultado el 24 de marzo de 2022. Recuperado de <https://www.revistadefilosofia.org/45-09.pdf>
- Fernández, O. (2015). **Lévinas y la alteridad: cinco planos**. Brocar. Consultado el 25 de marzo de 2022. Recuperado de <https://publicaciones.unirioja.es/ojs/index.php/brocar/article/download/2902/2635>

- Fernández, P. y Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. **Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado**. Consultado el 08 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927005>
- Gairín, J. (1998). **Estrategias organizativas en atención a la diversidad**. EDUCAR. Consultado el 16 de febrero de 2022. Recuperado de <https://educar.uab.cat/article/view/v22-23-gairin>
- Gamboa, M. Briceño, J. & Camacho, J. (2015). **Caracterización de estilos de aprendizaje y canales de percepción de estudiantes universitarios**. Opción. Consultado el 21 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31045567026>
- Gómez, R. (2004). **La investigación-acción educativa y la construcción de saber pedagógico**. Consultado el 15 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83400706>
- Guedes, S. y Estramiana, J. (2010). Naturaleza y cultura en el estudio de las emociones. **Revista Española de Sociología**. Consultado el 10 de marzo de 2022. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/65164>
- Jiménez, A. (2018). **Inteligencia Emocional**. Madrid: AEPap.
- Latorre, A. (2003). **La investigación – acción. Conocer y cambiar la práctica educativa**. España: Graó.
- López, É. (2005). La educación emocional en la educación infantil. **Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado**. Consultado el 07 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27411927009>
- Moll, L. (1995). **La Zona de Desarrollo Próximo de Vygotski: Una reconsideración de sus implicaciones para la enseñanza**. Dialnet. Consultado el 08 de marzo de 2022. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/48359.pdf>

Muñoz, M. (2018). **Articulación del Modelo educativo 2017 con las escuelas normales. Caso educación socioemocional.** CONISEN. Consultado el 23 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.conisen.mx/memorias2018/memorias/3/P733.pdf>

Naciones Unidas. (2019). **La sociedad, como la vida, es multicultural.** Consultado el 15 de febrero de 2022. Recuperado de <https://news.un.org/es/audio/2019/02/1450821>

Navarro, O. (2007). **El rostro del otro: Una lectura de la ética de la alteridad de Emmanuel Lévinas.** Dialnet. Consultado el 22 de marzo de 2022. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2863805.pdf>

Páez, M. (2013). **Acercamiento teórico al concepto de solidaridad.** Realitas. Consultado el 24 de marzo de 2022. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6984236.pdf>

Perrenoud, P. (2007). **Diez nuevas competencias para enseñar.** Consultado el 15 de junio de 2021. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/311/31111439008.pdf>

Retana, G. y Ángel, J. (2012). **La educación emocional, su importancia en el proceso de aprendizaje.** Consultado el 14 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44023984007>

Revista Iberoamericana de Educación (2000). **RIE.** Consultado el 30 de agosto de 2021. Recuperado de <https://rieoei.org/historico/documentos/rie22a09.htm>.

Rodríguez, W. (1999). **El legado de Vygotski y de Piaget a la educación.** Revista Latinoamericana de Psicología. Consultado el 07 de marzo de 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80531304>

Secretaría de Educación Pública (2008). **Plan de Estudios 2009 Etapa de prueba.** México: SEP.

Secretaría de Educación Pública. (2004). **Manual de estilos de aprendizaje**. Material Instruccional para docentes y orientadores educativos. Consultado el 22 de marzo de 2022. Recuperado de <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/1002>

Secretaría de Educación Pública. (2013). **El enfoque formativo de la evaluación**. México: SEP.

Secretaría de Educación Pública. **Aprendizajes Clave Para la Educación Integral**. México: SEP

Shapiro, L. (2015). **La inteligencia emocional de los niños**. España: B de bolsillo.

Skilbeck, M. (2000). **DVV International**. Consultado el 18 de septiembre de 2021. Recuperado de <https://www.dvv-international.de/es/educacion-de-adultos-y-desarrollo/ediciones/ead-552000/dakar-educacion-para-todos/sintesis-global-educacion-para-todos-ndash-balance-hasta-el-ano-2000>

Sosa, E. (2009). **La otredad: una visión del pensamiento latinoamericano contemporáneo**. Scielo. Consultado el 25 de marzo de 2022. Recuperado de <http://ve.scielo.org/pdf/l/v51n80/art12.pdf>

Tedesco, J. (2010). Educar para la justicia social. Nuevos procesos de socialización, ciudadanía y educación en América Latina. **Revista IIDH**. Consultado el 04 de marzo de 2022. Recuperado de <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r25568.pdf>

UNESCO. (2021). **Interculturalidad**. Consultado el 14 de julio de 2021. Recuperado de <https://es.unesco.org/creativity/interculturalidad>

Valls, R.; Munté, A. (2010). Las claves del aprendizaje dialógico en las Comunidades de Aprendizaje. **Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado**. Consultado el 22 de febrero del 2022. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419180001>

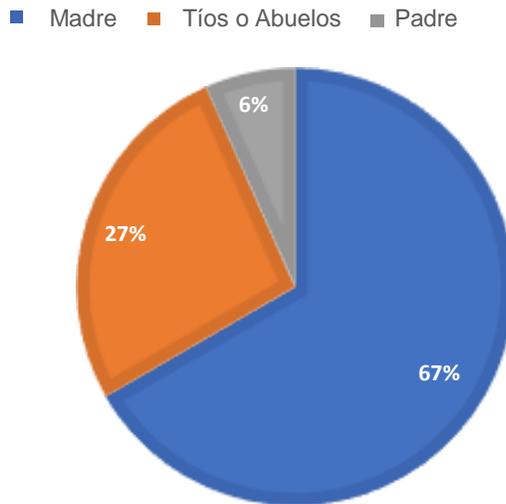
Vygotsky, L. (1984). **Aprendizaje y desarrollo intelectual en la edad escolar**.

Dialnet. Consultado el 09 de marzo de 2022. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=668448>

Zaldívar, M. (2007). ***Algunas consideraciones sobre el concepto de zona de desarrollo potencial.*** Cuba: Revista Iberoamericana de Educación.

ANEXOS

Anexo 1. Tutores encargados



Gráfica de los tutores encargados de los alumnos de tercer grado, en donde se puede apreciar las madres y abuelos son en su mayoría los encargados del cuidado de los estudiantes.

Anexo 2. Tiempo dedicado a los hijos



Se observar ver el tiempo que se le dedica a los alumnos para apoyarlos con sus tareas y actividades.

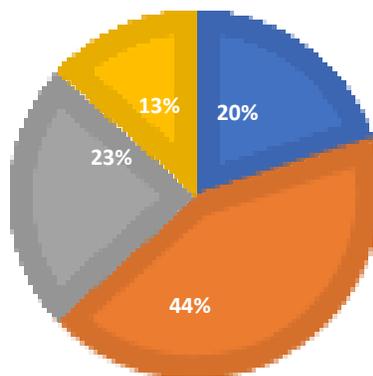
Anexo 3. Test de Mesquite



Las respuestas obtenidas por medio del “Test de Mesquite” fueron muy reveladoras, pues mostraban que a la mayoría de los alumnos tenían dificultades para decir lo que les pasa y expresar sus emociones. Esta gráfica es a la pregunta: ¿Eres una persona que le cuesta expresar lo que le pasa?

Anexo 4. Test de Mesquite

- Esconder sus sentimientos y pensamientos.
- Deben hablar entre ellos de lo que creen necesario sin límites.
- Los padres nunca deben hablar con sus hijos de sus angustias o problemas. Nunca te lo habías preguntado y no sabes qué responder.



Gráfica que muestra los resultados a la pregunta “Para ti, padres e hijos deben...”, lo cual muestra que los alumnos no tenían muy claro la importancia de tener un acercamiento a sus padres para poder contarles sus sentimientos y pensamientos, lo que también es resultado del poco acercamiento por parte de los tutores con sus hijos.

Anexo 5. Matrogimnasia con tutores



Aplicación de la estrategia “Matrogimnasia para padres”, en donde la mayoría de las madres y padres asistieron para acompañar a sus hijos, se comenzó haciendo una explicación de lo que se trataba la actividad y un breve calentamiento para realizar los ejercicios junto a los estudiantes.

Anexo 6. Padres participativos



La participación de los padres de familia fue muy entusiasta y en cada ejercicio brindaban palabras de aliento para que sus hijos se motivaran y logran hacer la actividad.

Anexo 7. Al ritmo de mis emociones



Durante la actividad “Al ritmo de mis emociones”, los educandos a través de la música expresaban la felicidad, moviéndose como ellos quisieran, algunos bailaban, otros brincaban y algunos pocos tenían algunas dificultades para expresarse con su cuerpo.

Anexo 8. Las sensaciones de los alumnos



Los alumnos participaban explicando lo que sintieron cuando realizaban la actividad, en la imagen se puede apreciar a la alumna Milagros hablando con sus compañeros respecto a las emociones del enojo y la felicidad.

Anexo 9. Dos tipos de experiencias



En la actividad “Experiencias agradables y desagradables”, los alumnos iban depositando la emoción que tuvo mayor predominancia a lo largo de la jornada escolar.

Anexo 10. Experiencias agradables y desagradables



Se obtuvieron una diversidad de respuestas a lo largo de la semana en que se trabajó con la actividad, al finalizar se hizo el conteo de las emociones para saber cuál fue la de mayor selección.

Anexo 11. Reflexiones sobre la actividad



Al finalizar la actividad “Experiencias agradables y desagradables”, se motivó a los alumnos para que reflexionaran sobre las respuestas que colocaron día con día, llegando a la conclusión de que no todos los días podemos estar en las mejores condiciones para estar felices, pero que es correcto identificar los motivos.

Anexo 12. Postura de relajación



La “Postura de la montaña”, se utilizó a lo largo de diversas actividades, con ella se pretendía llegar a un momento de relajación y para ello se hacían ejercicios de respiración y posición del cuerpo.

Anexo 13. Alumnos participativos



Participación activa durante la actividad “Me siento mejor”, en la imagen se puede apreciar que los alumnos levantaban la mano para completar la frase “Yo quiero mucho a...”, la cual era parte del inicio de la actividad.

Anexo 14. Dibujo para ayudar a Mario



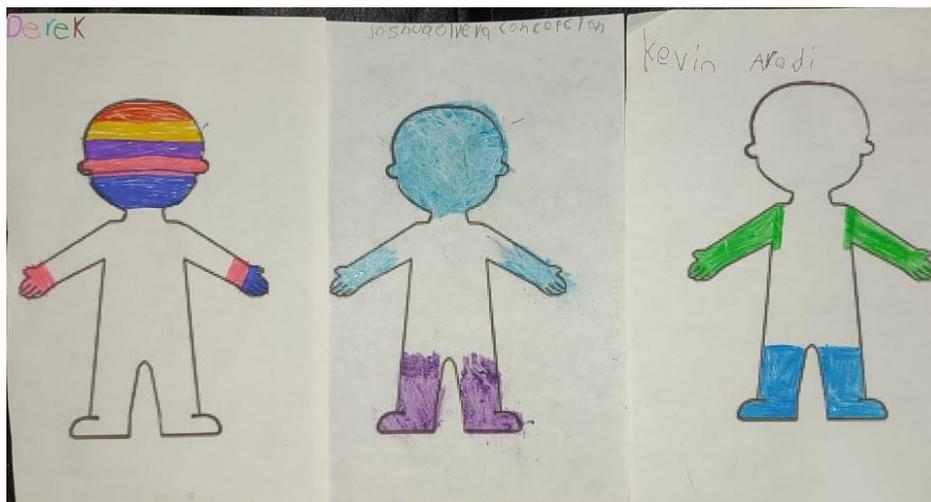
Momento en que los alumnos dibujaban una hormiga para ayudar a Mario, quien era parte de la historia en la actividad “El ABCD para transformar la emoción”.

Anexo 15. Los alumnos lograron establecer la importancia de trabajar en las emociones para lograr objetivos.



La finalidad en la actividad “El ABCD para transformar la emoción” era que los estudiantes se dieran cuenta que se puede culminar un trabajo por más complicado que sea, así como también la importancia de recibir apoyo de los demás.

Anexo 16. El cuerpo y las emociones



Siluetas del cuerpo de la actividad “Mariposas en el estómago”, en estas los estudiantes iluminaron la parte en donde identificaban las diferentes emociones como son: felicidad, enojo, tristeza, miedo, entre otras.