

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 099, CIUDAD DE MÉXICO, PONIENTE



**ESTRATEGIAS LÚDICAS DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL
PARA LA DISMINUCIÓN DE LOS COMPORTAMIENTOS
DISRUPTIVOS EN PREESCOLAR 3°, EN EL CENTRO DE ATENCIÓN Y
ESTIMULACIÓN PSICOPEDAGÓGICA INFANTIL DE LA ALCALDÍA
BENITO JUÁREZ.**

TESINA

PRESENTA:

FRIDA FERNANDA CAMPOS BECERRIL

ASESORA:

LIC. LETICIA MARTÍNEZ RINCÓN

CIUDAD DE MÉXICO

MAYO DE 2026



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 099, CIUDAD DE MÉXICO, PONIENTE**



**ESTRATEGIAS LÚDICAS DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL
PARA LA DISMINUCIÓN DE LOS COMPORTAMIENTOS
DISRUPTIVOS EN PREESCOLAR 3°, EN EL CENTRO DE ATENCIÓN Y
ESTIMULACIÓN PSICOPEDAGÓGICA INFANTIL DE LA ALCALDÍA
BENITO JUÁREZ.**

TESINA

PRESENTA:

FRIDA FERNANDA CAMPOS BECERRIL.

ASESORA:

LIC. LETICIA MARTÍNEZ RINCÓN

CIUDAD DE MÉXICO

MAYO DE 2026



DICTAMEN DE TRABAJO PARA TITULACIÓN

Ciudad de México, 24 de abril de 2026

C. FRIDA FERNANDA CAMPOS BECERRIL

Presente

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, titulado:

**ESTRATEGIAS LÚDICAS DE AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL PARA LA DISMINUCIÓN DE
LOS COMPORTAMIENTOS DISRUPTIVOS EN PREESCOLAR 3º, EN EL CENTRO DE
ATENCIÓN Y ESTIMULACIÓN PSICOPEDAGÓGICA INFANTIL DE LA ALCALDÍA BENITO
JUÁREZ**

Modalidad TESINA, opción ensayo a propuesta de la C. Lic. Leticia Martínez Rincón manifiesto a Usted, que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior se dictamina favorablemente su trabajo y se autoriza a presentarlo ante el H. Jurado que se le designará al solicitar su Examen Profesional para obtener el título de Licenciado (a) en Educación Preescolar.

ATENTAMENTE:

S.E.P.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD UPN 099

D.F. PONIENTE

DRA. GUADALUPE G. QUINTANILLA CALDERÓN

Presidente de la Comisión de Exámenes

Profesionales de la Unidad UPN-099 Ciudad de México, Poniente

C.C.P. Archivo de la Comisión de Exámenes Profesionales de la Unidad UPN 099 CDMX, Poniente



2026
año de
**Margarita
Maza**

DEDICATORIAS

A la Universidad Pedagógica Nacional Unidad 099, por el cariño que encontré en sus pasillos, las enseñanzas tan gratas que desconocía, en sus queridas aulas, y, sobre todo, la atención de su personal que me orientó en cada área que requería apoyo, en mi corazón llevaré todo mi proceso, y lo que fue parte de, y con esto formar un sueño; a la Dra. Guadalupe G. Quintanilla Calderón, por su atención siempre cordial y conocimientos guía.

Muchas gracias a mi asesora Lic. Leticia Martínez Rincón, por su tiempo, su dedicación, su paciencia tan grande, y sobre todo, por su sabiduría que me ha guiado hasta ahora, sin usted, esto hubiera sido tan lejano.

A mis padres, mis primeros guías, que me dan el esfuerzo de sus desveladas, para poder tener el futuro que tanto he querido, los amo, gracias por creer en mí, esto es para ustedes, los amo mucho.

A mis hermanos, por ser mi pequeña compañía, y mi luz en muchas cosas, siempre disminuyen mi estrés con risas y palabras de ánimo.

A nuestra señora, te prometí una mención, a cambio de mi titulación; mi fe a ti siempre me guiará a la paz que necesito.

Y, por último, pero no menos importante, a la mujer que amo mucho, desde el día que apareciste, me has bendecido con tu presencia, te admiro más allá del amor que te tengo, mi segundo hogar es contigo, celebremos siempre nuestras victorias, esta meta también es tuya.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	Pág.
CAPÍTULO 1. ELEMENTOS METODOLÓGICOS Y REFERENCIALES DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN 2	
1.1. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA	2
1.2. LOS REFERENTES DE UBICACIÓN SITUACIONAL DE LA PROBLEMÁTICA	5
1.2.1.REFERENTE GEOGRÁFICO.....	5
A) ANÁLISIS HISTÓRICO, GEOGRÁFICO Y SOCIO-ECONÓMICODEL ENTORNO DE LA PROBLEMÁTICA . 6	
a) Orígenes y Antecedentes Históricos de la Localidad.....	7
b) Orografía.....	8
c) Medios de Comunicación.....	9
d) Vías de Comunicación	10
e) Educación.....	11
f) Sitios de interés cultural y turísticos	10
g) Impacto de referente geográfico a la problemática que se estudia	10
B) ESTUDIO SOCIO-ECONOMICO DE LA LOCALIDAD.....	11
a) Vivienda.....	12
b) Empleo.....	12
c) Deporte	13
d) Recreación	13
e) Cultura	14
f) Religión	14
g) educación	14
h) Ambiente socio-económico y su influencia en el desarrollo escolar de los alumnos	15
1.2.1 EL REFERENTE ESCOLAR	15
a) Ubicación geográfica del jardín de niños Telpochcalli	15
b) Estatus del tipo de Sostenimiento de la Escuela: Pública o Privada	16
c) Aspectos materiales de la Institución	17
d) Croquis de las Instalaciones Materiales	17
e) La Organización escolar en la institución	18
f) Organigrama General de la institución	19
g) Características de la Población Escolar.....	20

h) Reacciones e interacciones de la Institución con los Padres de Familia	21
Reacciones e interacciones de la Escuela con la comunidad.....	21
1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	22
1.4. LA HÍPOTESIS GUÍA DE LA INVESTIGACIÓN	23
1.5. LA ELABORACIÓN DE LOS OBJETIVOS EN LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	23
1.5.1. Objetivo General.....	24
1.5.2. Objetivos Particulares.....	24
1.6. LA ORIENTACIÓN METODOLÓGICA DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	26
CAPÍTULO 2. EL MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.....	34
2.1. El apartado crítico-conceptual establecido en la elaboración del marco teórico:.....	34
2.1.1 Estrategias Lúdicas.....	34
2.1.2 Trastorno del comportamiento en el niño preescolar.....	34
2.1.2. Características de una convivencia escolar armónica	37
2.1.3 teoría de Lev Vigotsky	39
2.1.4 Daniel Goleman y su teoría “La Inteligencia Emocional”	41
2.1.5 ¿Qué son las conductas disruptivas?	46
2.1.6 La autorregulación emocional en los niños de preescolar.....	50
2.2 ¿ES IMPORTANTE RELACIONAR LA TEORÍA, CON EL DESARROLLO DE LA PRÁCTICA EDUCATIVA DIARIA EN TU CENTRO ESCOLAR?	53
2.3 ¿LOS DOCENTES DEL CENTRO DE TRABAJO AL CUAL SE PERTENECE, LLEVAN A CABO SU PRÁCTICA EDUCATIVA EN EL AULA, BAJO CONCEPTOS TEÓRICOS?.....	53
CAPÍTULO 3. UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN DEL PROBLEMA.....	54
3.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA:	54
3.2. JUSTIFICACIÓN PARA LLEVAR A CABO LA PROPUESTA.....	54
3.3 ¿A QUIÉNES FAVORECE LA IMPLEMENTACIÓN DE ESTÁ PROPUESTA?	55
3.4 LOS CRITERIOS ESPECÍFICOS QUE AVALAN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	55
3.5 LA PROPUESTA.	56
3.5.1 Título de la propuesta.....	56
3.5.2 Objetivo general.....	56
3.5.3 Alcance de la propuesta.....	56
3.5.4 Temas centrales que constituye la propuesta.....	57
3.5.5 Características del diseño.	57
3.5.6 ¿Qué se necesita para aplicarla propuesta?.....	57
3.6 MECANISMO DE EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO EN EL DESARROLLO DE LA PROPUESTA.....	62
3.7 RESULTADOS ESPERADOS, CON LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.....	64
CONCLUSIONES.	

INTRODUCCIÓN

En el contexto educativo actual, los comportamientos disruptivos representan un desafío constante para docentes, directivo y la comunidad escolar en general. Estos comportamientos, que pueden manifestarse como desobediencia, agresividad, interrupciones constantes o falta de respeto, afectan directamente el clima del aula y el proceso de enseñanza-aprendizaje, por lo cual el presente trabajo de investigación, surge por el gran interés personal, que se tiene para poder brindar un ambiente positivo en el aula de clases, y con esto lograr una disminución de los comportamientos, mediante métodos pedagógicos y sociales, donde se trabajara en conjunto con el contexto familiar del infante .

La presente investigación refiere sobre la problemática de los Comportamientos Disruptivos en Preescolar, en las primeras etapas del desarrollo infantil, son fundamentales para la formación de habilidades sociales, emocionales y cognitivas.

Estos comportamientos no solo obstaculizan el desarrollo del niño que las presenta, también influyen de manera significativa en el desarrollo de sus actividades diarias, como la convivencia con sus compañeros, el clima del aula etc.

El propósito es el desarrollo emocional de los alumnos, es que conozcan y reconozcan sobre sus emociones, y su regulación de estas para lograr un aprendizaje cognitivo, afectivo y social. Los niños requieren acompañamiento en la construcción de la autorregulación emocional.

En el Capítulo 1, se describe el contexto del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil (CAEPI), ES DE Incorporación al Instituto del Seguro Social, en este capítulo se describirá el contextos social y educativo.

En el Capítulo 2, se sobre la convivencia escolar, la Inteligencia emocional, y como ciertas estrategias, pueden disminuir ciertos comportamientos disruptivos.

En el Capítulo 3, se comparten estrategias lúdicas, para la autorregulación y cómo aplicarlo en el aula a modo de solución de la problemática planteada.

Se plantean las conclusiones de la Investigación, además de agregar la Bibliografía y las Referencias de Internet.

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

Resulta de vital importancia para cualquier tipo de investigación que se realice, establecer los elementos de referencia contextual y metodológica, que ubican la problemática.

Formular tales elementos, permite dirigir en forma sistemática, el trabajo de investigación que debe realizarse para alcanzar los objetivos propuestos en el desarrollo de la investigación.

Bajo las argumentaciones citadas, es que se estructura el Capítulo 1 y que contiene los siguientes elementos:

1.1. LA JUSTIFICACIÓN DEL TEMA.

Durante las jornadas escolares, se ha observado en el Grupo de Preescolar 3° del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil (CAEPI), ciertos comportamientos disruptivos, donde bloquean un proceso de enseñanza- aprendizaje positivo; se entiende que estos comportamientos son de acciones que rompen un patrón de disciplina, alterando la armonía, dificultando con esto, un desarrollo del trabajo áulico de aprendizaje, emocional y de convivencia. La mayoría de las actividades, se realizan al aire libre y en grupo, se complica llevar a cabo esta rutina de convivencia social, de aprendizaje, y de movimiento corporal, y no se logra el propósito debido a los comportamientos disruptivos de los alumnos.

1.2. LOS REFERENTES DE UBICACIÓN SITUACIONAL DE LA PROBLEMÁTICA.

1.2.1. REFERENTE GEOGRÁFICO.



Alcaldía Benito Juárez ¹.



Mapa República Mexicana ².

La Alcaldía Benito Juárez es una de las dieciséis Alcaldías de la Ciudad de México. Se encuentra ubicada en la Región Central, colinda al Norte con la Alcaldía Miguel Hidalgo y Cuauhtémoc, al Poniente con la Alcaldía Álvaro Obregón, al Sur de la Alcaldía Coyoacán y al Oriente con las Alcaldías Iztacalco e Iztapalapa, Benito Juárez se ubica en el Centro Geográfico de la Ciudad de México. Tiene una latitud de 19°22' 15" y una longitud de 99°02' 27".0

¹ <https://sumoftalents.com/2022/09/12/alcaldia-benito-juarez/> (consultado 28.11.2022)

² https://www.wikiwand.com/es/Ciudad_Benito_Ju%C3%A1rez (consultado 28.11.2022)

A) ANÁLISIS HISTÓRICO, GEOGRÁFICO Y SOCIOECONÓMICO DEL ENTORNO DE LA PROBLEMÁTICA.

a) Orígenes y antecedentes históricos de la localidad.

El plantel escolar, objeto de estudio se ubica, en la Alcaldía Benito Juárez, los orígenes Prehispánicos de la Alcaldía son Teotihuacano y Mexica, mismos que se localizan en Actopan, Tlacoquemecatl, Xoco, Portales, Ticomán, La Piedad,

Mixcoac, que a su vez cerca de aquí se encuentra el Basamento Piramidal de San Pedro de los Pinos, única prueba arqueológica descubierta en 1916. La evolución de la Alcaldía Benito Juárez, se presenta en relación con su crecimiento poblacional, el espacio de esta Alcaldía responde a sus fines políticos, culturales, económicos y sociales. Benito Juárez se define como una de las colonias más antiguas y tradicionales, fue creada en 1926 para dotar de vivienda a los trabajadores de la dirección general de Correos de México.

Hernán Cortés tenía tierras del Marquesado. El español era quien nombraba a las autoridades civiles, la Alcaldía estuvo sujeta al corregimiento de Coyoacán. Fue hasta 1810, con la disolución del Marquesado del Valle decretado por el Rey de España, que lo administrativo y judicial de la Benito Juárez dejó de depender de Coyoacán.

Tras la Revolución Mexicana, los productores locales siguieron comercializando pulque, flores y frutos. De igual manera, los tranvías favorecieron el acceso a las localidades dentro de la Benito Juárez. En la década de los 40, se fraccionó la capital en cuatro Delegaciones: Cuauhtémoc, Venustiano Carranza, Miguel Hidalgo y Benito Juárez.

Para mitad del Siglo XX el crecimiento urbano protagonizó las calles de la zona. Y en lugar de casas, la tendencia fue levantar edificios residenciales. Prueba de esto son colonias como la Nápoles, donde las torres se impusieron ante las vecindades. Hoy por hoy, la Alcaldía Benito Juárez se posiciona como una de las Alcaldías más importantes, conocida por ser una de las que cuenta con mejor calidad de vida y más de 300,000 habitantes.

Lo más notable del decenio que va de 1950 a 1960, el área de la Alcaldía dejó de ser de las afueras de la Ciudad y paso a convertirse en parte de su centro, el crecimiento urbano tuvo tendencia a construir edificios con departamentos, día con día se impusieron las torres sobre las viviendas unifamiliares, las casas solariegas y las vecindades ³ .

b) Hidrografía.

Los flujos definen láminas de escurrimientos de la cuenca alta que tienen su mayor acumulación en las Alcaldías Coyoacán, Benito Juárez y Miguel Hidalgo. A partir de este producto cartográfico se estimaron cerca de 16,000 kilómetros de corrientes de primer orden que corren en el territorio de la Ciudad y un total de 31,285.32 km ⁴ .

³ <https://alcaldiabenitojuarez.gob.mx/historia/> (consultado 28.11.22)

⁴ <https://dev-sieg.cdmx.gob.mx/maps/1325> (consultado 28.11.22)

c) Orografía.

La superficie del terreno es plana y no existen terrenos accidentados. Al territorio lo atraviesa la falla geológica “Contreras”, desde el Sur Poniente hasta el Sur Oriente por las Colonias: General Anaya, Carmen, Portales Norte y Sur, Albert y Zacahuitzco, lo que define a la zona como de alto riesgo por su sismicidad. ⁵

d) Medios de comunicación.

Uno de los medios de comunicación más representativos de esta Alcaldía Benito Juárez, es la Secretaría de Comunicaciones y Obras Públicas (SCOP). La Torre Mexicana de Aviación como parte del Programa Nacional de Telecomunicaciones, dando inicio en 1965 y terminado en 1970, también se encuentra la Torre Central de Telecomunicaciones, que cuenta con equipos telefónicos que comunican la torre con la Estación de Comunicaciones Vía Satélite, de Tulancingo Hidalgo. ⁶

e) Vías de comunicación.

La Alcaldía Benito Juárez se encuentra servida por cuatro líneas del Metro y catorce estaciones, conectando con la línea verde, café, azul y naranja. Las principales vías de comunicación son la Avenida Cuauhtémoc dónde el transporte

⁵ <https://viadf.mx/directorio/ciudad-de-mexico/benito-juarez/del-valle-sur> (consultado 28.11.22)

⁶ https://paot.org.mx/centro/programas/delegacion/benito_myri.html (consultado 28.11.22)

público es constante por el flujo de microbuses, el Eje 7 Sur Municipio Libre el principal transporte público es el Trolebús, Microbús y la Estación Parque de los Venados de la Línea 12 que corre de Tláhuac a Mixcoac, y la Avenida División del Norte. Así como la Avenida Universidad que hace cruce con el Eje y por estar la Estación del Metro Zapata de la Línea 3 y un transbordo con la Línea 12⁷.

f) Sitios de interés cultural y turístico.

Cuenta con una Zona Arqueológica en la Colonia Nápoles, los materiales provenientes de las excavaciones realizadas en los alrededores, indican que el lugar estuvo habitado desde el horizonte Preclásico Medio (1000 A.C.) y permitieron la construcción del palacio-templo del dios Mixcóatl.

Los sitios de importancia o más representativos, son el World Trade Center (WTC) es un complejo que identifica a la ciudad y en particular a la Alcaldía a la que pertenece, por ser un sitio de historia, dentro del conjunto arquitectónico se encuentra el Poliforum Cultural Siqueiros, decorado con uno de los tres grandes del muralismo mexicano: David Alfaro Siqueiros donde se realizan espectáculos culturales de gran calidad.

Otro de los atractivos más visitados, son el Parque Hundido, la Cineteca Nacional de México, el Parque Álamos, la Glorieta SCOP y las instalaciones de la Alcaldía Benito Juárez, por encontrarse dentro de una Zona Deportiva

⁷ ibidem

que cuenta con una pista de atletismo, canchas de futbol, canchas de basquetbol y un gimnasio donde se imparten distintas actividades.

Las instalaciones de la Alcaldía Benito Juárez, es un lugar sumamente frecuentado por contar con el fácil acceso y encontrarse dentro de una zona deportiva, que cuenta con una pista de atletismo, canchas de futbol, canchas de basquetbol y un gimnasio donde se imparten distintas actividades, así como el Parque de los Venados por ser un espacio principalmente de atracción para las familias por contar con juegos infantiles y mecánicos.

Lo más representativo en deporte, por la trayectoria y la historia deportiva es el Gimnasio “Juan de la Barrera” (Alberca Olímpica), que se encuentra bastante cerca de la Alcaldía y cuenta con distintas áreas para el deporte. ⁸

g) Cómo impacta el referente geográfico a la problemática.

La población escolar se ve beneficiada por los medios de comunicación que se encuentran alrededor del Centro de Atención Pedagógico Infantil, haciendo que muchos Padres de Familia elijan este Centro Escolar, debido a que la mayoría pertenecen a colonias cercanas, o sus negocios están dentro de la localidad lo que hace que sea más práctico para dejarlos o recogerlos.

⁸ <https://www.lahaus.mx/blog/zonas/benito-juarez-vivir-mexico> (consultado 28.11.22)

B) ESTUDIO SOCIOECONÓMICO DE LA LOCALIDAD.

a) Vivienda.

En 1950 el parque habitacional de la Delegación Benito Juárez sumaba 57.5 miles de viviendas donde habitaban 356.9 miles de personas, con una densidad domiciliaria de 6.1 ocupantes por vivienda. Veinte años después, en 1970, crecieron la población y la vivienda (576.5 miles de habitantes y 98.3 miles de viviendas) pero disminuyó la densidad domiciliaria a 5.8 ocupantes por vivienda (primer signo de la transición). En 1990 disminuyó la población a 407.8 miles de habitantes (segundo signo) mientras la vivienda crecía a 115.3 miles de unidades y la densidad domiciliaria bajaba a 3.5. En 1995 parece completarse ya el proceso: la población disminuyó a 370 mil habitantes, la vivienda bajó a 113.1 mil viviendas con clara tendencia a seguir disminuyendo y la densidad domiciliaria se redujo a 3.3 ocupantes por vivienda. Hace veinticinco años comenzaron los cambios: entre 1970 y 1995 se perdió el 35.8% de la población residente, pero es entre 1990 y 1995 cuando se pierde 9.2% de la vivienda. La diferencia tan notoria en tiempo y magnitud explica el curso que siguen la subocupación y la destrucción del parque habitacional ⁹.

⁹ https://paot.org.mx/centro/programas/delegacion/benito_myri.html (consultado 13.12.22)

b) Empleo.

La Alcaldía Benito Juárez, cuenta con indicadores de ocupación y empleo, la tasa de desocupación en la Ciudad de México en el 2015 es de 4.09, obteniendo la población masculina el 4.56 y en la femenina el 3.41. La tasa de la Ciudad de México es superior en el sector informal que es de 27.60, reflejándose el 23.17 en las mujeres contra un 30.93 en el caso de los hombres significativamente por arriba de la nacional de 27.21. Las edades donde se concentra la mayor parte de la población se ubican de los 30 a 34 años.¹⁰

Tabla 1.- TASA OCUPACIONAL ¹¹

NIVELES DE INGRESO DE POBLACIÓN OCUPADA.	BENITO JUÁREZ	CDMX	NACIONAL
Hasta un Salario mínimo	3.96	6.24	7.81
De 1 a 2 Salarios mínimos	8.71	22.02	26.63
Más de 2 Salarios mínimos	77.76	60.83	52.90
No es especificado	9.5	10.91	9.69
Población	223 843	4 033 273	45 085 410
Población desocupada	BENITO JUÁREZ	CDMX	NACIONAL
Hombres	3.22	4.09	4.06
Mujeres	3.90	3.41	2.69
Sector informal	TOTAL	27.60	27.21
Tasa de Ocupación	Hombres	30.93	26.62
Tasas de Ocupación	Mujeres	23.17	28.16

¹⁰ <http://www.cij.gob.mx/ebco2018-2024/9450/9450CSD.html> (Consultado 13.12.2022)

c) Deporte.

Las actividades deportivas que se ofrecen son propias de la Alcaldía, como la Alberca Olímpica que ofrece servicios de natación, canchas de voleibol, gimnasio, básquetbol, futbol, en el deportivo Santa Cruz también ofrece actividades deportivas para todas las edades, así como el Parque de los Venados y casas abiertas a la cultura que se encuentran dentro de las colonias, es una de las características de la Alcaldía por ofrecer variadas actividades. ¹¹

d) Recreación.

Existen dentro de la Alcaldía Benito Juárez, el Centro Cultural y Recreativo “Niños Héroes”, La Universidad de la Mujer donde se imparten talleres de recreación, baile de salón, danza, hawaiano, ballet, jazz, guitarra y también existen las Casas de Cultura en distintas colonias donde se imparten algunas de estas actividades y manualidades para la tercera edad. ¹²

¹¹ <https://www.capitalmexico.com.mx/estadio/alcaldia-benito-juarez-se-apunta-para-liderar-deporte-en-cdmx/> (Consultado 13.12.2022)

¹²

http://www.delegacionbenitojuarez.gob.mx/sites/default/files/transparencia/programa_de_desarrollo_delegacional_20122015.pdf (Consultado 13.12.2022)

e) Cultura.

Los sitios de importancia o más representativos es el World Trade Center (WTC). Éste, es un complejo que identifica a la Alcaldía, ya que dentro del conjunto arquitectónico se encuentra el Polyforum Cultural “Siqueiros”.

Los sitios más atractivos y visitados son: el Parque Hundido, la Cineteca Nacional de México, el Parque Álamos, la Glorieta SCOP y las instalaciones de la Alcaldía Benito Juárez, por encontrarse dentro de una zona deportiva que cuenta con una pista de atletismo, canchas de futbol, canchas de basquetbol y un gimnasio donde se imparten distintas actividades; así como el Parque de los Venados. ¹³

f) Religión Predominante.

En datos estadísticos, que se han realizado por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía e Informática (INEGI) en el 2005, se ha demostrado que hay una diversidad religiosa y la mayoría de la Población es Católica. El porcentaje de la población católica entre los años de 1895 y 1970, pasó de un 99.1 % a 96.2%.

En los años de 1990 y 2000, pasó de 89.7 a 88 por ciento. ¹⁴

¹³ http://paot.org.mx/centro/programas/delegacion/benito_myri.html#vt (Consultado 13.12.2022)

¹⁴ <https://www.inegi.org.mx/temas/religion/> (Consultado 13.12.2022)

g) Educación.

Se ubican ochenta y seis Escuelas Primarias Públicas y ciento dos son del Sector Privado. Las Escuelas Secundarias son: veintiuno Escuelas Diurnas Federales, diez para trabajadores federales y cuarenta y seis particulares incorporadas; quince secundarias técnicas y dos federales. A nivel medio superior se cuenta con sesenta y siete bachilleratos, además existen tres escuelas normales. En educación superior (profesional) existen trece escuelas, entre las que destacan en el sector privado la Universidad Panamericana, Universidad Simón Bolívar y Universidad Latinoamericana, Instituto Superior de Estudios Fiscales A.C. y Centro de Enseñanza de Mecánica Dental A.C.¹⁵

h) Ambiente Socioeconómico.

En el Centro de Atención Pedagógico Infantil (CAEPI) de la Alcaldía Benito Juárez, a nivel socioeconómico es de nivel alto, a pesar de que el centro educativo es un de servicio gratuito, que pueden gozar madres y padres que trabajen y tengan seguro social, también existe otra opción para gozar del servicio y es a través de colegiaturas, los padres de familia tienen un nivel socioeconómico alto, la mayoría del alumnado asiste a clases extracurriculares como Taekwondo, natación, ballet, etc.

¹⁵ <https://cdhcm.org.mx/2021/08/ninas-ninos-y-adolescentes-de-las-alcaldias-benito-juarez-y-azcapotzalco-tieneninternalizado-el-uso-del-cubrebocas-como-parte-del-regreso-a-la-escuela>
%20tiene,390%20estudiantes%20en%20la%20demarcaci%C3%B3n. (Consultado 13.12.2022)

1.2.2. EL REFERENTE ESCOLAR.

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

El Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil, se ubica en Casas Grandes 65, Narvarte Poniente, Benito Juárez, C.P 03020 Ciudad de México.¹⁶

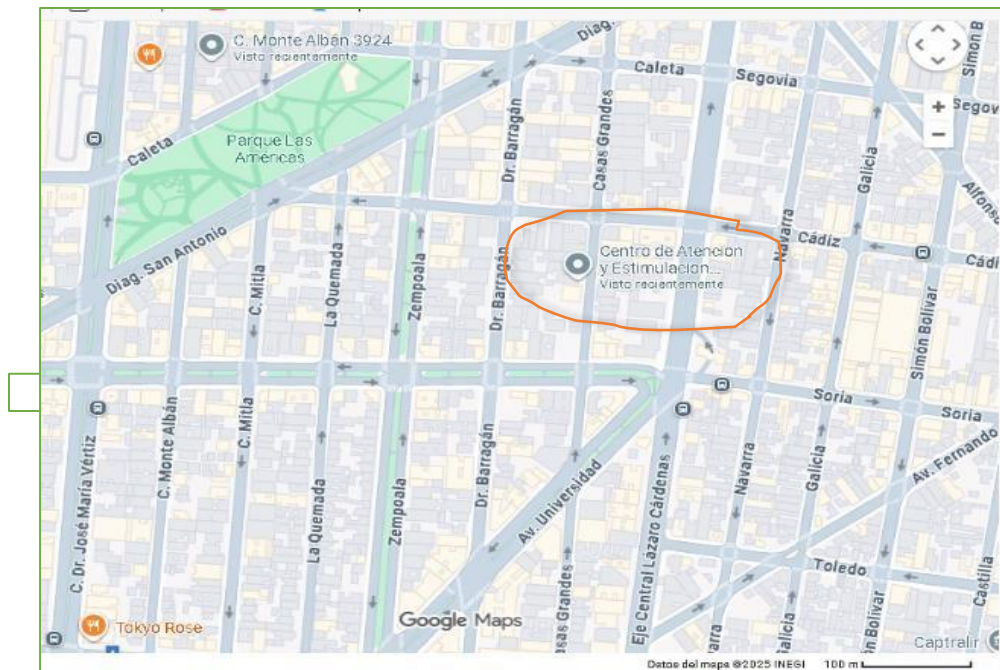


Imagen. - Ubicación del Centro CAEPI

¹⁶ https://www.google.com/url?centro-de-atencion-y-estimulacion-psicopedagogicainfantil%2F&usg=AOvVaw3menMNbz2svc1WsmR70_Z-&opi=89978449

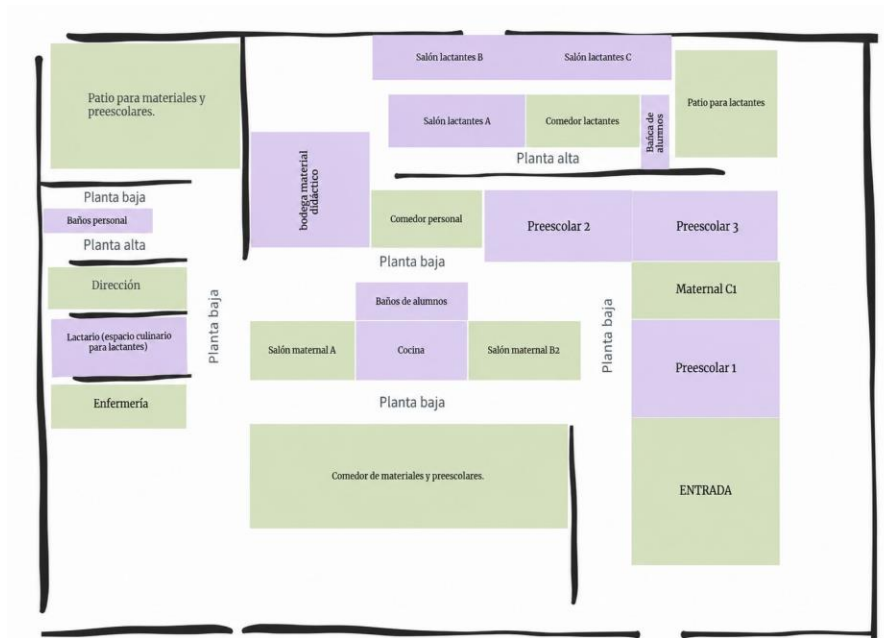
b) Tipo de Sosténimiento o Estatus.

El centro CAEPI, está incorporado al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y a la Secretaría de Educación Pública (SEP). También ofrece servicio de Educación Inicial a la comunidad. Es gratuito para los padres afiliados al seguro.

c) Aspecto material de la Institución.

El Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil (CAEPI), consta de dos niveles, con ocho salones, los cuales se dividen tres para lactantes, tres para maternales, y dos para preescolares. En cuanto a los comedores son dos, se encuentra en la planta baja, que es el comedor para maternales y preescolares, y el otro se encuentra en la planta alta, para los lactantes. Además cuenta con dos salidas de emergencia, una en cada planta. Un cuarto de limpieza, una cocina, una lactario, la oficina de dirección, un área de enfermería, la bodega de material didáctico y un patio que se utiliza para maternales y preescolares. En planta alta sólo se ubican los salones de lactantes, sépticos para la higiene de alumnos y al fondo un pequeño patio para los lactantes.

Cuenta con detectores de humo, y extinguidores, y lámparas de emergencia.



d) Croquis de las instalaciones materiales.¹⁷

imagen. –Plantel completo

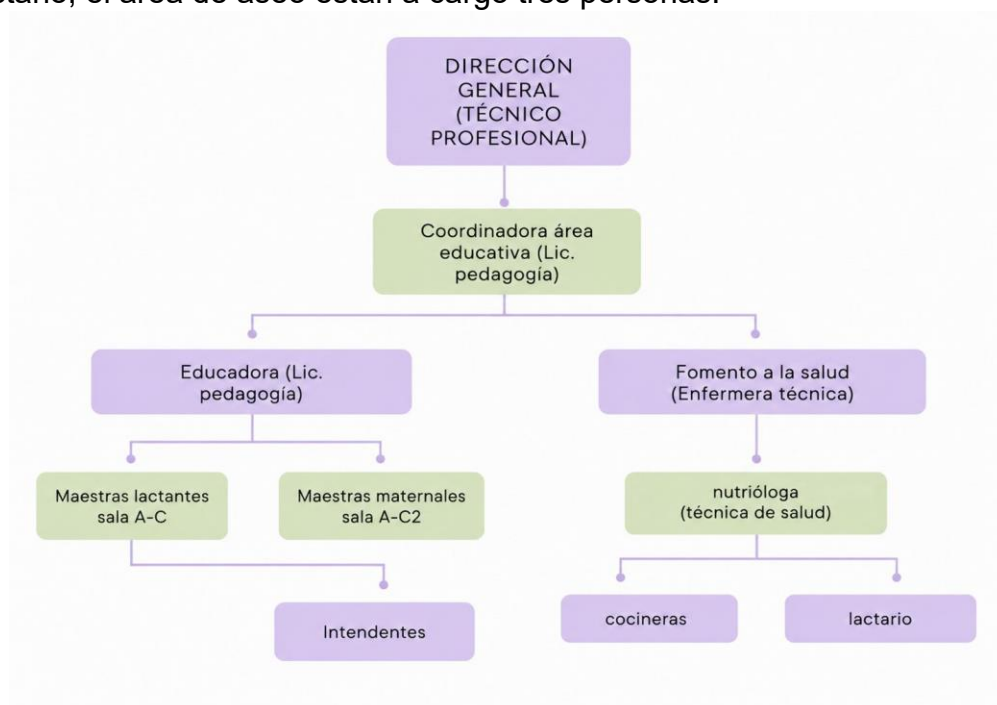
e) La Organización Escolar en la Institución.

El Centro CAEPI se encuentra organizado de la siguiente manera:

La Directora General, la Coordinadora Académica, Coordinadora Administrativa,

¹⁷ Croquis elaborado por la tesista, con permiso de la directora del centro.

Coordinador de fomento de la salud, la Nutrióloga. Para la división de Educación Inicial hay tres salas de lactantes, en cada sala se encuentran laborando tres profesoras, en área de inicial para paso del preescolar laboran dos profesoras por sala y en el área de preescolar se encuentran tres salas y cada una tiene una profesora a cargo. El área del comedor se encuentran dos cocineras y un encargado de lactario, el área de aseo están a cargo tres personas.



f) Organigrama General de la Institución. ¹⁸

¹⁸ Organigrama Elaborado por la Tesista

g) Características de la población escolar.

El Centro CAEPI actualmente se cuenta con una matrícula escolar de ochenta y seis alumnos, desde cuarenta y tres días de nacidos, a los 3 años 6 meses, están en Educación Inicial y Educación Preescolar.

Las poblaciones provienen de familias trabajadoras afiliadas al IMSS, en la mayoría son familias de hijos únicos con padres con horarios extensos. por lo que los abuelos o cuidadores, se hacen responsables de ellos. El Grupo de preescolar 3°, con una población de 15 alumnos, los cuales son 9 niños y 6 niñas, las edades oscilan entre 5 años a los 5 años 6 meses.

h) Relaciones e interacciones de la Institución con los Padres de Familia.

Se cuenta con la mayor parte de padres de familia, más de las amas de casa que participan activamente en los eventos de la escuela. El resto los limita sus horarios de trabajo, por lo cual la escuela maneja se una agenda que sirve como medio de comunicación.

i) Las relaciones e interacciones de la escuela con la comunidad.

Los festivales, actos cívicos, actos con la comunidad se dan de manera respetuosa y en estricto apego a las normas de SEP y del IMSS, respetando usos y costumbres de la comunidad.

1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Es relevante dentro del procedimiento de las determinaciones metodológicas de índole científica, definir la problemática, esto precisa la orientación y seguimiento de la indagación. Por ello plantearlo en forma de pregunta concreta, disminuye la posibilidad de enfrentar dispersiones durante la búsqueda de respuestas o nuevas relaciones del problema.

La pregunta indagatoria del presente trabajo se estructuró en los términos que a continuación se establecen:

¿Cómo se disminuyen los comportamientos disruptivos en el aula de niños de preescolar 3° del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil, en la Alcaldía Benito Juárez?

1.4. HIPÓTESIS GUÍA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.

Un hilo conductor propicio en la búsqueda de los elementos teórico-prácticos que den respuesta a la pregunta generada en el punto anterior es la base

del éxito en la construcción de los significados relativos a la solución de la problemática, en este caso educativa.

Para tales efectos se construyó el enunciado siguiente:

Lo que disminuye los comportamientos disruptivos, en el aula en niños de preescolar 3° del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil en la Alcaldía Benito Juárez; son las Estrategias Lúdicas de la Autorregulación Emocional.

1.5. LA ELABORACIÓN DE LOS OBJETIVOS EN LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.

Definir y estructurar objetivos dentro de planos, tales como el desarrollo de una Investigación, la Planeación Escolar o el Diseño Curricular, lleva a la posibilidad de dimensionar el progreso, avances o término de acciones interrelacionadas con esquemas de trabajo académico.

Por ello, es deseable que estos, se consideren como parte fundamental de estructuras de esta naturaleza.

La Construcción de los Objetivos en la Investigación, permite conocer los avances, y progresos que se han trabajado, de esta forma se considerará, ajustes para su término de acciones interrelacionadas con los esquemas de trabajo académico.

1.5.1. OBJETIVO GENERAL.

Diseñar una Investigación Documental que permita estructurar las bases

Teórico-Conceptual de la Estrategias Lúdicas para la Autorregulación Emocional que disminuya los comportamientos disruptivos en el aula en alumnos de Preescolar 3° del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil en la Alcaldía Benito Juárez.

1.5.2. OBJETIVOS PARTICULARES.

- ▶ Especificar el objeto de estudio y diseñar el boceto de Investigación Documental.
- ▶ Indagar en documentos teórico- psicológicos- metodológicos que demuestren, que la autorregulación emocional disminuye las conductas disruptivas.
- ▶ Crear una propuesta que dé solución a la problemática que se estudia.

1.6. LA ORIENTACIÓN METODOLÓGICA DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.

La orientación metodológica, indica las acciones a llevar a cabo en el que hacer investigativo documental, en este caso, de índole educativa, es necesario conformar el seguimiento sistematizado de cada una de las acciones a llevar

a delante y que correspondan al nivel de inferencia y profundidad de cada una de las reflexiones que conjugadas con las diferentes etapas de la construcción el análisis, lleven a interpretar de forma adecuada, los datos reunidos en torno al tema, base de la indagación.

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

Así mismo la integración de los materiales bibliográficos, se realizó conforme a la redacción de Fichas de Trabajo de conformación: Textual, Resumen, Paráfrasis, Comentarios y Mixtas, principalmente.

El documento fue sometido a diversas y constantes revisiones, realizando las correcciones indicadas y necesarias para la elaboración del presente informe.

CAPÍTULO 2. EL MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL.

Toda investigación requiere de un aparato teórico-crítico que avale la base del análisis que, de origen a nuevas perspectivas teórico -conceptuales del área de conocimiento, en este caso educativa.

Es necesario revalidar las proposiciones teóricas que se han ubicado conforme al enfoque que presenta el planteamiento del problema.

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

2.1.1. Estrategias Lúdicas.

Las estrategias lúdicas son un excelente elemento en la educación ya que ayuda a los alumnos a su creatividad, a la sociabilidad y en su enseñanza-aprendizaje. Las Estrategias lúdicas según autora ¹⁹ son métodos de enseñanza de carácter interactivo y dialógica, estimulada para el uso de métodos, ejercicios y juegos didácticos, establecidos específicamente para formar aprendizajes significativos, tanto en términos de conocimientos, como en habilidades o competencias sociales e incorporar valores. Son herramientas pedagógicas que potencian y desarrollan, el pensamiento y la creatividad de los alumnos que permiten al docente fortalecer un aprendizaje de calidad.

La tarea del profesor es que guiar al alumno a que desarrollen sus ²⁰ propias estrategias y obtengan un mayor rendimiento mediante el proceso.

2.1.2. Trastorno del comportamiento en el niño preescolar.

Para abordar el presente tema primero, se estructura el concepto claro de lo que es un trastorno de conducta en el niño preescolar, este refiere al patrón persistente de comportamientos problemáticos, desafiantes o agresivos que interfieren significativamente con su desarrollo, aprendizaje, socialización o convivencia del infante en casa, en la escuela u otros entornos que habita.

¹⁹ Cañizares, J.M. Estrategias lúdicas para el aprendizaje. 2008 Wanceulen, España

²⁰ Sánchez. Estrategias de aprendizaje, 2010 Trillas México

En su mayoría no se trata solo de berrinches ocasionales, o rebeldía típica de la edad, sino de conductas intensas, frecuentes y duraderas que superan lo esperado para su nivel de desarrollo del infante, lo cual causan un impacto negativo a su alrededor. Comienzan a ser observables estas conductas, cuando el infante muestra un patrón continuo, de agresión hacia otras personas, y graves violaciones de las reglas y normas sociales en la casa, la escuela y con los compañeros. Estas violaciones de las reglas pueden implicar quebrantar las normas o acuerdos de aula y, como consecuencia, ser sancionados ²¹ .

Los niños con trastorno de la conducta tienen más probabilidades de lesionarse y quizás tengan dificultades para llevarse bien con los compañeros. En el caso de los niños que tienen en ocasiones conductas o acciones agresivas y violentas, sus causas son distintas.

Los síntomas se detonan a partir de: Rompimiento de las reglas sin razón o motivo, comportamiento cruel o agresivo hacia personas y animales, ausentismo escolar, consumo excesivo de alcohol o drogas, piromanía, mentiras recurrentes, escaparse y vandalismo ²²

²¹ CDC. La Salud Mental de los Niños. EUA, 2021. Pág. 1, Disponible en:

<https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/spanish/behavior.html#:~:text=El%20trastorno%20de%20la%20conducta,escuela%20y%20con%20los%20compa%C3%B1eros>. (Consultado 16.03.2023)

²² MEDLINEPLUS. Trastorno de conducta. EUA, 2019. Pág. 1, Disponible en : <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000919.htm> (Consultado 16.03.2023)

2.1.3. Características de una convivencia escolar armónica.

► **Convivencia democrática:** Se refiere a la participación y corresponsabilidad en la generación y seguimiento de acuerdos que regulan la vida en común, así como el manejo de las diferencias y conflictos. Destaca la importancia de la construcción colectiva de reglamentos y normas con enfoque de principios éticos, las decisiones participativas para la acción colectiva, el diálogo reflexivo y el manejo formativo de conflictos. Frente a la necesidad de construir un ambiente educativo pertinente y relevante que eduque para la democracia, y para contar con personas que en contextos futuros sean constructores de una cultura de paz.

► **Convivencia pacífica:** Alude a la capacidad de establecer interacciones humanas basadas en el aprecio, el respeto, la tolerancia, la prevención y atención de conductas de riesgo, el cuidado de los espacios y bienes colectivos, la reparación del daño y la reinserción comunitaria. Por consiguiente, el foco de la intervención para la formación de una convivencia pacífica, se deben abordar en su conjunto: la organización y participación escolar; los procesos de enseñanza-aprendizaje, el clima y las normas de convivencia; es decir, debe abarcar el plano programático, sus estructuras y formas de funcionamiento, el desarrollo curricular y los roles e interacciones que se construyen en la escuela.

► **Convivencia inclusiva:** Reconoce la dignidad de todas las personas partiendo de una valoración de sus características de género, etnia, religión, cultura, grupo social y capacidades entre otros. Sus ejes son la identidad y

cuidado, la valoración de las diferencias y la pluralidad. La convivencia inclusiva permite visualizar el derecho a la dignidad de las personas por el simple hecho de serlo, no importando su religión, etnia o nacionalidad, condición social, edad, género, preferencia sexual, discapacidad, condiciones de salud, opiniones o cualquier otra característica personal (Ainscow, 2007). Dentro de la escuela, se trata de valorar y respetar la diversidad de los actores educativos, eliminando las prácticas discriminatorias y de exclusión social, principalmente de las niñas, los niños y jóvenes que son el centro del quehacer educativo.²³

2.1.4. Teoría de Lev Vigotsky.

Los aportes dados por Vigotsky a la Psicología Evolutiva, representan una referencia de gran relevancia en campos de la teoría evolutiva tales como: desarrollo sociocognitivo de la primera infancia, aparición del lenguaje y comunicación, construcción del lenguaje escrito y otros aspectos. La perspectiva evolutiva de Vigotsky es el método principal de su trabajo, señala que un comportamiento sólo puede ser entendido si se estudian sus fases, su cambio, es decir; su historia (Vigotsky). Este énfasis le da prioridad al análisis de los procesos, considerando que el argumento principal del análisis genético es que los procesos psicológicos del ser humano, solamente pueden ser entendidos mediante la consideración de la forma, y el momento de su

²³ Marco de la Convivencia Escolar, SEP.AEFCM. MEXICO.Pág.18

intervención durante el desarrollo. Analizó los efectos de la interrupción y las intervenciones sobre ellos; dando lugar a las variantes del análisis genético: el método genético-comparativo y el método experimental-evolutivo (Vigotsky).

La concepción del desarrollo sería incompleta sin la distinción y articulación de los cuatro ámbitos en que aplicó su método genético: filogenético (desarrollo de la especie humana), Vigotsky se interesa por las razones, que permiten la aparición de funciones psicológicas, exclusivamente humanas (funciones superiores); el histórico sociocultural señala, que este ámbito es el que engendra sistemas artificiales complejos y arbitrarios, que regulan la conducta social, y ontogenético que representa el punto de encuentro, de la evolución biológica, sociocultural, y micro genética (desarrollo de aspectos específicos del repertorio psicológico de los sujetos), que persigue una manera de estudiar en vivo la construcción de un proceso psicológico.

Los niños pueden hacer con ayuda de “otros”, en cierto sentido, es más indicativo de su desarrollo mental que lo que pueden hacer por sí solos. Se demostró que la capacidad de los niños, de idéntico nivel de desarrollo mental para aprender, bajo la guía de un maestro, variaba en gran medida, e igualmente el subsiguiente curso de su aprendizaje sería distinto, esta diferencia es la que denominó **Zona de Desarrollo Próximo**: “No es otra cosa que la distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz”.

El nivel real de desarrollo revela la resolución independiente de un problema, define las funciones que ya han madurado, caracteriza el desarrollo mental retrospectivamente, y aquellas funciones que todavía no han madurado, pero que se hallan en proceso de maduración, en este sentido se caracteriza el desarrollo mental prospectivamente. La relación que establece Vigotsky entre aprendizaje y desarrollo, se fundamenta en la Ley Genética General, donde se establece que toda función en el desarrollo cultural del niño, aparece dos veces, o en dos planos; Primero aparece en el plano social (aparece entre la gente como una categoría interpsicológica) y luego en el plano psicológico (dentro del niño como una categoría intrapsicológica) (Werstch). De esta manera se considera que el aprendizaje estimula y activa una variedad de procesos mentales que afloran en el marco de la interacción con otras personas, interacción que ocurre en diversos contextos y es siempre mediada por el lenguaje. Esos procesos, que en cierta medida reproducen esas formas de interacción social, son internalizadas en el proceso de aprendizaje social hasta convertirse en modos de autorregulación.²⁴

Es uno de los teóricos claves que dará fundamento a la investigación los procesos en los que se reproduce o se da la interacción social y frenar las conductas disruptivas a través del aprendizaje social que nos lleve a la autorregulación en el niño preescolar.

²⁴ <https://www.redalyc.org> . La Revista Venezolana de Educación. Pág. 3 y 4.

2.1.5. Daniel Goleman y su teoría “La Inteligencia Emocional”.

La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer las emociones, ‘tanto propias como ajenas’ y de gestionar nuestra respuesta ante ellas. La podemos definir como el conjunto de habilidades, que permiten una mayor adaptabilidad de la persona ante los cambios. También tiene que ver con la confianza y seguridad que se tiene uno mismo, su control emocional y automotivación, para el alcance de objetivos. Comprender los sentimientos de los demás, manejar las relaciones, y tener poder de influencia, es básico para conseguir cambios positivos en el entorno.

Una emoción, provoca una acción, así como una respuesta. Habitualmente, ante determinadas emociones, la respuesta suele ser automática, o lo que es lo mismo: una reacción, ante un estímulo. La inteligencia emocional, es que es posible responder, en lugar de reaccionar, introduciendo el concepto de *gestión*, de la respuesta, ante un estímulo.

Una emoción se produce como respuesta, ante algo que nos sucede, primeramente, le damos lugar, a una explicación de lo que ha pasado (pensamiento), e inmediatamente tenemos una reacción fisiológica (emoción).

El elegir tener o no una emoción, ya que es algo que pasa al margen de nuestra voluntad, pero sí se puede decidir, es lo que queremos hacer con estas emociones, ya que estas tienen una carga energética considerable, lo cual nos impulsa hacia una acción. Podemos decir que las emociones, son el puente entre el pensamiento y la acción, por lo cual, nuestras acciones determinan nuestros resultados, configurando así nuestra vida, no como

queremos. Pero si somos capaces de elegir nuestras acciones, es más que probable que obtengamos resultados diferentes.

La inteligencia emocional también resulta útil para mejorar nuestras relaciones con los demás. Y a mejores relaciones, mejor vida. Está demostrado que las personas con una inteligencia emocional elevada tienen una vida más satisfactoria,

Goleman define a la inteligencia emocional: Como una capacidad de reconocer, y regular nuestras propias emociones, y con esto, el de los demás. Esta idea se centra en el hecho del manejo adecuado de las emociones, ya que es esencial para una interacción social afectiva.²⁵

El manejar su impulsividad en los niños pueden refrenar sus impulsos de manera más efectiva a las reglas y expectativas sociales.

Según Mayer y Salovey, “la inteligencia emocional incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual”.²⁶

La inteligencia emocional se refiere a un “pensador con un corazón”, (“a thinker with a heart”), que percibe, comprende y maneja relaciones sociales.

Mayer y Salovey dicen que, “la autoregularización emocional, es como una, de las cuatro ramas de la inteligencia emocional, que incluye la percepción,

²⁵ La Inteligencia Emocional, Daniel Goleman, colección ensayo editorial kairos. Pág 114 y115.

²⁶ <http://www.redalyc.org/journal/2431/243169780>

la facilitación, la comprensión y la gestión de emociones y disminuyan las tensiones y conflictos. La inteligencia emocional, se estructura como un modelo de cuatro ramas, interrelacionadas de esta manera:

a) La Percepción Emocional.

Las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas. Se refiere a sí mismo, a otros, a través del lenguaje, conducta, en obras de arte, música, etc. Incluye la capacidad para expresar las emociones adecuadamente. También la capacidad de discriminar entre expresiones precisas e imprecisas, honestas o deshonestas.

b) Facilitación emocional del Pensamiento.

Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen en la cognición (integración, emoción y cognición).

Las emociones priorizan el pensamiento y dirigen la atención a la información importante. El estado de humor cambia la perspectiva del individuo, desde el optimismo al pesimismo, favoreciendo la consideración de múltiples puntos de vista. Los estados emocionales facilitan el afrontamiento. Por ejemplo, el bienestar facilita la creatividad.

c) Comprensión emocional.

Comprender y analizar las emociones empleando el conocimiento emocional. Las señales emocionales en las relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la misma relación. Capacidad para etiquetar emociones, reconocer las relaciones entre las palabras y las emociones. Se consideran las implicaciones de las emociones, desde el sentimiento a su significado; esto significa comprender y razonar sobre las emociones para interpretarlas. Por ejemplo, que la tristeza se debe a una pérdida. Habilidad para comprender sentimientos complejos; ejemplo, el amor y odio.

d) Regulación emocional.

Regulación reflexiva de las emociones para promover el conocimiento emocional e intelectual. Los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal para hacer posible la gestión de las emociones en las situaciones de la vida. Habilidad para distanciarse de una emoción. Habilidad para regular las emociones en uno mismo y en otros. Capacidad para mitigar emociones negativas y potenciar las positivas, sin reprimir o exagerar la información que transmiten. ²⁷

²⁷ <https://www.rafabisquerra.com.inteligenciaemocional-segun-salave>

2.1.6. ¿Qué son las comportamientos disruptivos?²⁸

Las comportamientos disruptivos se refieren a ciertas acciones que interrumpen o perturban el orden, la tranquilidad o el desarrollo normal del entorno en el que se encuentra, ya sea en su ámbito escolar, laboral, social o familiar. Estos comportamientos llegan a ser problemáticas, inapropiadas o perjudiciales, para el crecimiento social de una persona, y pueden manifestarse de diferentes maneras según sea su contexto.

Es importante saber que no toda comportamientos disruptivos tiene que ser de problema psicológico, pues en su mayoría solo es una desorganización de algún patrón de “buena conducta”, y el comienzo de aprender a controlar sus impulsos.

En el contexto escolar, por ejemplo, dentro del aula, estas comportamientos disruptivos pueden comenzar como el incumplimiento de las normas, el desafío a la autoridad, el comportamiento agresivo, la falta de atención en clase, el uso de lenguaje inapropiado, el vandalismo, entre otros. Estas comportamientos pueden afectar negativamente el ambiente de aprendizaje, el rendimiento académico de los estudiantes, la convivencia en el aula, y el principio de desarrollo social. Si estas conductas no tienen la suficiente atención y un buen diagnóstico por parte de profesionistas de la salud mental, todo esto puede arrastrarse hasta una edad adulta, donde las conductas disruptivas se manifiesten en el ámbito laboral como falta de puntualidad, ausentismo injustificado, conflictos interpersonales, actitudes negativas, acoso laboral o

²⁸ Orientación Psicológica Conductas disruptivas descripción y cómo afrontarlas (en casa y aula) 2022. Pág. 1, Disponible en: <https://orientacionpsicologica.es/conductas-disruptivas/> (consultado 16.03.23)

sexual, violación de normas de seguridad, entre otros comportamientos que fundan ambientes de tensión y éstas a su vez afectan la productividad y el bienestar de los empleados.

Es importante tener en cuenta que estas comportamientos disruptivos pueden tener diversas causas, desde problemas emocionales, como falta de habilidades sociales, dificultades académicas, problemas familiares, entre otros factores. Es fundamental abordar estas comportamientos de manera adecuada, y actuar de manera rápida, identificando sus causas subyacentes, donde brindaremos el apoyo necesario para promover cambios positivos.

Es importante abordar las comportamientos disruptivos de manera adecuada para minimizar estos impactos sociales negativos. Esto implica que se implementen estrategias de intervención y prevención, que promuevan el desarrollo de habilidades sociales, donde se fomente la empatía y el respeto mutuo, y resultado es que con el apoyo brindado se aborden las causas subyacentes de estas conductas. ³⁰

El abordar este tipo de comportamientos, es tratar de descubrir cuáles son las causas, así como su intencionalidad.

A veces son meras llamadas de atención por parte del alumno con el único objetivo de romper patrones que halle en su aula o desde su contexto familiar, como un actuar diferente, y hallar su personalidad, meramente los comportamientos disruptivos, no son siempre por algún problema psicológico, pues algunas surgen como desorganización en la conducta, el no tener el control de sus impulsos, o algún problema que arrastran desde casa. Y no

quiere decir que hacemos menos, el que algunas conductas, también pueden ser el producto de algún trastorno.

La autorregulación emocional es un tema ampliamente investigado en el campo de la psicología y la educación. Implementar estrategias y programas que fomenten la autorregulación resultara un ambiente de aprendizaje efectivo y positivo.

³⁰ Pearson. Conducta disruptiva en el aula: cómo detectar y tratar en clase. España, 2023. Pág. 5.
Disponible en: <https://blog.pearsonlatam.com/en-el-aula/conducta-disruptiva-en-el-aula> (Consultado 17.03.23)

2.1.7. La autorregulación emocional en los niños de preescolar.

La autorregulación emocional es la habilidad más importante, que se refiere a la capacidad de los niños para gestionar y controlar sus propias emociones y conductas. En los niños de preescolar, se están hallando en una etapa de desarrollo en donde aprenden a identificar y gestionar sus emociones de manera adecuada. Aquí hay algunas estrategias para fomentar la autorregulación emocional en los niños de preescolar:

ESTRATEGIAS DE AUTORREGULACIÓN ²⁹

²⁹ José Ramón Boxó Cifuentes Teoría del reconocimiento aportaciones a la psicoterapia. Madrid, Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 2013. Pág. 1

Cada infante es único para desarrollar estas habilidades de autorregulación emocional, cada uno lo hará a su propio ritmo, pero el vínculo con sus personas de autoridad, le ayudarán a impulsarse más rápido en una inteligencia emocional. Ser paciente y brindar apoyo continuo, hará que los infantes exploren y aprendan a manejar sus emociones de manera saludable. El adulto a cargo de la crianza de los infantes, debe poner en juego su capacidad empática, ya que esta le permitirá comprender, cuál es la necesidad del infante.

La autorregulación emocional es crucial para la disminución de las conductas

Enseñar vocabulario emocional.	Ayuda a que los infantes puedan identificar, y nombrar las diferentes emociones que han comenzado a surgir en ellos. Se pueden utilizar libros, imágenes o tarjetas.
Enseñar estrategias de autorregulación.	Introducir a que los infantes, tengan técnicas de autorregulación, como el comienzo de la respiración profunda, visualización positiva, o el uso de algunos objetos sensoriales, estos serán medidores de apoyo a bajar estrés, y comenzarán a enfocarse en el ahora, con esto se considera, que den paso para poner atención, y nombrar sus emociones correctamente.
Fomentar el juego simbólico.	El juego simbólico, el juego de roles, y el juego para trabajar en equipo, les permitirá a los infantes el exploramiento de diferentes situaciones y emociones, para su desenvolvimiento y crecimiento de confianza. Se les proporcionará materiales, y oportunidades para que puedan actuar y expresar sus emociones en un contexto seguro, creativo y flexible.
Modelado de autorregulación.	Como el primer modelo de guía, para los infantes, la/el docente será telonero de ejemplo, para poder impulsar a la gestión, de sus propias emociones, de una manera apropiada y aplicarles diferentes estrategias de enfrentamiento, a sus desafíos emocionales. Ellos aprenderán con base a la observación, e imitación, la manera de actuar con sus figuras de autoridad, o en algún núcleo de convivencia con personas.
Reforzamiento o positivo.	Reconocer y elogiar los esfuerzos y logros de los infantes, hará que en su momento, estas estrategias comiencen a ser efectivas, ya que los impulsa al manejo de sus emociones, y reforzarán su confianza a sí mismos, motivándolos a seguir practicando, dentro y fuera del aula, o clímax escolar.

disruptivas, la intervención docente es de suma importancia para desarrollar actividades pedagógicas que sean efectivas para mejorar la autorregulación, y promover actividades que pongan en juego su pensamiento crítico y los lleve al análisis, reflexión y resolución de la problemática que se les presente.

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

Si, es fundamental relacionar la teoría con el desarrollo de la práctica educativa diaria especialmente cuando se trata de temas de : Las Estrategias Lúdicas Autorregulación Emocional y disminución de Comportamiento disruptivos en preescolares, al integrar las teorías en la práctica diaria, el docente implementa estrategias efectivas basadas en la evidencia que aborden de manera efectiva las conductas disruptivas. Algunos alumnos que tengan problemas para identificar y expresar sus emociones, se pueden crear actividades que les enseñan estas habilidades de manera práctica.

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

Los docentes han apostado por la experiencia más no por la actualización y capacitación lo cual ha limitado su capacidad de resolución de la problemática, cuando se les presentan estos casos o situaciones con los alumnos.

Por lo cual con este trabajo de investigación se pretende presentar estrategias a los docentes fundamentadas teóricamente y basadas en la Nueva Escuela Mexicana mediante un proyecto que les de alternativas de cambio y fortalezca su práctica educativa.

CAPÍTULO 3. UNA PROPUESTA DE SOLUCIÓN DEL PROBLEMA.

3.1. TÍTULO DE LA PROPUESTA.

‘PROYECTO: DESCUBRIENDO MIS EMOCIONES’.

3.2. JUSTIFICACIÓN PARA LLEVAR A CABO LA PROPUESTA

Debido a la falta de Estrategias Lúdicas para la Autorregulación Emocional de los alumnos del CAEPI de Preescolar 3°, Alcaldía Benito Juárez. Es común observar los berrinches, la impulsividad, dificultad para seguir las normas, conflicto entre pares, y comportamientos disruptivos derivadas de una limitada autorregulación emocional. Estas no solo deben de entenderse como comportamientos de disciplina, sino como manifestaciones propias del proceso de desarrollo infantil que requieren orientación pedagógica intencionada.

En esta etapa del Preescolar es fundamental lograr consolidar las bases cognitivas, sociales y emocionales que influirán en su trayectoria escolar y personal. El juego es una actividad rectora en la Educación Preescolar, se convierte en un medio privilegiado para favorecer la expresión, comprensión y regulación de emociones. A través de Estrategias Lúdicas, como juegos simbólicos, dinámicas de identificación emocional, cuentos, dramatizaciones y actividades cooperativas puede reconocer lo que siente, expresar sus emociones, desarrollar habilidades de empatía, el autocontrol y la resolución pacífica de conflictos.

La presente propuesta se justifica en la necesidad de diseñar e implementar intervenciones pedagógicas basadas en juegos que permitan a los alumnos desarrollar habilidades de autorregulación emocional, impactando positivamente en el desempeño escolar y su formación integral.

3.3. ¿A QUIÉNES FAVORECE LA IMPLEMENTACIÓN DE ESTÁ PROPUESTA?

La propuesta favorece a los alumnos del CAEPI en el cuales podrán implementar situaciones didácticas, como pista de apoyo para desarrollar, su autorregulación emocional de los educandos del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil, que se ubica en la Alcaldía Benito Juárez.

3.4. LOS CRITERIOS ESPECÍFICOS QUE AVALAN LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA

Los criterios que avalan esta propuesta de investigación documental, se basan en la organización, del proyecto de trabajo de la docente, así como la autorización de la directora de CAEPI, la cual, después de ser aprobada, se propondrá a las docentes, y los padres de familia, generando así, comunicación y convivencia, para el trabajo de la actividad.

3.5. LA PROPUESTA.

3.5.1. Título de la propuesta.

‘Proyecto: Descubriendo mis emociones’.

3.5.2. Objetivo general.

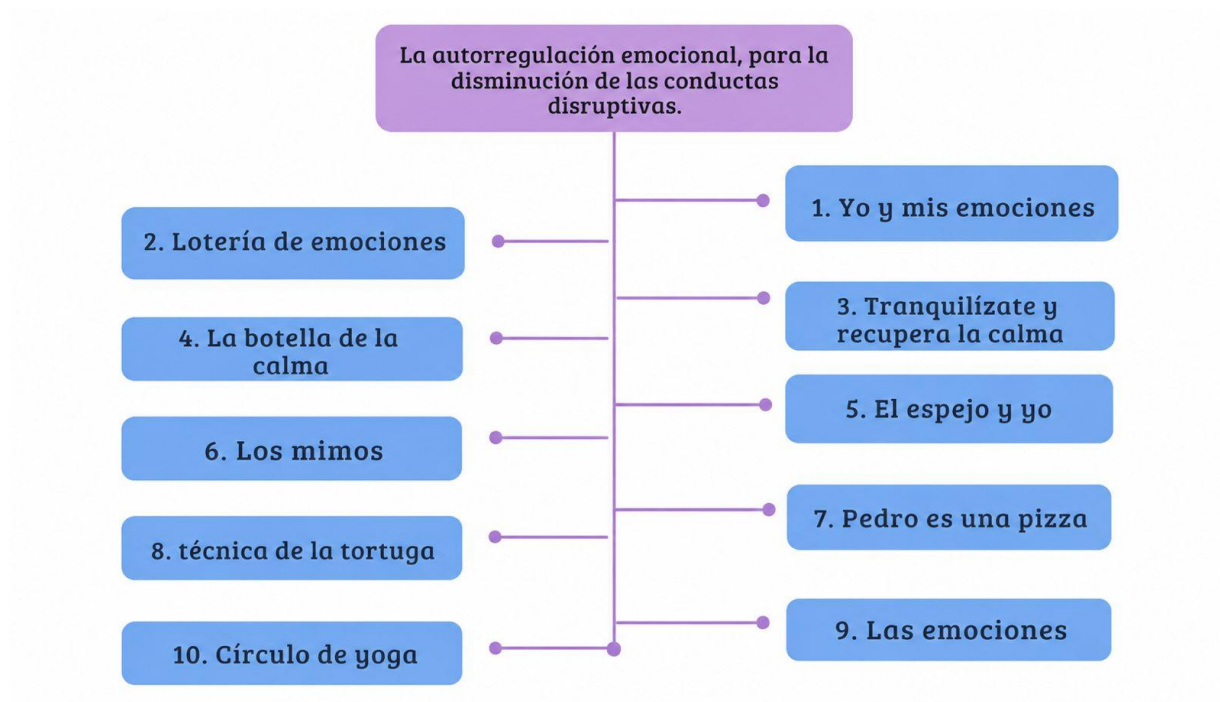
Favorecer el reconocimiento y la gestión adecuada de las emociones en los niños que presentan comportamientos disruptivos de preescolar 3° del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil, promoviendo Estrategias lúdicas para la autorregulación que contribuyan a disminuir y regular los comportamientos disruptivos dentro y fuera del aula.

3.5.3. Alcance de la propuesta.

Se propone que los alumnos de preescolar 3° del Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica infantil, de la alcaldía Benito Juárez, logren la disminución de sus comportamientos disruptivos, a través de la innovación de estrategias lúdicas, que los impulsa a explorar y conocer sus emociones; la propuesta será implementada, gracias a la observación activa, existente en el grupo, que mantiene la docente, pues le da los conocimientos necesarios para ponerla a cabo.

3.5.4. Temas centrales que constituye la propuesta.

La presente propuesta está integrada por diez sesiones, las cuales solo se



presentarán cinco ejemplos, éstos se acomodan conforme al orden de realizar, una de las actividades descritas, contiene su aplicación, campo formativo y área a evaluar, y se presentarán a modo de orden con gráficos a la vista.

Gráfico, taller de actividades.

3.5.5. Características del diseño.

Se integra la siguiente planeación, para las sesiones lúdicas del proyecto, que tendrá un horario de 10:00 a 11:30 am, y su desarrollo será en el aula de preescolar 3°.

Nombre del proyecto:	“DESCUBRIENDO MIS EMOCIONES”.	
Problemática:	Los alumnos no controlan sus emociones, no las reconocen, no las validan, ni las contienen. Como consecuencia se crea un ambiente poco armónico y sin sintonía, en valores al no cumplimiento de las reglas de clase.	
Finalidad:	Que los niños conozcan los propios estados emocionales que se manifiestan, a través de las emociones, identificando su sentir, comunicando qué reacciones tiene su cuerpo, ante diversas situaciones para comenzar a regularse, esto con el fin de asumir la responsabilidad, de sus propios actos y respuestas; conocerán algunas técnicas de relajación.	
Campo Formativo:	De lo humano y lo comunitario.	
Contenido:	Las emociones surgen, y se conocen, a través de diferentes interacciones, con diversas personas y situaciones.	
Procesos de desarrollo de aprendizaje		
Recursos:	Espacio:	Organización:

Recursos:	Espacio:	Organización:
Canción “mis emociones” Máscaras de emociones, plumas, acuarelas, lentejuelas, crayolas, pegamento.	Salón de clase	Inicio: Comenzaremos preguntando ¿Cómo se sienten hoy? y escucharemos algunas respuestas, en dado caso que los infantes no respondan a la pregunta, les daré un ejemplo de cómo me siento yo en este momento, posteriormente se espera que los infantes muestren las emociones que sienten en ese momento. Desarrollo: se les pedirá realizar un círculo en el suelo, comenzaré a sacar máscaras que proyectan una emoción diferente, me las iré probando y mediante el turno de cada emoción, se les dirá el nombre de esta, y daremos dif. ejemplos de alguna acción, como ‘yo soy tal emoción, por tal situación’, terminando de dar el ejemplo se les pedirá a los alumnos que c/u, pase en medio del círculo, escoja una máscara y un compañero para trabajar. Cierre: Invitaremos que aplaudan el excelente trabajo que hicieron. Y cuestionamos el por qué la máscara.

Actividades.	Cada clase se iniciará informando a los infantes, que vamos a trabajar, como se llama la sesión, y qué instrucciones se requieren, para poder desarrollar la actividad. Les daremos pauta al cuestionamiento personal como: • ¿Cuál fue su parte favorita? • ¿Cómo se sintieron? • ¿Qué aprendieron? Y así con cada sesión, de las diez, manejando diferencia por actividad, y resultados a esperar, antes de la aplicación, y resultados dados, después de la aplicación.
Temporalidad	• 10 sesiones.
Recursos.	• Cuento. • Anexos. • Canciones. • Materiales de recortes • Materiales decorativos • Movimiento corporal. • Exploración de lugares diferentes, en el aula.
Evaluación.	• Observación directa, y escritos ante las observaciones. • Rubricas de aprendizaje.

3.5.6. ¿Qué se necesita para aplicar la propuesta?

Lo necesario para realizar la propuesta, es la autorización y apoyo de la directora y supervisora de zona, para su aplicación en el Centro de Atención y Estimulación Psicopedagógica Infantil, así como los espacios físicos del mismo Centro, para que se lleve a cabo el proceso.

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

Para llevar a cabo la evaluación de niñas y niños del grado de Preescolar 3° se hará el seguimiento por medio de rúbricas de evaluación, ya que se busca el alcance de ciertos criterios, los cuales se evaluarán de acuerdo con los indicadores y rangos de logro; se toma esta herramienta para evaluar, ya que es una guía precisa que dará valor a los aprendizajes y productos realizados en el aula, y las expectativas que tienen los docentes ante estos objetivos curriculares.

En la siguiente tabla, se muestra un ejemplo de evaluación de una sesión:

Rúbrica de evaluación.

Campo Formativo:		De lo humano y lo comunitario			
Contenido:		Las emociones en la interacción con diversas personas y situaciones.			
Procesos de desarrollo de aprendizaje.		SOBRESALIENTE	SATISFACTORIO	BÁSICO	INSUFICIENTE
1	Identifica emociones como alegría, tristeza, sorpresa, miedo, o enojo, al participar en juegos de representación.	Identifica correctamente las emociones básicas en los juegos de representación. Expresa las emociones a través de gestos y expresiones faciales adecuadas.	Expresa algunas de las emociones a través de gestos y expresiones faciales adecuadas. Muestra cierta comprensión y empatía hacia las emociones de sus compañeros.	Identifica algunas emociones básicas en los juegos de representación. Expresa ocasionalmente algunas de las emociones a través de gestos y expresiones faciales adecuadas.	No identifica las emociones básicas en los juegos de representación. No expresa las emociones a través de gestos y expresiones faciales adecuadas.
2	Percibe cambios corporales, y con ayuda, nombra las emociones que experimenta, como alegría, tristeza o sorpresa, miedo, o enojo, y reconoce las situaciones que las provocan.	El niño o la niña es capaz de identificar y nombrar cambios corporales básicos, como cansancio, hambre o sed. Puede identificar y nombrar emociones básicas, como alegría, tristeza o enojo, con ayuda de un adulto.	El niño o la niña puede reconocer y nombrar cambios corporales más complejos, como sudoración, palpitaciones o temblor, con ayuda de un adulto.	Puede nombrar solo emociones básicas, como felicidad o tristeza, con dificultad y apoyo constante de una persona adulta.	Muestra una falta de comprensión completa de la relación entre los cambios corporales y las emociones.
3	Intercambia experiencias y vivencias con sus pares y otras personas, acerca de las diferentes formas de actuar, expresar, nombrar y controlar sus emociones	El estudiante explica claramente por qué ciertas personas y situaciones le generan temor, demostrando un nivel de reflexión y madurez acorde a su edad.	El estudiante muestra comprensión de por qué ciertas personas y situaciones le generan temor. Escucha con respeto y atención a sus pares, permitiéndoles expresarse sin interrumpir.	El estudiante demuestra cierta comprensión de las situaciones que le generan temor, pero no logra expresar claramente el por qué.	El estudiante no muestra comprensión ni interés por las situaciones que le generan temor. Presenta dificultades para relacionarse con sus compañeros.

3.7. RESULTADOS ESPERADOS, CON LA IMPLEMENTACIÓN DE LA PROPUESTA.

Tras la investigación realizada y conocimiento de las situaciones de los infantes, sus comportamientos disruptivos, se considera que a través de las sesiones de clase diseñadas, los resultados esperados sean: que los educandos fomenten empatía, mediante el reconocimiento de sus emociones, y fortalezcan habilidades sociales de comunicación, que escuchen y se sientan escuchados, y con la disminución de estas conductas, se creará un ambiente relajado en el aula, fomentando relaciones positivas entre pares, promoviendo él trabaja en equipo. Entrenan técnicas de relajación para alguna emoción negativa, que podrán pasar en cualquier situación, no grata. Esto facilitará la incorporación de estrategias y herramientas para abordar las conductas disruptivas de los alumnos, dentro del aula y fuera de, con el objetivo de revertir estas situaciones, como sus integraciones, así el alumno puede descubrir sus aptitudes y competencias fuertes para afrontar los comportamientos disruptivos.

CONCLUSIONES

Después de haber realizado las revisiones y análisis pertinentes, se alcanzaron las siguientes conclusiones:

- **Eficacia de las estrategias lúdicas:** La investigación documental confirma que las **estrategias lúdicas** son métodos de enseñanza interactivos fundamentales, ya que no solo potencian la creatividad, sino que permiten a los docentes fortalecer un aprendizaje de calidad y formar habilidades sociales y valores en los alumnos. El juego se convierte en el medio privilegiado para que el niño en edad preescolar exprese, comprenda y regule sus emociones.
- Las **estrategias lúdicas de autorregulación emocional** son la clave para disminuir los comportamientos disruptivos. Al proporcionar a los niños herramientas para gestionar sus impulsos y emociones, se reduce la probabilidad de que presenten conductas desafiantes o agresivas que interrumpen el clima del aula.
- La interacción social mediada por el lenguaje es lo que permite que los procesos de regulación emocional se internalicen. Lo que el niño hace inicialmente con ayuda de otros (zona de desarrollo próximo) se convierte eventualmente en modos de **autorregulación independiente**.
- La capacidad de reconocer y regular las propias emociones es esencial para una interacción social efectiva. La implementación de dimensiones como la **percepción, comprensión y regulación emocional** permite a los alumnos distanciarse de las emociones negativas y mitigar tensiones y conflictos en el entorno escolar.

- Se hace evidente que los docentes del centro de trabajo deben trascender la práctica basada únicamente en la experiencia y optar por la **actualización y capacitación constante** en conceptos teóricos y metodológicos contemporáneos, como los de la Nueva Escuela Mexicana, para resolver eficazmente las situaciones disruptivas que se presentan.
- Fomentar la autorregulación emocional en el tercer grado de preescolar es crucial, ya que en esta etapa se consolidan las bases cognitivas y sociales que influirán en toda la **trayectoria escolar y personal** del infante.

BIBLIOGRAFÍA

Aprendizajes Clave para la Educación Integral, Educación Socioemocional SEP.

CDC. La Salud Mental de los Niños, EUA, 2021.

GOLEMAN, Daniel. (1995). Inteligencia emocional , Colección ensayo editorial Kairós.

LOURDES Magaly, Comportamientos disruptivos y estrategias de intervención en el aula preescolar Revista San Gregorio - Scielo México.

Marco de la Convivencia Escolar , SEP, AEFCM, MÉXICO.

MEDLINEPLUS, Trastorno de Conducta , EUA, 2019.

PEARSON, Conducta Disruptiva en el aula: Cómo detectar y tratar en clase , España, 2023.

SINÉCTICA, Autorregulación emocional: una competencia para la vida, Scielo México.

VIGOTSKY Lev, La educación emocional: perspectivas y aplicaciones en la escuela, Scielo Argentina.

REFERENCIAS DE INTERNET

<https://nuevametropoli.com/2022/09/17/alcaldia-benito-juarez-segun-censo/>
(Consultado 26.11.2022).

["https://www.wikimexico.com/ciudad_benito_juarez.html"](https://www.wikimexico.com/ciudad_benito_juarez.html) (Consultado 26.11.2022).

["https://alcaldiabenitojuarez.gob.mx/historia/"](https://alcaldiabenitojuarez.gob.mx/historia/) (Consultado 26.11.2022).

<https://esrg.cdmx.gob.mx/mapas/1325> (Consultado 28.11.22).

<https://www.directoriodecolegios.mx/mexico/benito-juarez/escuela-solar>
(Consultado 28.11.22).

<https://www.lahistoria.com.mx/organismos/benito-juarez-wikimexico> (Consultado 28.11.22).

<https://www.capital21.cdmx.gob.mx/noticias/?p=37603> (Consultado 28.11.22).

<https://www.capitalmexico.com.mx/estados/alcaldia-benito-juarez-es-la-mas-segura-del-pais/> (Consultado 29.11.22).

<https://www.capitalmexico.com.mx/estados/alcaldia-benito-juarez-la-mas-educada-de-mexico/> (Consultado 29.11.22).

<https://www.capitalmexico.com.mx/estados/alcaldia-benito-juarez-se-apunta-paraliderar-desarrollo-en-cdmx/> (Consultado 29.11.22).

https://www.metropoliabierta.com/el-pulso/alcaldias/la-alcaldia-benito-juarez-la-mas-avanzada-en-desarrollo-delegacional-2022_5525_102.html (Consultado 13.12.2022).

<http://sed.cdmx.gob.mx/territorio/benito-juarez> (Consultado 13.12.2022).

<https://www.mexicodesconocido.com.mx/municipios/benito-juarez.html>
(Consultado 13.12.2022). <https://indice.cdmx.gob.mx/indicadores-ninos-y-adolescentes-de-la-alcaldia-benito-juarez-y-acotaciones-tienen-vinculadas-a->

suEpC/cdx-2022/boletin-cdx-2022-ninos -y-
adolescentes/alcaldias/benito-juarez/

(Consultado 13.12.2022). <https://www.redalyc.org/> La Revista Venezolana de Educación. Pág. 3 y 4.

<https://www.rabiespuguerra.com.inteligenciaemocional-segun-goleman>

*Orientación Psicológica Conductas disruptivas: descripción y cómo afrontarlas (en casa y aula) 2022. <https://orientacionpsicologica.es/conductas-disruptivas/>
(Consultado 16.03.23).