

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**

**UNIDAD 098 D.F. ORIENTE**

**LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN LOS  
NIÑOS Y NIÑAS EN PREESCOLAR.**

**TESINA**

**PARA OBTENER EL TITULO DE:**

**LICENCIADA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR PLAN 2008**

**(LEP 2008)**

**PRESENTA:**

**CRUZ GÓMEZ CRISTINA**

**ASESORA.**

**LIC. LOIDA EUNICE CABELLO CÓRDOVA.**

**SEP**

SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA



**“2014, Año de Octavio Paz”**

**UNIDAD UPN 098  
D.F. ORIENTE  
098TIT/DICT003/2014**

**DICTAMEN DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

México, D.F., 4 de julio de 2014.

**C. CRISTINA CRUZ GOMEZ  
P R E S E N T E.**

En calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo recepcional titulado: **“LA AUTORREGULACION EMOCIONAL EN LOS NIÑOS Y NIÑAS EN PREESCOLAR”**.

Opción: **TESINA** Plan LEP' 2008 **LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PREESCOLAR** manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la Institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo, y se le autoriza proceder a la impresión del mismo, así como realizar los trámites correspondientes para presentar su examen profesional.

**ATENTAMENTE  
“EDUCAR PARA TRANSFORMAR”**

  
**DR. MARCELINO MARTÍNEZ NOLASCO  
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN**



**S. E. P.  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
UNIDAD UPN 098  
D.F. ORIENTE  
DIRECCION**

## *Agradecimientos*

*Antes que todo deseo agradecer a dios por haberme dado la oportunidad de vivir y de haberme permitido cumplir uno de mis deseos terminar una licenciatura, así como poner en mí camino a personas especiales.*

*A mi mamá*

*Por permitirme llegar a este mundo y dejarme valerme por sí sola, esto me permitió conocer un mundo cruel y difícil, hoy se que eso me ayudo mucho para saber que quería para mí. Gracias porque inconscientemente me hizo responsable de mi vida.*

*Con todo mi cariño y mi amor para José María Guerra Bautista.*

*Gracias cielo por haber sido durante estos 20 años mi guía y motor para seguir adelante, sino hubieras sido duro en los momentos que lo necesitaba jamás hubiera encontrado el verdadero camino, he logrado uno de mis sueños aún me faltan otros, pero se que cuento contigo para cumplirlos, , eres parte de mí vida, de mis logros y superación, lo que hoy soy lo logre por ti, ahora puedo decir que esta tesina lleva mucho de ti, gracias por apoyarme incondicionalmente, motivarme y estar siempre a mi lado. Te amo.*

*A mi asesora*

*Que en este camino me brindo su apoyo e influyo con sus conocimientos y experiencias para lograr este trabajo recepcional, gracias Lic. Loida Eunice Cabello Córdova, por su paciencia y dedicación.*

*A mi directora*

*En la vida nos encontramos personas que por algún motivo se han cruzado en nuestro camino, unos para hacernos la vida difícil y otras para apoyarnos, usted es de estas últimas. Gracias por todo el apoyo que me brindo durante este transitar por la universidad, no olvidare su ayuda. Lic. Mireya Ayala Hdez.*

*Tantas desveladas y sacrificios sirvieron de algo, e aquí el fruto, lo logre.*

# INDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>4</b>
<b>APARTADO I</b>	
<b>CONTEXTO SOCIO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA DOCENTE</b>	<b>6</b>
<b>1.1 CONTEXTO SOCIO CULTURAL</b>	<b>7</b>
1.1.1 GEOGRAFÍA	7
1.1.2 LA POBLACIÓN DE XOCHIMILCO	7
1.1.3 CONTEXTO CULTURAL	8
1.1.4 MARGINACIÓN	8
1.1.5 ALFABETISMO	9
<b>1.2 EL ESPACIO EDUCATIVO DEL PREESCOLAR TRES “CENDI SANTIAGO”</b>	<b>9</b>
1.2.1 EN LA ACTUALIDAD (2013)	10
1.2.2 INFRAESTRUCTURA (ESCENARIO)	11
<b>1.2.3 LOS DOCENTES</b>	<b>11</b>
1.2.3.1 FILOSOFÍA DEL DOCENTE	13
1.2.3.2 EL DOCENTE EN EL SIGLO XXI	13
1.2.3.3 PERFIL DOCENTE	14
1.2.3.4 LA PARTICIPACIÓN DE LOS PADRES	16
<b>1.2.4 DIAGNÓSTICO DE PREESCOLAR TRES</b>	<b>17</b>
1.2.4.1 SITUACIÓN EDUCATIVA	20
1.2.4.2 IMPACTO DEL CONTEXTO EN MI PRÁCTICA DOCENTE	22
1.2.4.3 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA	23
<b>1.2.5 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>24</b>
1.2.5.1 PROPÓSITO GENERAL DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	26
PROPÓSITO ESPECÍFICO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	26
1.2.5.2 JUSTIFICACIÓN	26
1.2.5.3 EL ASPECTO EMOCIONAL DEL NIÑO Y EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN PREESCOLAR 2011	29
1.2.5.4 LAS ESTRATEGIAS	30
<b>1.2.6 ORIENTACIONES METODOLÓGICAS</b>	<b>34</b>

## **APARTADO II**

### **MARCO TEÓRICO 36**

<b>2.1 FUNDAMENTACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO.....</b>	<b>37</b>
<b>2.2 LAS EMOCIONES .....</b>	<b>42</b>
<i>2.2.1 EL CONCEPTO DE AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL: NATURALEZA Y COMPONENTES.....</i>	<i>44</i>
<i>2.2.2 DIFERENCIAS INDIVIDUALES EN AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL: LA CONTRIBUCIÓN DEL TEMPERAMENTO .....</i>	<i>47</i>
<i>2.2.3 EL SIGNIFICADO FUNCIONAL DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN LA INFANCIA .....</i>	<i>49</i>
<i>2.2.4 DESARROLLO SOCIO EMOCIONAL DE LA AUTORREGULACIÓN.....</i>	<i>50</i>
<i>2.2.5 LAS EMOCIONES Y LA MORAL DEL NIÑO Y LA NIÑA.....</i>	<i>52</i>

## **APARTADO III**

### **DISEÑO DE LA PROPUESTA 58**

<b>3.1 LA PROPUESTA DIDÁCTICA.....</b>	<b>59</b>
<i>3.1.1 PLAN DE TRABAJO.....</i>	<i>61</i>
<i>3.1.2 SITUACIONES DIDÁCTICAS PARA NIÑOS Y NIÑAS .....</i>	<i>67</i>
<i>3.1.3 SESIONES PARA PADRES DE FAMILIA .....</i>	<i>80</i>
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>101</b>
<b>SUGERENCIAS .....</b>	<b>103</b>
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	
<b>REFERENCIAS ELECTRONICAS</b>	
<b>ANEXOS</b>	

## **Introducción**

En los últimos años se ha venido promoviendo el aprendizaje colaborativo, las normas, reglas y valores, estoy convencida que son principios básicos para el logro de los aprendizajes pedagógicos tal y como para las relaciones sociales.

Siempre debemos tener en cuenta que la experiencia emocional temprana ocurre dentro de la familia y las relaciones familiares afectan el desarrollo de la comprensión emocional.

La presente tesina tiene como finalidad aclarar y ampliar aspectos relacionados con “La autorregulación emocional en los niños y niñas en preescolar”, recibir una buena educación preescolar permitirá el desarrollo psicológico, cognitivo y de adaptación social de estos pequeños.

En la etapa preescolar se presentan cambios en todos los niveles de su personalidad, y es allí cuando hay que ponerle mayor atención a la manera en que los niños y niñas se desenvuelven con sus pares; no olvidar que tipo de estimulación recibe, y que estrategias de enseñanza aplican en el aula para lograr un óptimo avance escolar. Todo lo anterior lo podrán ir descubriendo a lo largo de la lectura del trabajo.

Lo recomendable es que padres y docentes tengan muy en cuenta que la relación familiar influye en la autorregulación de las emociones de los niños y niñas. Por consiguiente la presente tesina está organizada en tres apartados.

### **En el primer apartado**

En este apartado se recurre a dar una descripción del contexto socio-cultural, el impacto que tenemos las docentes en el desarrollo emocional de los niños, perfil del docente, la participación de los padres de familia, estos datos son relevantes para conocer los espacios en los que los niños se desarrollan.

Por otro lado se presenta el diagnóstico del grupo, el cual me dio una visión de los problemas que acontecen en la actualidad en mi aula y centro de trabajo, lo anterior arrojó como resultado obtener el perfil de cada niño del grupo de preescolar 3, y como este tiene impacto en la práctica diaria.

## **En el segundo apartado.**

Encontraremos teorías que sustentan lo que se ha detectado en los niños y que no es solo un mal hábito sino que se desarrolla desde **Factores endógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional**, lo cual se refiere a la maduración de las redes cerebrales las cuales maduran a diferente ritmo, las habilidades de autorregulación de los niños también variarán en el tiempo en virtud de tales cambios madurativos. **Otro elemento son los Factores exógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional** los investigadores conceden importancia a la contribución de la interacción cuidador-niño a la hora de explicar los procesos autorregulatorios, pero se encontrará más detallado al interior de la tesina todo lo referente a la autorregulación emocional.

Comprender las emociones propias ayuda a los niños a dirigir su conducta en situaciones sociales, y a hablar de sus sentimientos les permite controlar la expresión de los mismos y ser sensibles a los que experimentan los demás. Y para ello se estudiarán las teorías de Howard Gardner, Piaget, Lawrence Kohlberg, William Damon, Peter Salovey y John Mayer, Berkowitz y Daniel Goleman. De acuerdo con estos autores, la inteligencia emocional está relacionada con ciertas habilidades y actitudes que determinan cómo reaccionará la persona ante sus propios sentimientos y ante los sentimientos de los demás; esto se reflejará en la forma en que maneje las relaciones con otros, esta será la base de las relaciones sociables, desarrollo de la moralidad y personalidad de los seres humanos.

## **En el tercer apartado.**

Se podrá consultar el diseño de la propuesta, las estrategias, basadas en talleres para padres de familia y situaciones didácticas para los niños y niñas, organizadas bajo un plan de trabajo. Se sugieren actividades para niños y padres de familia, esperando que sean de fácil aplicación y una ayuda para los lectores que enfrentan dificultades de autorregulación emocional en el ámbito social.

Al término de la propuesta, se da una pequeña conclusión y sugerencia personal sobre la investigación, en la parte final de la tesina se podrán consultar los anexos que les facilitarán la implementación y ejecución de las actividades, así como las fuentes de información para que el lector pueda consultar de forma general los temas sobre la autorregulación emocional y el juicio moral.

## **APARTADO I**

### **CONTEXTO SOCIO EDUCATIVO DE LA PRÁCTICA DOCENTE**

## **1.1 Contexto socio cultural**

Es necesario que se analice cuidadosamente la influencia que tienen los tiempos actuales y el dominio histórico, así como las tradiciones arraigadas que emanan de esta demarcación en el desarrollo armónico de los niños tomando en cuenta la información dada por el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI)

### **1.1.1 Geografía**

Xochimilco es una de las 16 delegaciones que tiene el Distrito Federal, la cual está ubicada al sureste de la capital.

Al norte con las delegaciones Tlalpan, Coyoacán, Iztapalapa y Tláhuac; Al sur con las delegaciones Milpa Alta y Tlalpan; Al oeste con la delegación Tlalpan; Al este con las delegaciones Tláhuac y Milpa Alta.

#### Extensión

La mayor parte del territorio está destinada para la conservación ecológica y una mínima parte para el uso urbano.

#### Clima

Xochimilco tiene un clima templado húmedo, ocasionado por los canales que aun se conservan en este lugar.

### **1.1.2 La Población de Xochimilco**

En este aspecto la mitad de los hogares tiene como jefe de familia a una mujer con una edad entre los 20 y 40 años.<sup>1</sup>

Dentro de la mayoría de las familias trabajan ambos padres, por lo que el CENDI ha sido una opción para sus hijos.

---

<sup>1</sup>Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI).2011

### **1.1.3 Contexto cultural**

Xochimilco cuenta en la actualidad con espacios tradicionales e históricos que preservan un gran número de fiestas y tradiciones propias de esa región.

En la delegación contamos con espacios recreativos, bibliotecas, foros culturales públicos, casas de cultura en donde el público puede tomar clase de todo tipo dependiendo de las necesidades de la comunidad, también museos como el de arqueología que expone piezas del centro ceremonial Cuauhilama, el museo de Dolores Olmedo que tiene una colección de las pinturas de Diego Rivera.

En la población de Santiago Tepalcatlalpan que pertenece a la delegación Xochimilco y donde se ubica el CENDI la mayoría de su población se dedica a la venta de productos obtenidos del maíz, aquí se celebra el día del maíz y la tortilla por lo que son productores de varios alimentos que contengan esta materia prima.

Otro aspecto importante es que no todos los niños son de la misma comunidad. Algunos provienen de las colonias aledañas al pueblo, en algunos casos no son del Distrito Federal son de estados como Puebla, Michoacán, y Estado de México. Existe la diversidad la cual se respeta y atiende sin distinción alguna.

El CENDI tiene a su alrededor talleres, comercios y una herrería, la cual está a un costado y el ruido que produce dificulta en ocasiones la explicación de las clases y en ocasiones la salida al patio; debido a que contaminan el aire con los materiales que utilizan, lo que me lleva a trabajar por periodos largos en el salón de clases y tengo que levantar más la voz para que me escuchen.

### **1.1.4 Marginación**

Xochimilco es una de las delegaciones más marginadas, existen calles aun de terracería que no cuentan con los servicios necesarios para el desarrollo urbano, en estos espacios como en las chinampas escasea el agua, el alumbrado público y drenaje, lo que hace que sean lugares inhabitables, pero la falta de recursos económicos orillan a los habitantes a ocupar estos terrenos para vivir y obtienen los servicios de forma ilícita.

En cuanto a nuestra población no están fuera de esta marginación, ya que no cuentan con casa propia, rentan y sus integrantes son demasiados, lo que ocasiona que se incrementen los problemas de convivencia, derivando estos en problemas emocionales para los padres y en consecuencia para los niños y niñas que asisten a nuestro centro de trabajo.

Considero que la parte emocional se vislumbra en el desarrollo afectivo de todo individuo, y este a su vez es relacionado con la madurez, autonomía y convivencia social, por ello es importante que los padres y docentes muestren patrones de conductas razonables, que el niño imitará para la formación de su personalidad.

### **1.1.5 Alfabetismo**

En cuanto a los padres de familia de nuestra población infantil su nivel educativo no va más allá de la secundaria, y solo unos cuantos terminaron una carrera técnica o la dejaron en el último nivel de preparación. En este aspecto las mujeres en su gran mayoría solo tiene la secundaria, solo algunos casos tienen carrera a nivel licenciatura, pero no la ejercen, en algunos casos por los horarios, en otros porque no encuentran trabajo y otras simplemente porque se casaron y están dedicadas al hogar.

## **1.2 El espacio educativo del preescolar tres “CENDI Santiago”**

*CENDI Santiago.* Está ubicado en prolongación Aquiles Serdán # 10 en el pueblo de Santiago Tepalcatlalpan en la delegación Xochimilco.

Este centro de atención a la infancia se da originalmente por condiciones políticas, dentro de la delegación solo existía uno que pertenecía al espacio de mercados, posteriormente se da la necesidad de abrir otros, ya que la población demandaba más lugares para sus hijos, debido a que en el primer CENDI llamado Xóchitl solo eran aceptados los hijos de los mismos comerciantes, y no había cabida para quien no perteneciera a esta asociación de comerciantes.

Años más tarde grupos de personas comenzaron a hacer gestiones para buscar espacios que pudieran habilitar para dar atención a los menores de madres trabajadoras, sin importar su condición física, dando apertura a todo aquel que necesitara del servicio, así fue como abre sus puertas el CENDI Armonía hoy llamado Santiago, nombrado así debido a que está dentro de

esta demarcación y era una forma de fácil ubicación, a partir de entonces queda así registrado ante educación inicial.

Durante el primer año todo marchaba bien, sin dificultades, pasado el tiempo viene una decadencia para estos centros y para el propio personal, cuando se encontraba en su apogeo se terminan los recursos y no hubo manera de mantenerlos, se opta por desaparecerlos, situación que llega a gobierno federal, el cual da todo su apoyo tanto al lugar como al personal para que se mantengan activos.

En cuanto al trabajo que realizaba el personal era más de cuidado que pedagógico, y cuando se llegaba a hacer de esta forma, se hacía empíricamente porque no se tenían los estudios correspondientes.

Hoy en día se trabaja bajo planes y programas de educación preescolar, pero no se lleva a cabo en todos los grupos debido a que el personal sigue siendo empírico.

Para estos momentos se tienen un acuerdo con la Universidad Pedagógica Nacional para profesionalizar al personal que labora en estos Centros de Desarrollo Infantil y brindarles más oportunidades de crecimiento personal y laboral, aunque la demanda es poca por falta de interés del mismo personal.

Otro dato no menos importante es, el número de población con que se contaba al inicio de brindar el servicio se atendía a 30 niños, en el 2006 su población creció a 65 niños.

### ***1.2.1 En la actualidad (2013)***

Contamos con una población de 115 alumnos con edades desde 2 años hasta 5 años 11 meses, aunque hemos tenido excepciones y se han aceptado niños más pequeños que no cumplen con la normativa, pero son aceptados porque los envía el mismo delegado o el jefe de recursos humanos.

El horario de atención del CENDI, es de lunes- viernes de 7:30 am-8:30 pm. Se brinda el servicio de comedor que incluye: desayuno, colación, comida, colación y merienda, el costo que cubre cada padre de familia es de \$305 mensuales por alumno.

El CENDI está incorporado a la Secretaria de Educación Publica (SEP) y labora bajo su mismo calendario, bajo sus reglas y normas de evaluación, así como el desarrollo Pedagógico.

### **1.2.2 Infraestructura (escenario)**

La institución es una casa que fue adaptada para dar el servicio a una población con escasos recursos, cuenta con una sala para maternal que es adaptada, un cuarto que pertenece a preescolar 1, otro cuarto para preescolar 2 y un cuarto de lámina de fierro para el grupo de preescolar 3, este se ubica al exterior de la casa, el patio es de 20 x 8, 2 baños para el uso de los niños, niñas y las propias maestras, una pequeña bodega para el material, una cocina y un comedor amplio, los servicios básicos.

Ante este panorama me planteé una serie de preguntas.

¿Acaso el hecho de que la escuela sea una casa está influyendo para que el niño no le de un concepto distinto a su casa?

¿Acaso los espacios y actividades no les ayudan a explorar y reconocer sus emociones?

¿Qué tanto les ayudaría tener un salón amplio y lugares cómodos?

¿Qué les representaría una infraestructura diseñada para escuela?

Al reflexionar sobre estas preguntas llegué a la conclusión de que los ambientes, tanto de estructura como de clima, sí influyen en el desarrollo armónico y social de todo sujeto en formación.

Pero no solo esto está influyendo en su proceso, es importante resaltar el papel que juega el docente en la formación de los niños niñas en edad preescolar, para la autorregulación emocional, sin embargo la ambición de modificar las conductas que se presentan en el CENDI Santiago, me llevan a indagar como es nuestra formación docente. Y si cubre los requerimientos que exige la educación actual.

### **1.2.3 Los docentes**

En los últimos años el docente se ha vuelto tema de interés por las autoridades educativas, las cuales se han dado a la tarea de hacer transformaciones académicas desde la curricula y un perfil docente que favorezca el trabajo dentro y fuera del aula. El docente actual viene formándose bajo el término de competencias para la vida, la profesión docente o la tarea de enseñar han cambiado, ha evolucionado de tal manera que hoy estamos de cara ante un

escenario caracterizado por una serie de exigencias sociales cada vez más demandantes. Bajo este panorama las grandes dificultades de la formación y en la perspectiva de incorporar a nuevos docentes al trabajo profesional de la docencia se sintetizan en dos grandes rubros:

1. Cambios sociales, junto con el uso de la tecnología.
2. El cambio en los sujetos, por la falta de valores, normas y reglas sociales.

### Rol del docente

El aula es un escenario donde actuamos cada uno con una personalidad única con experiencias y convicciones respecto a la labor que se espera de él o ella, y los docentes conforman a su vez un conglomerado universo.

Es un pequeño mundo en el que se establece una compleja red de interrelaciones de la que depende en gran medida que se dé un adecuado proceso de enseñanza y aprendizaje. Si en esta trama relacional se producen focos de tensión se afectará de diversas maneras la labor pedagógica.<sup>2</sup>

Las emociones de los alumnos están de hecho muy influidas, positiva o negativamente, por el tipo de relación que se establezca entre ellos y el docente, o entre ellos mismos.

El conocimiento que el docente tenga de sí, de los niños y de sus familias, influirá mucho en el estilo que éste determine para su práctica profesional y establezca su propio estilo de enseñanza teniendo en cuenta su personalidad y experiencia.<sup>3</sup>

Un docente es responsable tiene confianza en sí mismo y asume su papel con el mayor compromiso, lo que hace que su trabajo deje resultados significativos en el desarrollo de los niños.

---

<sup>2</sup> HILDEBRAND, Verna. Fundamentos de Educación Infantil. Jardín de niños y preprimaria. Limusa Noriega editores. México 2002. Pág. 116.

<sup>3</sup>IBIDEM

### **1.2.3.1 Filosofía del docente**

Considero mi filosofía docente como el planteamiento de un conjunto de valores y saberes que busco inculcar en los niños (as), a través de una construcción conjunta, en donde es necesaria la participación activa.

En cuanto a mi persona la visualizo como un proyecto de vida en continuo crecimiento y transformación para alcanzar mejoras en aquellos aspectos que representan mis defectos o debilidades.

#### Misión.

Formar sujetos competentes, en donde se favorezca el desarrollo de sus habilidades, para acceder a mejores condiciones de vida, aprendan a vivir en forma solidaria y sean capaces de transformar su entorno.

#### Visión.

Preparar sujetos íntegros, para ser mejores ciudadanos y generar condiciones para un progreso pleno y armónico con uno mismo y en la convivencia e interacción con la sociedad.

### **1.2.3.2 El docente en el siglo XXI**

Tener un cambio de actitud y la adquisición de nuevas competencias profesionales atendiendo a la necesidad de cambio.

La aplicación de la innovación en las prácticas docentes como elemento de mejora.

Trabajar en equipo.

Aplicación de las nuevas tecnologías que permitan motivar y mejorar la labor docente.

Ante toda mi experiencia laboral y la concepción que tengo sobre ser docente en preescolar puedo decir con certeza lo siguiente.

La docencia es una labor sin límites que me permite llegar al corazón de los niños y niñas, volviéndome en algunas ocasiones en su persona favorita de la cual creen todo, lo que contribuye a que se forjen una imagen adulta que en buena medida va a incidir en su desarrollo.

La docencia es una tarea muy grata e interesante, que me hace ser merecedora de un reconocimiento no solo profesional; sino también humanista, la cual supera todo. Esta profesión me permite mirar a los niños desde la parte esencial sin hacer distinciones de ninguna índole, por lo que es a partir de estos niveles que vamos preparando a los futuros ciudadanos y seres humanos, estoy convencida que un niño sano en todos los sentidos será capaz de aprender y establecer relaciones sociables adecuadas para su desarrollo tanto intelectual como emocional.

Por lo anterior tengo la obligación de continuar apoyando en el fortalecimiento de la educación, hoy en día somos el segundo círculo de influencia. El primero es la familia en la que el niño se apoyará para desarrollar sus capacidades, en lo personal trabajar con estas edades me permite favorecer la autorregulación emocional, descubrir mi capacidad de tolerancia y de entrega, pero sobre todo de cambiar los malos hábitos de enseñanza. No olvidemos que no solo somos docentes de contenidos; sino también de seres humanos que necesitan una guía para “transitar” por este camino de cambios sociales.

Nuestra labor no solo se centra en el aula, va más allá desde darles una orientación a los padres de familia como a las compañeras de trabajo, el quehacer docente involucra el compromiso, vocación de servir y la responsabilidad de desarrollar el potencial de las personas que están a nuestro cargo, lo que me lleva a un gran desafío que asumo con entereza y dedicación.

### **1.2.3.3 Perfil Docente**

En cuanto al personal que labora en mi centro de trabajo en su mayoría no cuenta con los estudios correspondientes, solo tienen la secundaria, solamente dos contamos con Licenciatura en educación preescolar y una en psicología, lo que limita el servicio educativo que se está impartiendo (ver tabla 1), por lo que es necesario convencer a estas compañeras para profesionalizarse y poder brindar una educación de calidad, Todo lo anterior está influyendo en el desarrollo pedagógico de los niños de nuestro centro infantil.

Perfil docente Tabla 1

No.	Nombre	Función	Horario	Escolaridad	Antigüedad
1	Hernández Ayala Mireya	Directora	08:00 A 15:00	Pasante. Lic. En educación preescolar	2002-2013
2	Cruz Gómez Cristina	Titular	07:30 A 14:30	Técnico en alimentos y Bebidas. Asistente Educativo Pasante. Lic. En educación preescolar	2007-2013
3	Alvarado González María Leticia	Titular	14:30 a 20:00	Pasante Lic. En psicología educativa	2006-2013
4	Pacheco Sosa Leticia	Titular	14:30 a 20:00	Asistente educativo	2005-2013
5	González Romero Susana	Administrativo	07:30 A 14:30	Técnica en trabajo social	2012-013
6	Sánchez Martínez Laura	Trabajadora social	07:30 A 14:30	Técnica en trabajo social	2005--2013
7	Perales Domínguez Claudia Elizabeth	Apoyo pedagógico	08:00 A 15:00	P.T. Asistente Ejecutivo y cursa la Lic. En educación preescolar	2011-2013
8	Martínez Salazar Gloria	Auxiliar	07:30 A 14:30	Asistente educativo	2009-2013
9	Hernández García Miriam	Titular	07:30 A 14:30	Secundaria terminada	2002-2013
10	Jiménez Flores Marcelina	Enfermera	07:30 A 14:30	Técnica en enfermera auxiliar	2011-2013
11	Jiménez Martínez Jessica Karina	Auxiliar	07:30 A 14:30	Bachillerato y cursa la Lic. En educación preescolar	2008-2013
12	López Vara Laura Evelia	Titular	07:30 A 14:30	Asistente educativo	2010-2013
13	Ríos Domínguez Ana Rosa	Titular	07:30 A 14:30	Bachillerato tecnológico y cursa la Lic. En educación preescolar	2011-2013

Con la experiencia que tengo en estos centros de trabajo y en base al cuadro anterior puedo decir con certeza que el problema radica en que no hay vocación por el trabajo que están desempeñando y que están por una necesidad laboral y por razones políticas, lo cual es una pena y afecta grandemente a los niños viéndose reflejado en su desarrollo interpersonal, social e intelectual.

#### **1.2.3.4 La participación de los padres**

Son muchas las funciones o tareas que debe cumplir el grupo familiar. Entre otras podemos destacar las siguientes.

Los padres deben inculcar en sus hijos valores y principios de convivencia, que los prepare como seres sociales tanto en su propia familia como en las relaciones con los demás. Esto garantizará que sean en el futuro personas productivas para la sociedad.

Los padres deben proporcionar lo necesario: para que el niño disfrute de un buen estado de bienestar físico, mental y afectivo, sentando así las bases de su estabilidad emocional como persona adulta.

Otra función que debe cumplir principalmente la familia, es la de garantizarle a los hijos la educación, tanto en valores, como la educación formal que le pueda brindar la institución educativa.

En el seno de la familia, sus integrantes pueden presentar contradicciones, pero justamente la forma como éstas se solucionen, será la base para aprender a resolver pacíficamente los conflictos cuando estos se tengan que vivir en espacios diferentes a la familia.

Los niños criados en un ambiente de aprendizaje adecuado, llegan a la escuela con las habilidades fundamentales y las actitudes necesarias que los docentes empatarán con éxito.

El paso de los niños por la escuela es una de las etapas más importantes en la formación, de ellos y de todo ser humano.

Por eso es necesario que los responsables de la educación tengan clara la forma como seleccionarán el colegio donde van a estudiar sus hijos, y que además participen en su proceso educativo formativo.

Las docentes compartimos largas jornadas de trabajo con sus hijos, por eso debemos ser los mejores aliados de los padres, para garantizar el mejor ambiente de afecto para los niños.

Los niños son por naturaleza sociables, y es la escuela el espacio más frecuente para que se vinculen con los demás niños. Es importante que los padres tengan en cuenta este aspecto para formarlos dentro de lo afectivo, reglas y límites de comportamiento.

Las escuelas se convierten entonces en un nuevo círculo afectivo para los niños. Por eso, los padres deben participar en la comprensión y compromiso para atender a las necesidades de sus hijos, de ahí que se trabaje en buscar soluciones por medio de lo denominado trabajo en equipo.

La manera de convivir en familia puede traer beneficios en la educación o problemas de adaptación los cuales son detectados en el salón de clases, mediante una sesión de trabajo o con la conducta que presentan los alumnos.

### ***1.2.4 Diagnóstico de preescolar tres***

La palabra Diagnóstico, proviene del griego diagnóstico formado por el prefijo día (a través), y gnosis (conocimiento o apto para conocer).

El diagnóstico describe, analiza y determina la realidad de la institución y de sus ámbitos educativos Pedagógica Comunitaria Organizativa Administrativa.<sup>4</sup>

¿Por qué es de importancia el diagnóstico en el proceso educativo? permite Sistematizar la información sobre las situaciones y problemas de una determinada realidad sobre la que se va actuar. Prever las situaciones y problemas futuras. Permite conocer mejor a las personas que se beneficiarán con la ejecución de nuestra planificación. Nos da claridad en nuestros objetivos dentro de nuestra planificación que realizaremos. Va a determinar que recursos, metodología, contenidos podemos utilizar para ejecutar nuestra planificación. Accede a conocer, comprender y reflexionar sobre fortaleza, oportunidades, debilidades y amenazas de la institución, aula, docentes, familia, comunidad (contexto) y alumnado.

¿Para qué sirve el diagnóstico? Permite conocer y prever situaciones, necesidades y problemas que afectan a las personas beneficiarias (estudiantes, docentes, padres, madres de familia, personal administrativo y servicio) y al desarrollo del proceso educativo. Ayuda a identificar fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas de los ámbitos pedagógicos, comunitarios,

---

<sup>4</sup> <http://www.slideshare.net/brvasquez1968/diagnostico-educativo>

administrativos y organizativos para el mejoramiento continuo de la calidad del proceso educativo y de las condiciones (internas y externas) en que se lleva a cabo, y descubrir las condiciones socioeconómicas y biopsicosociales del estudiantado, padres, madres de familia, personal de servicio administrativo y profesorado.

Gracias a la información anterior fue posible sacar el diagnóstico del grupo de preescolar tres del Cendi Santiago, el cual me permite conocer necesidades y problemas que afectan a los niños, personal docente y padres de familia.

El grupo de preescolar 3 está formado por 35 niños y niñas de edades entre 5 y 6 años de los cuales 14 son mujeres y 21 son hombres.

En cuanto a las relaciones que establecen los niños con sus pares no es la más adecuada, utilizan un lenguaje altisonante, no existe una tolerancia para los demás, están siempre a la defensiva y vigilando lo que hacen los otros, aunque esto implique que dejen a un lado sus tareas a desarrollar.

En cuanto a su comportamiento este es de suma importancia, ya que de este depende que el niño (a) se desarrolle afectivamente y en este aspecto están en los más bajos niveles, no escuchan indicaciones, los trabajos en equipo no les interesa, no les gusta realizar actividades pedagógicas, se agreden físicamente por cualquier cosa, no hacen diferencias entre compañeros y docentes tratan a todos de la misma manera, se distraen con facilidad, la comunicación es escasa, sus respuestas son cortas y en ocasiones no contestan, dicen muchas mentiras, son retadores y berrinchudos, desean que los demás hagamos lo que ellos quieren o amenazan con acusarnos con sus papás.

Lo que sí es rescatable del grupo es la energía que tienen para realizar sus travesuras de niños y la facilidad para cambiar sus estados de ánimo, esto lo puedo utilizar para lograr los objetivos planeados y que son una entrada para adquirir buenos resultados en aprendizajes cognitivos y relaciones personales e interpersonales.

La clave para un cambio de conducta es ponerles atención y diseñar situaciones didácticas que estén enfocadas en el juego que les permita poner en práctica el trabajo colaborativo, los valores, la convivencia, la autorregulación emocional y las relaciones interpersonales niño-adulto, niño-niño y adulto-adulto.

Pero sobre todo tomar conciencia de lo que implica trabajar con niños y niñas, las atenciones que requieren y que vendrán prioridades infantiles que requerirán de toda nuestra atención.

Y para no caer en falsas suposiciones sobre el niño conozcamos algunas características de su edad.

Tabla 2

<b>Aspecto motriz</b>	<b>Aspecto emocional</b>	<b>En el aspecto Psico-sexual</b>	<b>En el aspecto social</b>
<p>*Tienen mayor control y dominio sobre sus movimientos y mayor equilibrio.</p> <p>* Pueden realizar pruebas físicas o danzas.</p> <p>* Demuestran mayor precisión, eficacia y rapidez en la coordinación visomotriz para manipular objetos.</p> <p>* Van al baño solos.</p> <p>* Manejan el lápiz con seguridad y precisión.</p> <p>* Llevan mejor el compás de la música.</p> <p>*Comienzan a distinguir izquierda y derecha en sí mismo.</p> <p>*Bajar escaleras con soltura y sin apoyo poniendo un pie en cada escalón</p> <p>*Cortar una línea con tijeras.</p> <p>*Vestirse sin ayuda.</p> <p>*Copiar un cuadrado.</p> <p>*Dobla papel, usa punzón para picar, colorea formas simples</p>	<p>* Son más independientes</p> <p>* Les agrada colaborar en tareas de la casa.</p> <p>*Asisten a una crisis de personalidad: por un lado son solidarios con su familia y por el otro ansiosos de autonomía.</p> <p>* Pueden querer cuidar y jugar con niños más pequeños</p> <p>* Poseen un sentido elemental de vergüenza y la deshonra.</p> <p>*Se muestran celosos, sienten amor y hostilidad, son inestables, demandantes.</p>	<p>*Manifiestan interés por averiguar los orígenes de su propia vida, de hermanos y padres (sobre "las panzas", la diferencia entre los sexos, el significado de la muerte, elaborando "teorías infantiles".</p> <p>*.Se diferencian los juegos de niñas de los de niños, haciéndose muy marcada la diferenciación sexual de los roles. Juegan generalmente separados los niños de las niñas.</p> <p>*Descubren la diferencia de los sexos como criterio irreversible para discriminar entre varones y mujeres. Se espían mutuamente.</p> <p>*El niño de esa edad está abocado a la difícil tarea de conquistar su lugar dentro de la estructura familiar.</p> <p>*Afectivamente es celoso, siente amor y hostilidad, es inestable, demandante.</p> <p>*Se enamora de su pareja parental opuesta y rivaliza con el otro. Más tarde renunciará a ese amor y se identificará con</p>	<p>* Consiguen integrarse en grupos de juego a partir de un proyecto común elaborando normas de juego propias</p> <p>* En sus juegos, les gusta terminar lo que empiezan.</p> <p>* Tienen más apreciación del hoy y del ayer</p> <p>*Aparecen los juegos reglados que implican el abandono del egocentrismo</p> <p>* Comienzan a preocuparse por los sentimientos y necesidades de los demás.</p> <p>* No les gusta la crítica o el no triunfar.</p> <p>* Es común que acusen o culpen a los otros.</p> <p>* Para ellos, algo "bueno" o "malo" es lo que sus profesores y sus padres aprueban o desaprueban., desarrolla valores éticos como la honestidad.</p> <p>* Pueden enfadarse cuando se les critica o si ignoramos su trabajo o comportamiento.</p> <p>* Desarrolla un sentido del humor, gozan de rimas, canciones, y adivinanzas.</p>

		su rival deseando ser como él en el futuro (5-6 años aproximadamente).	*Durante las comidas se muestra muy sociable y hablador.
--	--	--	--

5

### **1.2.4.1 Situación educativa**

Sin lugar a duda, la sociedad mexicana enfrenta problemas emocionales cada vez son más frecuentes causados por el estrés y la carencia de tolerancia.

Ante este mundo que es abrazado por una sociedad tan cambiante, para los seres humanos resulta una necesidad muy importante ser capaz de aprender a resolver problemas y llegar a ser creativos; lo cual es demandado por el mismo núcleo social.

En las últimas décadas los problemas de adaptación social en los alumnos que cursan la educación básica en México han sido focos de atención para modificar los planes de trabajo, hemos presenciado un recrudescimiento de las conductas a una edad más temprana ¿Los cambios sociales, laborales y culturales de las familias mexicanas han contribuido en algo para agravarla la autorregulación emocional? ¿Están suficientemente capacitados los docentes de todos los niveles para lidiar con estos desajustes emocionales? ¿Las metodologías de los docentes son suficientemente atractivas para los alumnos de ésta época como para mantenerlos atentos y tranquilos en los salones de clase?

De todo lo analizado hasta ahora se puede decir que los problemas emocionales conllevan a una conducta inadecuada, la cual es mi foco de atención en el CENDI Santiago. La escuela no solo es el único factor que influye en la autorregulación emocional de nuestra población, los niños han tomando modelos de conducta de su entorno, como son la familia, el barrio, docentes, compañeros, entre otros. Existen niños que en su hogar sólo reciben maltrato físico y agresiones verbales en determinados momentos de disgusto; el niño quien es el más afectado, toma dicho modelo de irritabilidad para ejecutarlo en otras situaciones similares que se le presenten. Otro

---

<sup>5</sup> <http://www.mamapsicologainfantil.com/2013/04/ninos-y-ninas-de-5-6-anos-como-son.html#.U3TtJMNOXcc>

factor que he podido detectar es la falta de atención y afecto que reciben los niños, esto crean en ellos una baja autoestima.

Los actuales planes y programas de educación básica en México han dedicado campos formativos enfocados al desarrollo de competencias socio-afectivas en los alumnos, ya no se espera que el aprendizaje de estas competencias ocurra de una manera incidental durante su paso por la educación básica, en realidad se pretende favorecer explícitamente estas áreas hasta conseguir su pleno dominio.

El diagnóstico me arrojó posibles factores que estuvieran influyendo en la vida emocional de los niños y niñas del CENDI, lo primero que hice fue utilizar herramientas que me facilitaran la recuperación de información para ello utilice el diario de la educadora, del cual obtuve información de aquellos niños que presentaron problemas de conducta y otro la bitácora en la cual se anotaron los casos que durante el día presentaron conductas inadecuadas, la utilización de estas herramientas dio pie para sugerir estrategias y actividades que favorecieran un clima de respeto hacia los demás y a las mismas reglas sociales. Posteriormente realice una observación que estuvo enfocada a los padres de familia de la forma en que tratan a sus hijos y de la manera en que resuelven las situaciones conflictivas escolares, y lo observado me llevó a entender los comportamientos de los niños y su forma de resolver las situaciones de conflicto que se les presenta.

Por otro lado se obtuvo el perfil grupal (ver tabla en anexo 1), el cual me permitió conocer cada una de las áreas de desarrollo (conceptuales, procedimentales y actitudinales) para ubicar dentro del programa de acuerdo a las necesidades e intereses de los niños. El perfil individual que a su vez constituye el perfil de grupo me dio a conocer el nivel de madurez en que se encuentran los niños.

Además este perfil determinó en qué grado los alumnos han desarrollado habilidades: físicas, emocional, familiar y estilo de aprendizaje de cada niño, así como sus características individuales.

Es indispensable que los padres de familia y docentes enseñen a resolver problemas a los niños y que si los padres o docentes aun no saben ni como resolver los propios entonces es importante que ellos aprendan y a su vez hagan parte a sus hijos o alumnos de este aprendizaje. el profesor debe evitar alterar su propio comportamiento en busca de que el niño

obedezca. Aunque no es sencillo, trate de controlar su enojo y frustración para no excederse en los castigos y dañar con ello al estudiante. Los maestros firmes, tranquilos, justos y silenciosos son los más efectivos al modificar la conducta.

#### ***1.2.4.2 Impacto del contexto en mi práctica docente***

Ante el perfil anterior es de notarse que las conductas inadecuadas están presentes en cada momento del día, dentro y fuera del salón de clases, como lo expresé anteriormente. Esta situación no permite que se adquieran los contenidos escolares, debido a que constantemente se debe estar poniendo orden, recordando las normas de convivencia, el valor del respeto y la tolerancia.

Por parte de los padres de familia esta situación ha provocado que se generen conflictos, debido a que no les parece que sus hijos sean molestados por los demás, pero aquí surge algo, que no quieren aceptar, que su hijo también genera que se den estas respuestas negativas, debido a que incita al otro para que lo moleste y en otros casos los niños se aíslan de sus compañeros.

Me he dado a la tarea de hablar con los padres de familia para tratar la forma de comportamiento que presentan sus hijos.

Por mi parte las conductas inaceptables me están causando gran estrés, y se han vuelto una lucha emocional que merma mi estado físico, debido a que aparte de trabajar con los niños, también lo hago con los padres de familia para favorecer en ellos la reflexión, el análisis y la aceptación de los errores que se cometen como padres.

Para lograr un cambio verdadero es necesario que se reconozca el problema que estamos viviendo y a partir de esto trabajar sobre el malestar.

En cuanto a los niños la falta de autorregulación emocional no permite mejorar el ambiente escolar, debido a que hay dos factores que influyen en su desarrollo y adaptación del medio escolar.

- 1.- Que faltan a la escuela y se rompe la línea de trabajo debido a esto.
- 2.- El contexto en que se desarrollan.

Un factor que encuentro es que los padres de familia no siempre trabajan de la mano con la escuela y esto lleva a que no sea posible cubrir todas las necesidades de cada uno de los niños, lo ideal sería que se trabaje de forma triangular (niño, docente y padre de familia).

#### **1.2.4.3 Situación problemática**

Puedo entender que una problemática es aquella situación que considere indeseable, que afecta a alguien o algo y que de continuar existiendo provocará un desequilibrio, tanto emocional para el propio individuo como para los que lo rodean, si no se atiende en tiempo y forma dará lugar a ambientes poco favorables para el desarrollo del sujeto en sociedad.

Algunas de las causas que se consideran como las condiciones que contribuyen al desarrollo de un trastorno de conducta son multifactoriales. Podrían ser:

**El ambiente familiar.** Está claro que una estructura familiar donde escaseen o no se den actitudes positivas en el proceso de educación y formación de los hijos, es un buen semillero de alumnos problemáticos o conflictivos, cuando no violentos.

**Entorno social próximo.** Donde los niños y adolescentes experimentan sus primeros contactos sociales y sus primeras apreciaciones de la vida que van a influir fuertemente en su conducta social, con el riesgo de poder llegar a aprender a desinhibirse y comportarse agresivamente viendo e imitando a jóvenes y mayores que usan la violencia en su propio beneficio.

**Medios de comunicación.** A un ambiente familiar o social desestructurado se asocia la negativa influencia de los medios de comunicación, y de manera especial la televisión con sus incontrolados programas que propician en los alumnos comportamientos violentos y antisociales al ser atacados, durante varias horas diarias.

**Ambiente escolar.** Las actitudes autoritarias u hostiles de parte de los docentes pueden ser causa también, para generar una conducta inadaptable al ambiente escolar.

No podemos achacarle solamente al estilo autoritario de la familia o a la sobre protección, que una persona tenga una conducta antisocial, la sociedad esta cada vez más desorientada en cuanto al manejo de la autorregulación emocional y algunas de las causas pueden ser:

- ❖ Sobre protección
- ❖ El maltrato físico o psicológico por parte de sus padres.
- ❖ El rechazo o el hostigamiento persistente por parte de la docente, o personal de la institución
- ❖ Falta de sentido de pertenencia a un grupo.

Las docentes no debemos dejar de pensar, ni de actuar ante los problemas que se presentan día con día en el aula, la intención de sacar a flote la conducta en mis alumnos es porque repercute en todos los ámbitos, limitándolos en su desarrollo integral, y haciendo mi labor docente cada vez más complicada y estresante.

La manera que yo encontré para contribuir a crear un clima de confianza, respeto y cooperación, es que no debo excluir a ninguno aunque sean muy rebeldes, al contrario hacerlos sentirse parte importante de la clase, y que todos podemos cooperar para la mejora de las relaciones con los demás. Así como para el buen funcionamiento de la educación.

Actualmente resulta preocupante que las relaciones interpersonales y el acoplamiento de los niños a nuevos grupos sociales distintos del hogar esté cada vez más distorsionado.

Esto se traduce problemas de adaptación al medio; tanto educativo como social.

### ***1.2.5 Planteamiento del problema***

A lo largo de mi práctica me he podido percatar que debido a la vida tan apresurada que tienen los padres, no se dan el tiempo necesario para transmitir códigos de conducta u orden, el hogar es el espacio donde se adquieren las primeras reglas sociales las cuales se irán incrementando o fortaleciendo en instituciones educativas.

Parte de mi labor es introducir en los padres hacer conciencia de los beneficios de una disciplina dentro de las normas, valores y límites, es necesario, un cambio empezando por ellos, comprometerse y trabajar.

Las reglas, límites, valores y adaptación social son un trabajo en conjunto: padres y docentes, creo que la base se encuentra en casa, dentro de mi práctica me doy cuenta que, la falta de afectividad en casa ocasiona grandes conflictos para la docente, ya que los niños no tienen idea

de cómo lograr la autorregulación emocional, me parece alarmante ver como los padres no favorecen este aspecto tan importante en el desarrollo y crecimiento de los niños, y provoca que no logren reconocer sus emociones y la de los demás.

La mayoría de los niños en edad escolar comprende las nociones de justicia y equidad, y es capaz de considerar también las necesidades de los demás, esto será posible a medida que se le eduque para ello.

Dentro de mi aula se presentan niños impulsivos, como Miguel Ángel, pero desafortunadamente no se ha podido platicar con su madre, no lo va a dejar, ni a recoger. Las personas que van son adultos mayores, quizás no dan el recado o simplemente los padres hacen caso omiso a esto, el niño a cada momento está molestando a los demás interrumpe constantemente las clases y les pega a sus compañeros, no sigue reglas se sube a las rejas y brinca exponiéndose a accidentes, por lo que hay que estar pendiente de sus movimientos para que no se lastime o lastime a alguien más. (Ver anexo 1 perfil grupal).

Todos los casos son parecidos solo hay una que otra variante, pero el enojo, está presente y es necesario cambiarlo. Será necesario citar a los padres de familia entrevistas para conocer que situación están viviendo los niños y niñas para de este modo orientarlos a tener mejores relaciones con sus hijos e hijas que se vean reflejadas en su conducta.

Es importante reconocer el desarrollo de los niños, ya que de acuerdo a la edad de este niño y a sus características propias, las cuales podrán cotejar más adelante (Ver tabla en anexo 1). A partir de ello tomaremos decisiones que acciones pueden o no funcionar con él, también es importante comprender que el espacio en que se desarrolla, es de suma importancia para lograr la planificación de este proceso tan importante.

Por otra parte, un aspecto que me parece de suma importancia considerar para la aplicación de estrategias es el objetivo que nos vamos a plantear, el cual dependerá de las necesidades de los niños (as) y docentes, me refiero a docentes y niños por que considero que cada niño nos dará una guía de cómo ir implantando un plan de trabajo eficaz de acuerdo con sus características propias, es necesario recalcar que nosotros solo funcionaremos como guías para que el niño llegue a ser un adulto capaz de tomar decisiones sobre lo que desea en la vida, y no tratarle de imponer lo que nosotros hubiéramos deseado ser.

### **1.2.5.1 Propósito General del problema de investigación**

- ❖ Favorecer un equilibrio de las conductas emocionales.
- ❖ Mejorar las relaciones sociales favoreciendo así un desarrollo integral en cada uno de los alumnos, para que de este modo se pueda brindar una escuela de calidad que favorezca la adquisición de nuevos conocimientos.

#### Propósito Específico del problema de investigación

- ❖ Generar formas de acompañamiento del entorno familiar en las actividades escolares mediante la realización de talleres grupales con la participación y compromiso del entorno familiar y de los niños y niñas objeto de investigación.
- ❖ Utilizar estrategias con los niños que les permitan valorar a cada miembro de la clase.
- ❖ Crear estrategias en la cual se involucren la docente, directivos, padres de familia y alumnos.
- ❖ Diseñar actividades que permitan el autocontrol emocional.

### **1.2.5.2 Justificación**

Dicha investigación está enfocada a las necesidades que se observaron en el CENDI Santiago con respecto a las pautas de comportamiento que se presentan tanto en el grupo de preescolar tres como en los otros niveles, aunque en este momento solo me enfoco específicamente, al grupo en el cuál estoy trabajando: preescolar tres. El cual sirvió para la elaboración de dicho trabajo, que inicié a partir de estar cursando el sexto cuatrimestre de la licenciatura en educación preescolar. El enfrentarme día a día con una diversidad de conductas, me llevó a elegir el tema de la autorregulación emocional en los niños y niñas en preescolar.

Todos los seres humanos tenemos emociones y es normal expresarlas; pero cuando estas te hacen perder el control, uno puede no sólo dañar a las personas que nos rodean sino sobretodo uno puede dañarse a si mismo. En cambio el saber controlar nuestras emociones nos ayuda no sólo a sentirnos bien y elevar nuestra autoestima; sino también a templar nuestro carácter.

Las emociones afectan nuestra vida diaria e influyen en nuestras decisiones. Literalmente las sentimos en el cuerpo y las manifestamos en nuestras expresiones faciales.

De acuerdo con el nuevo programa de educación preescolar 2011, uno de los propósitos es que el niño gradualmente se apropie de los valores y principios necesarios para la vida en comunidad, reconociendo que las personas tenemos rasgos culturales distintos, y actúen con base en el respeto a las características y los derechos de los demás, el ejercicio de responsabilidades, la justicia, el reconocimiento y aprecio a la diversidad lingüística, cultural, étnica y de género.<sup>6</sup>

Los procesos de construcción de la identidad, desarrollo afectivo y de socialización se inician en la familia. Al respecto, las investigaciones actuales han demostrado que las niñas y los niños desde edad temprana desarrollan la capacidad para percibir e interpretar las intenciones, los estados emocionales de los otros y actuar en consecuencia; es decir, en un marco de interacciones y relaciones sociales; transitan, por ejemplo, de llorar cuando sienten una necesidad –que los adultos interpretan y satisfacen–, a aprender a expresar de diversas maneras lo que sienten y desean.

El comportamiento de los niños y adolescentes en los centros escolares ha sido siempre una constante de preocupación y tema que ha dado lugar a numerosas investigaciones y escritos. En la actualidad sigue siendo un aspecto de la vida escolar que, en vez de solucionarse, se va haciendo más preocupante, incluso en países de cultura más avanzada, es una situación compleja condicionada por factores diversos que agravan la situación actual en las aulas.

No obstante, es común que de un sector a otro se lancen acusaciones de culpabilidad, muchos docentes señalan a los padres y a la pérdida de valores familiares; por su parte los padres le recriminan a la escuela y a los maestros de haber abandonado la ética educativa y de no comprender a la juventud; siempre buscamos culpables y no reconocemos que papel estamos haciendo, en este aspecto se cuestionó a algunas madres de familia, si su hijo fue planeado o causa de un descuido biológico, a lo que si se dieron respuestas tristes de que no deseaban a su hijo por una u otra causa, ante esto me remito a deducir el por qué del abandono y desinterés por estos niños.

---

<sup>6</sup> Programa de estudio 2011 / Guía para la Educadora  
Preescolar. Pág. 17

Dentro del grupo solo dos niñas presentan conductas aceptables, a todos los demás no se les ha sabido fomentar los valores normas y reglas para la convivencia con los demás.

Nuestra población no es homogénea existe una gran diversidad tanto cultural como de costumbres y tradiciones, por ello no debo tratar a todos de manera igualitaria, porque la escuela debe ser para satisfacer las necesidades de los niños y no las propias.

Un factor que considero que es parte de la raíz del desarrollo y conocimiento de la autorregulación emocional somos las propias docentes, ya que cuando nos enfrentamos con estos problemas nos salimos por la tangente, aislándolos, ignorándolos, sacándolos del salón o castigándolos por su comportamiento, lo único que estamos haciendo es transmitir la represión de emociones. Pero esto es parte de desconocer las etapas del desarrollo infantil y una pedagogía que favorezca en todo momento el desarrollo cognitivo, social y personal. Al reflexionar en la actitud de las docentes y la mía propia, he llegado a la conclusión que las docentes de este centro no hemos podido lograr que los niños y niñas reconozcan sus emociones y la de los otros. Además de no enseñarlos a manejarlas de una forma pasiva y sin represiones.

Actualmente resulta preocupante que las relaciones interpersonales y el acoplamiento de los niños a nuevos grupos sociales distintos del hogar está cada vez más distorsionado. Esto se traduce en problemas de adaptación al medio; tanto educativo como social.

Si tenemos claro lo relacionado a la parte emocional en los seres humanos, será más fácil entablar relaciones sociales favorables, lo cual repercutirá en la enseñanza- aprendizaje y el ambiente escolar, ante esto, mi faena tiene como propósito trabajar con la emociones que impiden las relaciones sociales, la sana convivencia y armonía escolar.

Por lo tanto fue importante indagar todo lo relacionado con las emociones y la importancia de tener un equilibrio sano sobre estas.

### **1.2.5.3 El aspecto emocional del niño y el programa de educación preescolar 2011**

La inquietud por realizar la investigación que nos ocupa, acerca de las emociones y conducta de los infantes, surge precisamente porque desconocemos como se desarrollan y de donde surgen.

Como docentes debemos favorecer el desarrollo de este aspecto en nuestros niños que asisten a los centros educativos, así como lo implanta el Programa de Educación 2011, en uno de sus seis campos formativos, el cual nos da una extensa información sobre las relaciones que establecen los niños desde el ámbito familiar hasta el escolar y la forma en que influyen estos dos en la formación de relaciones sociales.

#### Campo formativo. Desarrollo personal y social.

Dicho campo se refiere a las actitudes y capacidades relacionadas con el proceso de construcción de la identidad personal y de las competencias emocionales y sociales.

La comprensión y regulación de las emociones y la capacidad para establecer relaciones interpersonales son procesos estrechamente relacionados, en los cuales las niñas y los niños logran un dominio gradual como parte de su desarrollo personal y social.

En la edad preescolar, las niñas y los niños han logrado un amplio e intenso repertorio emocional que les permite identificar en los demás y en ellos mismos diferentes estados emocionales –ira, vergüenza, tristeza, felicidad, temor–, y desarrollan paulatinamente la capacidad emocional para funcionar de manera más autónoma en la integración de su pensamiento, sus reacciones y sus sentimientos.

La comprensión y regulación de las emociones implica aprender a interpretarlas y expresarlas, a organizarlas y darles significado, a controlar impulsos y reacciones en el contexto de un ambiente social particular.

Las emociones, la conducta y el aprendizaje están influidos por los contextos familiar, escolar y social en que se desenvuelven las niñas y los niños, por lo que aprender a regularlos les implica retos distintos. En cada contexto aprenden formas diferentes de relacionarse, desarrollan nociones sobre lo que implica ser parte de un grupo y aprenden formas de participación y colaboración al compartir experiencias.

El desarrollo de competencias en las niñas y los niños en este campo formativo depende, fundamentalmente, de dos factores interrelacionados: el papel que desempeña la educadora como modelo y el clima que favorece el desarrollo de experiencias de convivencia y aprendizaje entre ella y los alumnos, entre los alumnos y entre las educadoras del plantel, los padres de familia, y las niñas y los niños.<sup>7</sup>.

Al analizar este campo formativo comprendo lo importante que es para todo ser humano contar con una inteligencia emocional la cual nos establece según Daniel Goleman (1985). "Es la capacidad para reconocer sentimientos en sí mismo y en otros", pero más adelante citaremos a este autor más a fondo sobre sus investigaciones en este campo de las emociones.

#### **1.2.5.4 Las estrategias**

Se considera una guía de las acciones que hay que seguir. Por tanto, son siempre conscientes e intencionales, dirigidas a un objetivo relacionado con el aprendizaje.

La estrategia permitirá seleccionar las actividades prioritarias para el mejoramiento del servicio u organización y aprovechar las ventajas que aparezcan relacionadas con su actividad.<sup>8</sup>

En el campo educativo las estrategias basadas en el juego sirve para fortalecer los valores: honradez, lealtad, fidelidad, cooperación, solidaridad con los amigos y con el grupo, respeto por los demás y por sus ideas, propiciar rasgos como el dominio de sí mismo, la seguridad, la atención para no romper las reglas.

Por este motivo se consideró dentro de las estrategias al juego como una de las técnicas que posibilitará el desarrollo de las diferentes competencias del niño y la niña en el nivel preescolar.

#### Selección de estrategias

Teniendo en cuenta la influencia emocional en las conductas detectadas, se sugieren estrategias dirigida a satisfacer todas las necesidades educativas y sociales presentes en el grupo escolar. Las acciones a realizar tendrán el orden correspondiente en función de las prioridades. No se puede dejar de influir en alguna específicamente, ya que todas están

---

<sup>7</sup> Programa de estudio 2011 / Guía para la Educadora  
Preescolar. Pág. 75, 76

<sup>8</sup> <http://www.monografia.com/trabajos4/acciones/acciones.shtml>

interrelacionadas y de manera directa o indirecta afectan o pueden afectar el proceso educativo.

Las estrategias facilitan la organización de la Práctica Pedagógica y participación activa de los actores beneficiados.

Y para la selección de estrategias es necesario seleccionar herramientas de trabajo que permitieran la recolecta de información, los cuales darán la pauta para el diseño de secuencias didácticas que favorezcan la autorregulación de emociones dentro y fuera del centro de trabajo.

A continuación se definirán las herramientas y estrategias de trabajo que pueden permitir una intervención efectiva.

**Diario de trabajo.** Está referido a un instrumento para el registro detallado de experiencias significativas de aula, como campo de investigación, donde el maestro reflexiona acerca de su quehacer, reconociendo situaciones problemáticas, las cuales se convierten en objeto de estudio, para ser intervenidos.

En el diario se registra, avances y dificultades tanto de la práctica docente como del desempeño de algunos niños que han sido foco de atención.

### ❖ **El juego**

El juego es una actividad innata en el niño y niña, la cual le resulta placentera y voluntaria. Cumple una función compensadora de desigualdades, integradora, así como rehabilitadora de emociones.

Con el juego se puede tratar conflictos y alteraciones de la personalidad del niño.

El juego tiene una gran importancia en el desarrollo intelectual, equilibrio afectivo, emocional y social del ser humano. Es la primera “herramienta” con la que construimos nuestro intelecto, nuestras actitudes, valores y nuestro mundo de relación.

En parejas (se facilitan por la cercanía y compatibilidad personal), y colectivos (exigen mayor autorregulación y aceptación de las reglas y sus resultados).<sup>9</sup>

---

<sup>9</sup> Programa de estudio 2011 pág. 21

Por lo anterior debemos partir considerando que a los niños en edad preescolar les encanta correr, saltar, jugar a la pelota, hacer rompecabezas y dibujar.

Por tal razón las estrategias sugeridas para fomentar las relaciones sociales en los niños de preescolar está basado en el juego, ya que es una forma entretenida, diferente y creativa que ayuda a los niños a aprender y a desarrollarse en todos los aspectos (física, emocional, social, creativa y lingüísticamente).

No olvidemos que el juego es la principal actividad, a la que el niño (a) dedica más tiempo y, sobre todo, más ganas, energías e ilusión. A través del juego, el niño(a) desarrolla su autoestima adquiere confianza, aprende a vivir, aceptar puntos de vista diferentes al propio, a solucionar problemas a ser disciplinado, cuando tiene que seguir reglas o esperar su turno, a articular conocimientos, emociones, sentimientos, relaciones interpersonales, a superar el egocentrismo y ensaya la forma de actuar en el mundo.

### ❖ **Talleres de representación**

Es una modalidad de trabajo que ofrece posibilidades para atender la diversidad del grupo; es una forma organizada, flexible y enriquecedora de trabajo intelectual y manual que privilegia la acción, fomenta la participación activa y responsable, favorece el trabajo colaborativo y los aprendizajes, facilita aprender en acción, con base en actividades lúdicas; propicia el intercambio, la comunicación, el trabajo entre pares, la autonomía y los retos constantes. Propicia el intercambio de experiencias y la movilización de saberes previos, promueve la iniciativa y desarrolla la capacidad creadora, con actividades muy concretas y precisas para el trabajo.<sup>10</sup>

Para integrar a los padres de familia es necesario la implementación de talleres donde se pretende orientarlos sobre la importancia de la afectividad en sus hijos con el fin de fortalecer la relación de padres-hijos y se logre disminuir notablemente los comportamientos inadecuados en los niños (as).

---

<sup>10</sup> Programa de estudio 2011 pág. 21

### ❖ **Música.**

La música tiene el don de acercar a las personas. El niño que vive en contacto con la música aprende a convivir de mejor manera con otros niños, estableciendo una comunicación más armoniosa. A esta edad la música les encanta. Les da seguridad emocional, confianza, porque se sienten comprendidos al compartir canciones, e inmersos en un clima de ayuda, colaboración y respeto mutuo.

### ❖ **Trabajo colaborativo. (Reuniones grupales).**

Un ambiente democrático implica desarrollar formas de trabajo colaborativo en que se involucren alumnos, profesores y las familias, posibilita la formación de valores, la formación académica y el uso eficiente del tiempo.

En cuanto a los valores, se aprende a asumir con responsabilidad la parte de la tarea asignada y a la vez, el compromiso de que el equipo cumpla en conjunto; el respeto a las opiniones de los demás, la tolerancia, el derecho de expresar con libertad las opiniones propias. Académicamente se enriquecen los participantes al compartir puntos de vista entre pares, argumentar, analizar las producciones propias y de los otros, al mismo tiempo que se enriquecen las ideas personales con las de los otros.<sup>11</sup>

### ❖ **Muestras pedagógicas.**

Representa el producto final del trabajo de los alumnos en todas las áreas, y se orienta a mostrarlo a los demás agentes de la vida escolar: padres, alumnos, docentes, autoridades y comunidad.

La muestra escolar es y debe ser- reveladora de una propuesta pedagógica y de las estrategias didácticas implementadas por el docente para lograr un aprendizaje significativo sobre la base de la integración y de la comprensión- por parte de los alumnos.

---

<sup>11</sup> Programa de estudio 2011 pág. 21

## 1.2.6 Orientaciones metodológicas

La presente tesina con el título “La autorregulación emocional en los niños y niñas en preescolar” está elaborada bajo el reglamento de titulación de la Universidad Pedagógica Nacional, dentro de la modalidad de informe académico.

Sustentada en el Artículo 12, Fracción 5.

**Informe académico.** Es un documento que tiene la finalidad de presentar los resultados que el egresado obtiene, después de desarrollar actividades tendientes a modificar un aspecto del campo educativo. Consiste en una aproximación descriptiva, cuyo objetivo es exponer y definir con precisión las características y condiciones en que se presenta el fenómeno educativo seleccionado para su estudio.

ARTÍCULO 12º. La **tesina** es una elaboración analítica específica en torno a un problema educativo, cuyo objeto de estudio articula la reflexión y teorización que culmina en un trabajo de disertación escrita sobre el tema o problema elegido, el cual refleja el dominio que el estudiante posee sobre el mismo y puede desarrollarse bajo las siguientes modalidades:

- I. Recuperación de la experiencia profesional
- II. Historia de vida
- III. Análisis de testimonio
- IV. Ensayo
- V. Informe académico

### **Fracción 5.**

Ante lo anterior el presente trabajo tiene un enfoque constructivista, ya que nos ayuda a reflexionar sobre nuestras conductas y su relación con las emociones positivas (alegría, amor) con las negativas (enojo, ira, miedo).basadas en nuestras propias experiencias y el entorno que nos rodea.

Las diferentes aproximaciones teóricas al estudio de la autorregulación emocional la definen como la capacidad de los individuos para modificar su conducta en virtud de las demandas de situaciones específicas. Dentro de este campo, la regulación emocional en la infancia ha cobrado relevancia en los últimos años por su probada influencia sobre diversas áreas del

desarrollo del individuo, especialmente de su funcionamiento social, a los padres se les ha otorgado un papel importante como guías del desarrollo de la regulación emocional de sus hijos.

El ajuste social de los niños a su entorno familiar y escolar es una cuestión que preocupa hoy día a padres, docentes, instituciones educativas, así como a la opinión pública en general. Los recientes casos de violencia en la escuela y el malestar generado entre los profesionales de la educación por la aparente falta de motivación en los alumnos, están despertando de nuevo el interés por averiguar qué procesos llevan a un determinado niño a desarrollar conductas de inadaptación en su entorno social.

El desarrollo emocional que se da durante la infancia será clave esencial para futuras relaciones sociales, es así como descubriremos la raíz de nuestra conducta y reacción ante situaciones hostiles, si bien es sabida las emociones son estados afectivos adquiridos en el ambiente que nos rodea y están acompañadas de cambios orgánicos innatos. Por lo que llegó a pensar que gracias a las experiencias que adquirimos adoptamos ciertas conductas emocionales. Pues todas las emociones que un adulto tiene se han desarrollado en los primeros años de vida.

En la familia se inicia y se aprende a expresar nuestras emociones de amor, alegría, cólera. Los padres son quienes educan al niño y así puedan comprender y saber cuándo expresar este sentimiento.

El fin de exponer las situaciones que se viven día a día en mí centro de trabajo está vinculado con las relaciones sociales que allí se establecen y que no siempre son las adecuadas para un sano desarrollo tanto para la comunidad escolar como para los padres de familia, las circunstancias que se viven en la actualidad fueron el punto de partida para iniciar la siguiente indagación. El cual tiene como propósito que la comunidad infantil del CENDI Santiago adquiera compromisos bajo una misma base de cooperación, normas, reglas, límites y necesidades afectivas, que les permitan un sano desarrollo tanto intelectual, social y afectivo.

Por lo que en la presente tesina, está destinada al Centro de Desarrollo Infantil del Gobierno del Distrito. Federal, (CENDI Santiago), Padres de familia, Docentes, personal administrativo, directivo, autoridades educativas y demás personas que estén interesados en conocer las emociones en los niños (as), y la forma de favorecer su pleno desarrollo.

## **APARTADO II**

### **MARCO TEÓRICO**

## 2.1 Fundamentación del objeto de estudio

Las conductas inadecuadas están sujetas a un gran sistema de relaciones interpersonales donde las emociones, los sentimientos y los aspectos cognitivos están presentes y configuran parte del ámbito educativo. Asimismo están ligados a las situaciones familiares de cada alumno/alumna y al ámbito social de la escuela<sup>12</sup>.

El problema comienza cuando se aborda la resolución del conflicto a través del ejercicio de la autoridad, del castigo, etc. provocando un clima de tensión en el aula que el profesorado no sabe resolver, y queda la cuestión sumergida en el currículo oculto de las relaciones interpersonales y en el clima del centro que lo fomenta.

Un aspecto sobre el que parece que hay consenso es la forma de abordar el problema, desde una posición autoritaria, castigos y exclusión, lo que termina reforzando estas conductas indeseables por parte de los niños, más que erradicarlas se están fortaleciendo, debido a que nada de lo anterior les causa alguna impresión, porque al parecer están acostumbrados a este trato.

Para poder llegar al desarrollo de una buena prevención de conductas indeseables, es necesario que se cuente con habilidades, valores, actitudes y capacidades que nos permitan la facilidad de desarrollar en ellos competencias cívicas y éticas, para un adecuado crecimiento socio-emocional y para favorecer la convivencia, que permitan consolidar valores de respeto por los derechos humanos y las libertades, la tolerancia, el aprecio, el respeto por la pluralidad y la diversidad, así como formas de convivencia<sup>13</sup>.

La autorregulación emocional es esencial, pues los niños necesitan una libertad de expresar sus estados emocionales en la que las reglas son necesarias; no impuestas, sino acordadas por consenso, por tanto su comprensión y aplicadas para todos. Todo esto bajo un clima de respeto a su dignidad. Lo anterior lleva a replantear el sentido que tradicionalmente se le otorgaba a la disciplina y darle uno distinto: oponer al castigo, reprimenda o tiempo fuera; la orientación o guía de la conducta de los niños, para contribuir en el desarrollo de su autonomía, independientemente de que esté presente o no el adulto.

---

<sup>12</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia  
Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero2  
Pág. 66 -68

<sup>13</sup> IBIDEM

Por lo anterior es de entenderse que la autorregulación permite que el niño desarrolle una noción de límites, experimente las consecuencias de su comportamiento y aprenda de sus errores. Todos los niños necesitan la seguridad que brinda conocer las reglas y los límites de comportamiento; sin ellas se sienten perdidos. Por falta de sentido de pertenencia a un grupo

En esta edad 5 (años), los niños pueden considerarse envidiosos o egoístas, se encuentran en la etapa egocéntrica, en la cual solo importa su punto de vista como único, desechando el de los demás, no se da cuenta que fuera de él existen normas y pensamientos diferentes a los que él tiene, este pensamiento va cambiando después del preescolar y es necesario o importante que se le enseñe poco a poco que es importante comprender el punto de vista del otro y compartir.

Todos los niños se portan mal en algún momento; es parte de descubrir qué es un comportamiento adecuado y cuáles son los límites.

Los niños pueden hacer berrinches, desafiar las reglas, empezar peleas, negarse a cooperar con las rutinas de la familia, insultar y mucho más.

Cuando como padres entablamos lazos afectivos y les enseñamos a nuestros hijos a comportarse adecuadamente y los ayudamos a reconocer sus emociones propias y de los demás, asimismo explicarles para qué existen las reglas y los límites, su importancia dentro del ámbito social y personal.

Por lo que la tesis pretende dar a conocer como la falta de autorregulación emocional repercuten en aquellos alumnos para relacionarse con los otros. Actualmente en las escuelas de nivel preescolar se están presentando estos desajustes emocionales, porque no estamos atendiendo como es debido, estamos dejando de lado que el niño está en una etapa de socialización fuera del ámbito familiar, es decir, al niño le gusta estar en compañía de otros niños y comparte juegos y conversaciones con sus iguales.

En este nivel se notan los vaivenes emocionales. Están empezando a sentir emociones que no habían sentido antes y algunas de ellas son complejas, como los celos, la culpabilidad, la vergüenza, entre otras.

Nuestros pequeños a menudo se encuentran abrumados por las fuertes emociones que sienten y sus cambios emocionales pueden ser muy rápidos. A lo mejor están riendo en un momento y

cinco minutos después están llorando desconsolados. Necesitan nuestra ayuda para comprender lo que les pasa y encontrar maneras apropiadas de expresarse.

Los recientes casos de violencia en la escuela y el malestar generado entre los profesionales de la educación por la aparente falta de motivación y de disciplina en los alumnos, están despertando de nuevo el interés por averiguar qué procesos llevan a un determinado niño a desarrollar conductas de inadaptación en su entorno social.

En el estudio del desarrollo de la autorregulación emocional, muchos investigadores se han centrado en el período de la infancia debido a que tanto las conductas como el contexto social donde éstas se producen no presentan tanta complejidad como en períodos posteriores.

Durante la infancia, el desarrollo de la autorregulación emocional ha sido caracterizado como la transición de una regulación externa dirigida mayormente por los padres o por las características del contexto, a una regulación interna, caracterizada por una mayor autonomía e independencia, en la que el niño interioriza y asume los mecanismos de control.

Según Grolnick, Bridges y Connell (1996), el desarrollo de la capacidad de autorregulación emocional implica la presencia de dos procesos interrelacionados. Por un lado, la sensibilidad emocional y, por otro, las estrategias empleadas por el niño para alterar o modificar las respuestas emocionales. A raíz de esta distinción, numerosos estudios han indagado sobre las relaciones entre la intensidad con la que el niño reacciona ante una situación estresante y el tipo de estrategias que pone en marcha para reducir el nivel de exaltación, (cuando sentimos una fuerte emoción nuestro pulso se altera). Así, parece que cuánto más alta es la intensidad con la que un niño expresa la emoción, el tipo de estrategia que utiliza es más primitiva y rudimentaria.

Sin embargo, los estudios que han puesto en relación la intensidad de la respuesta emocional y el tipo de estrategia que se utiliza para modularla no han profundizado suficientemente en la relación causal de estos factores, y, por lo tanto, se desconoce el efecto que tienen las distintas estrategias de autorregulación en la alteración del estado emocional.<sup>14</sup>

No obstante, en un determinado grupo de edad podemos encontrar diferencias individuales en la forma en que los niños regulan sus emociones, diferencias a las que muchos autores han

---

<sup>14</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia  
Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero2

atribuido una naturaleza temperamental (Ato, González y Carranza, 2004; Morales y Bridges, 1997). El temperamento se refiere a diferencias individuales en la susceptibilidad al malestar, y en las formas en las que los niños deben adquirir las estrategias regulatorias, o «autorregulación» (Rothbart y Derryberry, 1981). Usando esta conceptualización del temperamento, Fox (1989) argumentó que los niveles de reactividad de los niños dan forma a la clase de estrategias de regulación que necesitan adquirir.<sup>15</sup>

Otros investigadores han conceptualizado el desarrollo de la regulación de la emoción dentro del contexto de las relaciones madre-hijo. Se encuentran interesados en el tipo de estrategias que las madres usan para ayudar a sus hijos a modular su malestar, las cuales suponen que se encuentran vinculadas a las capacidades cambiantes de los niños.

Por lo tanto en diferentes aproximaciones teóricas, se considera la autorregulación como la capacidad de los individuos para modificar su conducta en virtud de las demandas de situaciones específicas. Dentro de este campo de estudio, la autorregulación emocional ha despertado un gran interés por las implicaciones que tiene para el funcionamiento social de los individuos.

En situaciones de abandono emocional, el niño de esta edad es más propenso a desarrollar la idea de que no es capaz de autorregularse. Por otra parte, en situaciones de sobreprotección, no tendrá oportunidad de aprender.

La regulación de las emociones es un aspecto fundamental en todos los ámbitos de la vida humana; la capacidad de reaccionar a los cambios inesperados, y regular nuestra reacción permite al niño y al adulto aprender de cada etapa y vivir en armonía.

Es normal que los niños en edad preescolar pongan a prueba sus limitaciones en términos de habilidades físicas, comportamientos y expresiones de emoción y habilidades de pensamiento. Es importante tener un ambiente seguro y estructurado dentro del cual explorar y enfrentar nuevos retos. Sin embargo, los niños en edad preescolar necesitan límites bien definidos.

En un primer momento en la primera infancia, los adultos son los encargados de regular y modificar la intensidad de estos estados emocionales como las pataletas o la reacción de pegar a otro niño que le ha quitado un juguete.

---

<sup>15</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia  
Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero2

El papel del adulto es que el niño/a sea capaz de adaptarse y afrontar distintas situaciones emocionales, pero a medida que los niños/as se hacen mayores empiezan a no necesitar ese control externo que hasta el momento han ejercido los padres, apareciendo el autocontrol de sus propios estados emocionales.

Entre los 3 y 5 años los niños y niñas son incapaces de admitir o expresar que una misma situación vivida pueda provocar dos emociones distintas, negarán de forma rotunda este tipo de emoción.

Aunque a estas edades, los niños/as empiezan a controlar sus propias emociones, aun mantienen en los padres una fuente de ayuda y consuelo, acudiendo a ellos siempre que las situaciones emocionales los desborden, a medida que van creciendo será más probable que cambien esa petición de ayuda al grupo de iguales.

Por lo tanto se puede entender que a medida que los niños/as van creciendo se produce un desarrollo emocional en ellos, esto implica un avance en el control y regulación de las propias emociones.

Las personas que logran una sana salud mental o lo que comúnmente denominamos inteligencia emocional, son conscientes de los pensamientos, los sentimientos y los comportamientos por los cuales atraviesan. Pero para entender sobre la inteligencia emocional. Lo importante es saber que son las emociones y aprender como manejarlas para poder superar el stress, los problemas diarios y tomar las mejores decisiones.

El aprender a manejar las emociones ayuda a que tengamos una mejor salud y que experimentemos mejores relaciones con las demás personas. Y para entender que son las emociones, como se regulan y a partir de donde se desarrolla la autorregulación emocional daremos un vistazo a las teorías y que nos hablan sobre la relación de esta con la inteligencia emocional y el juicio moral.

## 2.2 Las emociones

Las emociones son expresiones afectivas que uno experimenta en el ambiente o entorno donde uno vive. Todas las emociones que se manifiestan en nuestra personalidad ya adultos son lo aprendido en los primeros meses de vida. Las emociones, como la tristeza, la alegría, el miedo, son reacciones subjetivas que ante variedad de cosas vividas, se asocian con cambios fisiológicos y de la conducta.

### Las emociones en la infancia

Las emociones son estados de ánimo que expresa el ser humano cuando ocurre algo en su vida que tiene una significación especial para él. Alegría, tristeza, ira, miedo, asombro, desagrado o interés son expresiones emocionales que se pueden observar desde los primeros meses de vida.

A través de las emociones, el niño manifiesta lo que le molesta, lo que le da miedo, lo que siente, lo que le gusta o disgusta. Se adapta al medio ambiente a través de ellas, ya que sus principales emociones surgen de sus necesidades básicas, por ello su emotividad es mayor que la de los adultos y se altera fácilmente<sup>16</sup>.

Los adultos debemos aprender a conocer las distintas conductas o manifestaciones emocionales del niño, ya que por medio de ellas se sabe cómo se siente el niño, lo que desea o necesita. Los regaños con amenazas, la represión, el rechazo o los golpes hacen que el niño reprima lo que quiere manifestar, lo cual le provoca inseguridad. Por el contrario, el cariño, la confianza, la protección y el cuidado favorecen el desarrollo de una personalidad segura.

### Clasificación de las emociones.

En la actualidad se ha llegado a clasificar las emociones en dos grupos como podemos observar en este subtítulo: Emociones primarias y secundarias. Las emociones primarias son las más básicas que a partir de estas se desarrollará las conductas afectivas del niño: cólera, alegría, miedo, tristeza. Las emociones secundarias son: amor, sorpresa, vergüenza y aversión. Los dos

---

<sup>16</sup> Secretaría de educación pública D.F

grupos ya mencionados nunca se presentan aislados por lo contrario son una combinación de todas las emociones básicas mencionadas.<sup>17</sup>

### Teorías del desarrollo emocional

Tres puntos de vista importantes: el conductismo y la teoría de aprendizaje social, la teoría de la discrepancia cognitivo - evolutiva, y el enfoque funcionalista más reciente, han guiado la investigación del desarrollo emocional.

#### Conductismo y teoría del aprendizaje social.

Desde el principio de este siglo, los conductistas dieron las reacciones emocionales un papel importante en el desarrollo de los niños.

De acuerdo a John Watson, hay tres emociones básicas, el miedo, la ira y el amor, cada una de ellas elicitada de modo innato por una clase específica de estímulo y están presentes al nacer: (miedo, inducido por ruidos altos o pérdida de apoyo, ira, producida por la restricción de movimientos corporales; y amor, evocado por el contacto físico y las caricias).

La teoría del aprendizaje social enfatiza el modelado de las reacciones emocionales de otros como otro medio a través del cual los niños asocian los sentimientos con situaciones particulares<sup>18</sup>

Aunque algunas reacciones emocionales se adquieran por medio del condicionamiento y del modelado, las explicaciones conductistas y de aprendizaje social son limitadas. No pueden explicar por que ciertas respuestas surgen espontáneamente sin ser aprendidas.

#### El enfoque funcionalista

Teorías nuevas, recogidas del enfoque funcionalista, enfatizan que las emociones son fuerzas centrales, adaptativas en todos los aspectos de la actividad humana: procesamiento cognitivo, conducta social e incluso la salud física.

---

<sup>17</sup> *Secretaría de educación pública D.F*

*PARA PADRES › LA FAMILIA Y LA ESCUELA*

<sup>18</sup>IBIDEM

### Emociones como determinantes del procesamiento cognitivo

Una gran cantidad de evidencia indica que las emociones tienen un profundo impacto en el procesamiento cognitivo. Las reacciones emocionales llevan al aprendizaje, que es crucial para la supervivencia. Por ejemplo, el niño que empieza a andar no necesita recibir un shock de un enchufe eléctrico o caer escaleras abajo para aprender a evitar estas situaciones peligrosas. Las órdenes del cuidador son suficientes para que el niño adquiera estas conductas autoprotectoras.

### Emociones como determinantes de la conducta social

Las señales emocionales de los niños, como la sonrisa, el llanto y el interés, influyen en la conducta de otras personas de forma poderosa. De manera similar, las reacciones emocionales de los otros regulan la conducta social de los niños. Por ejemplo análisis de la interacción cara a cara madre-hijo revela que a los tres meses, se da un sistema complejo de comunicación en el que cada miembro responde de forma apropiada a estímulos del otro.

Un ejemplo de esto es el efecto que provoca la depresión materna en el funcionamiento emocional y por lo tanto en el desarrollo del niño.

#### ***2.2.1 El concepto de autorregulación emocional: naturaleza y componentes***

Aunque tradicionalmente la emoción se había considerado como fundamentalmente disruptiva y su estudio se había centrado en su posible interferencia sobre aspectos diversos de la vida cotidiana, desde recientes perspectivas funcionalistas se argumenta que las emociones son respuestas adaptativas con funciones motivacionales y organizativas que ayudan a los individuos a la consecución de sus objetivos (Grolnick, McMenamy y Kurowski, 1999). En este sentido, por ejemplo el enfado, que tradicionalmente se había considerado como emoción poco adaptativa, actualmente se considera como una emoción necesaria para superar un obstáculo.

Por consiguiente las definiciones actuales de regulación emocional se han centrado en los beneficios a nivel adaptativo que supone ser capaz de ajustar el estado emocional. Fox (1994), por ejemplo, enfatiza que la regulación emocional es una habilidad para modular el afecto, al servicio del respeto a normas definidas social y culturalmente. Thompson (1994) la define como procesos intrínsecos y extrínsecos responsables de evaluar y modificar las reacciones emocionales, especialmente sus características de intensidad y tiempo, con la finalidad de atender a determinados objetivos. Otros autores redundan en que la regulación emocional

supone el manejo de la alteración emocional y el control consciente del comportamiento (ej., Vondra, Shaw, Swearingen y Owens, 2001). Teniendo en cuenta esta función de adaptación al ambiente, la regulación supone el manejo de la emoción a favor de un mejor funcionamiento del individuo en una situación dada.<sup>19</sup>

Este aspecto de “adaptación” a una situación específica le concede un carácter flexible, lo que le hace diferenciarse del rígido concepto de control de emociones o impulsos; este último, requiere energía y atención, disminuyendo la capacidad del individuo de implicarse en su ambiente (Kopp, 1989; Block y Block, 1980), y cuya utilización de forma crónica se ha asociado a la aparición de problemas comportamentales y psicopatologías (Cole, Michel y Teti, 1994).<sup>20</sup>

Por otro lado, estas capacidades de adaptación al ambiente incluyen procesos de afrontamiento de emociones tanto positivas, (alegría, placer), como negativas, (malestar, miedo, ira), superando posturas tradicionales que consideraban únicamente las emociones negativas en el concepto de autorregulación (Kopp, 1989; Grolnick, 1999). Además, actualmente se consideran como aspectos de la autorregulación emocional los que se refieren al inicio y mantenimiento de la respuesta emocional, y no solo, la modulación y el cese de dicha respuesta, tal como se había considerado tradicionalmente (Grolnick, 1999).

### El desarrollo de la autorregulación emocional en la infancia

El desarrollo de las habilidades de autorregulación emocional se ha asociado a una variedad de factores, tanto endógenos como exógenos.

Dentro de los factores endógenos, se ha estudiado la madurez del cerebro, especialmente de las redes atencionales, y las capacidades motoras y cognitivo-lingüísticas de los niños.

Dentro de los factores exógenos, a los padres se les ha otorgado un papel primordial en su labor de ayuda y guía en este proceso de desarrollo.

---

<sup>19</sup> Bras, Emili, Torregroso y Esso 2005, *Pediatría en atención primaria*, 2da edición,

<sup>20</sup> IBIDEM

Hagamos un recorrido por el desarrollo de la autorregulación emocional en la infancia, identificando tanto factores endógenos como exógenos.

### Factores endógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional

Como ya hemos comentado, uno de los aspectos de la maduración del individuo que aparece como más relevante para el desarrollo de la autorregulación emocional se refiere a la maduración de las redes atencionales; dado que las estructuras cerebrales implicadas en las diferentes redes atencionales maduran a diferente ritmo, las habilidades de autorregulación de los niños también variarán en el tiempo en virtud de tales cambios madurativos.

### Factores exógenos asociados al desarrollo de la autorregulación emocional

En el recorrido que hemos realizado en el apartado anterior, se ha puesto el énfasis sobre los aspectos madurativos de los individuos. Sin embargo, son muchos los investigadores que conceden cada vez más importancia a la contribución de la interacción cuidador-niño a la hora de explicar los procesos autorregulatorios que muestra éste último.

La influencia de la conducta de la madre sobre las estrategias de autorregulación emocional de los niños ha sido puesta de manifiesto por una diversidad de estudios. Algunos de ellos hacen constar cómo los niños utilizan estrategias de afrontamiento más complejas cuando la madre está participativa que cuando está pasiva. En el estudio de Grolnick *et al.* (1996). Se observó la conducta de niños de 24 meses de edad en una situación de demora de un objeto deseado en dos condiciones; en una, la madre era libre de hacer lo que quisiera mientras que el niño esperaba (madre-activa) y en la otra se le pedía que leyera una revista y que permaneciera relativamente pasiva, a pesar de que podía responder al niño en el período de espera (madre-pasiva). Los autores encontraron diferencias en las conductas de los niños ante estas dos condiciones, de manera que los niños que utilizaron estrategias más adaptativas cuando la madre estaba en actitud activa, mientras que la situación madre-pasiva favoreció el uso de estrategias más pasivas y reactivas. Estos mismos resultados fueron replicados en un estudio longitudinal entre 12 y 14 meses (Bridges *et al.*, 1997).<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia  
Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero2

Más recientemente, Diener *et al.* (1999) encontraron que las estrategias regulatorias de los niños se encontraban en función del grado de implicación materna en situaciones de laboratorio creadas para provocar miedo o ira, de manera que los niños utilizaron con mayor frecuencia estrategias tales como la implicación activa en objetos y la referencia social cuando la madre se encontraba implicada. Por el contrario, cuando la madre no se halló implicada, se encontró una mayor frecuencia de estrategias de búsqueda de contacto hacia ésta. un estudio realizado por nuestro grupo de investigación (Ato, González, Carranza y Ato, 2003) con niños de 12 meses de edad, observamos las estrategias de autorregulación de los niños cuando la madre estaba presente y participativa en comparación a cuando la madre estaba ausente, observándose que cuando hubo una implicación por parte de la madre se dieron estrategias más autónomas por parte del niño, como implicación activa en el juego, mientras que la ausencia de la madre correlacionó con una mayor frecuencia de uso de estrategias más dependientes, como uso pasivo de los objetos y búsqueda de contacto.<sup>22</sup>

Todos estos trabajos redundan en mostrar, por un lado que la presencia activa de la madre favorece el uso de estrategias de autorregulación emocional más sofisticadas por parte del niño, y por otro que la sensibilidad del cuidador y su capacidad para proporcionar ambientes y estrategias adecuadas, son una fuente de influencia muy importante en el desarrollo de las habilidades del niño.

### ***2.2.2 Diferencias individuales en autorregulación emocional: la contribución del temperamento***

En las secciones anteriores hemos abordado el desarrollo de la autorregulación emocional a lo largo de la infancia, identificando en dicho proceso tanto aspectos endógenos como exógenos.

Por otra parte, dentro de un mismo grupo de edad, se ha constatado la existencia de diferencias individuales, tanto en la intensidad emocional como en el tipo de estrategia utilizada. El hecho de que estas diferencias individuales muestren estabilidad tanto a través de las situaciones como a lo largo del tiempo, apoya la hipótesis de un origen temperamental.

---

<sup>22</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia  
Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero2  
Pág. 69-79

El temperamento ha sido definido como diferencias individuales en las tendencias a expresar y experimentar las emociones y la excitación, así como en la capacidad para regular tales tendencias (Rothbart, 1989). Conceptualizado de esta manera, el temperamento puede afectar tanto a la intensidad de la emoción experimentada, como a la estrategia de autorregulación seleccionada.

A este respecto, Fox (1989) Argumento que los niveles de reactividad de los niños dan forma al tipo de estrategia de regulación emocional que necesitan adquirir.

Según este autor, el hecho de que un niño sea altamente reactivo puede hacer que necesite la asistencia de sus cuidadores más a menudo que otro niño menos reactivo o, lo que es lo mismo, que tenga menos oportunidades que otros de expandir su repertorio de habilidades autorregulatorias.

El estudio de Mangelsdorf (1995) da apoyo empírico a esta hipótesis, encontrando que los niños descritos por sus madres como precavidos o cautelosos tendían a utilizar un tipo de estrategia más pasiva, como la autotranquilización física o la búsqueda de la madre, mientras que los niños descritos como menos cautelosos tendían a utilizar estrategias más activas, como la autodistracción.

Por otro lado, Calkins y Johnson (1998), encontraron que mayores niveles de ira se asociaron con el uso de la agresión como estrategia de autorregulación, mientras que menores niveles de malestar se relacionaron con un afrontamiento constructivo (Calkins y Johnson, 1998).

En el trabajo de Morales y Bridges (1997), también se apoya la idea de que existe una relación entre el temperamento y el tipo de estrategia que escoge el niño para regular su emoción. A través de informes maternos, concluyeron que los niños emocionalmente más negativos utilizaron más la estrategia de focalización sobre el objeto deseado y la búsqueda de contacto, y tuvieron un nivel de implicación en el juego muy bajo en una situación de demora.

En definitiva, existe un número de estudios que apoyan la idea de que las características temperamentales de los niños constituyen una fuente de influencia fundamental a la hora de explicar las diferencias individuales en la autorregulación emocional en la infancia.

### **2.2.3 El significado funcional de la autorregulación emocional en la infancia**

Pero, ¿cuál es el significado funcional de la autorregulación emocional? Como ya se ha comentado la mayoría de los autores en la actualidad afirman que la autorregulación emocional cumple una función de adaptación social. En este sentido, Eisenberg y Fabes (1992) proponen un modelo de relaciones entre la intensidad de la emoción, la autorregulación y el funcionamiento social. Ellos proponen que una alta emocionalidad negativa, junto con una baja regulación emocional y conductual, se asociará con problemas comportamentales de tipo externalizante tales como la agresividad y la baja competencia social. Por el contrario, una baja regulación de la emoción junto con un alto control comportamental y una alta intensidad emocional negativa se asociará a problemas comportamentales de tipo internalizante tales como el miedo, o la timidez.<sup>23</sup>

Podemos esperar, por tanto, que los procesos de autorregulación predispongan a un mayor o menor riesgo de problemas de conducta (Block, Gjerde y Block, 1991) y de hecho, un número de estudios ha encontrado asociaciones significativas entre la intensidad y la autorregulación emocional, y el funcionamiento social en la niñez. Así por ejemplo, Eisenberg, Fabes, Murphy, Maszk, Smith, O'Boyle y Suh (1994) encontraron que la utilización de formas no constructivas de afrontamiento junto con una alta emocionalidad negativa se relacionaba significativamente con bajos niveles de comportamientos socialmente apropiados, con un bajo estatus sociométrico y con baja tendencia a manifestar la ira de forma constructiva.<sup>24</sup>

Por otro lado, en otro estudio (Eisenberg, Fabes, Bernweig, Karbon, Poulin y Hanish, 1993), los niños que mostraron un comportamiento socialmente apropiado y que gozaban de popularidad entre sus compañeros mostraban altos niveles de regulación emocional, y también altos niveles de afrontamiento constructivo instrumental y bajos niveles de afrontamiento no constructivo (agresión).

Por otra parte, Kochanska (1994) ha señalado que los niños temerosos a edades tempranas, muestran una mejor interiorización de los principios morales a la edad preescolar.

---

<sup>23</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia Pág. 79-81

<sup>24</sup> *IBIDEM*

Más aún, las habilidades de autorregulación tempranas pueden tener un efecto a largo plazo sobre el funcionamiento social de los individuos.

Esto ha sido mostrado por Caspi (2000) en un destacado estudio longitudinal desde los 3 años hasta los 21 años. Encontró que los niños diagnosticados como "bajo control" (undercontrolled) a la edad de 3 años, caracterizados por ser impulsivos, inquietos, negativos, de distracción fácil y emocionalmente inestables, a la edad de 21 años informaron de carecer de amigos que pudieran darle apoyo emocional y compañía, además de estar insatisfechos en su relación de pareja. Por el contrario, los niños del grupo "bien ajustado" (well-adjusted) mostraron un apoyo social y relaciones de pareja satisfactorios.<sup>25</sup>

#### ***2.2.4 Desarrollo socio emocional de la autorregulación***

El aspecto socioemocional de la autorregulación se refiere, en términos generales, a la habilidad de controlar y modular las expresiones emocionales (positivas o negativas) y de interactuar con otros de maneras cada vez más complejas de acuerdo a reglas sociales.

También se refiere a la habilidad de adaptarse a situaciones emocionalmente desafiantes, inhibir comportamientos percibidos como inapropiados en un contexto dado y privilegiar comportamientos que son percibidos como socialmente esperados, incluso cuando no corresponden con la primera respuesta del individuo o pueden resultar desagradables de llevar a cabo.



---

<sup>25</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia  
Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero2

**Tabla 3.** Desarrollo temprano de la regulación social y emocional (adaptada de Bronson, 2000 y Kopp, 1982).<sup>26</sup>

<b>De los 3 a los 6 años</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Es más capaz de controlar las emociones, cumplir reglas y abstenerse de comportamientos prohibidos.</li> <li>❖ Más capaz de utilizar el lenguaje para regular la conducta propia y e influenciar a otros.</li> <li>❖ Mayor interés en sus compañeros y aceptación de los pares, por lo que es más propenso a autorregularse en relación con sus compañeros.</li> <li>❖ Puede aprender las estrategias de interacción más eficaces</li> <li>❖ Puede participar en juego dramático con roles y reglas.</li> <li>❖ Empieza a hablar de los estados mentales de sí mismo y los demás.</li> <li>❖ Mejor comprensión de cómo los demás pueden sentirse.</li> <li>❖ Puede participar conductas deliberadas de ayudar, compartir y consolar</li> <li>❖ Internalización de las normas de comportamiento.</li> <li>❖ Desarrollo más estable de actitudes y comportamientos prosociales (o antisociales)</li> </ul>
------------------------------	---

Investigaciones recientes han demostrado, por ejemplo, que la sensibilidad y la responsabilidad de los padres en las interacciones con los niños pueden jugar un papel importante en facilitar la organización del sistema psicológico del niño, necesario para lograr la autorregulación, es evidente que la intervención de los adultos y la mediación social pueden tener una influencia significativa de este desarrollo, y que existen marcadas diferencias individuales en la habilidad y la sensibilidad con la que los adultos son capaces de desempeñar este papel. Así se desprende de los trabajos, ahora razonablemente desarrollados, con padres y niños en edad preescolar.

Durante la última década una serie de estudios similares han enfatizado el efecto de mediación de ciertas características de las interacciones de los padres durante la infancia en el posterior desarrollo del funcionamiento ejecutivo y cognitivo. Metodológicamente, está claro que

---

<sup>26</sup> Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia  
Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero2

<sup>26</sup> IBIDEM

necesitamos más estudios observacionales de los niños en contextos naturales, o llevando a cabo tareas lúdicas apropiadas para su nivel de desarrollo.

También sería beneficioso contar con instrumentos observacionales diseñados para evaluar aspectos más específicos de la autorregulación.

Todos los días nos suceden cosas que producen que sintamos emociones, por eso es tan importante el vivir con inteligencia emocional.

### ***2.2.5 Las emociones y la moral del niño y niña***

Desde la niñez, las personas se van formando en sus hábitos de pensamiento, a través de sus experiencias y procesos de socialización que los van llevando a la comprensión de conceptos morales como la justicia, los derechos, los deberes, la igualdad, la amistad, la honestidad, el bienestar humano. Alcanzar la madurez moral es, de acuerdo con un proceso prolongado que se va dando en forma gradual en etapas sucesivas.

La incorporación de conceptos tales como la igualdad, la justicia, la reciprocidad, la benevolencia se va dando a lo largo de un proceso de aprendizaje y de interacción con sus pares y con los mayores. Los niños empiezan a encontrarse en una sociedad cooperativa, donde ellos juegan un papel de establecer reglas y castigos.

**Howard Gardner** 1983, en su Teoría de las inteligencias múltiples introdujo la idea de incluir tanto la inteligencia interpersonal (la capacidad para comprender las intenciones, motivaciones y deseos de otras personas) y la inteligencia intrapersonal (la capacidad para comprenderse uno mismo, apreciar los sentimientos, temores y motivaciones propios).<sup>27</sup>

La moral según **Piaget** (1984) Los niños pasan por tres etapas de desarrollo moral, el paso de una etapa a la otra dependerá de los cambios en las capacidades cognitivas.

1.-Juicio premoral. Piaget ha sugerido que los niños preescolares no poseen las capacidades cognitivas o inclinaciones para hacer juicios morales; por lo tanto estos niños parecen ser niños amorales.

---

<sup>27</sup> [http://es.wikipedia.org/wiki/Inteligencia\\_emocional](http://es.wikipedia.org/wiki/Inteligencia_emocional) (**Howard Gardner**)

2.-Realismo moral. Tan pronto como el niño entra en el periodo de las operaciones concretas llega a un realismo moral que se caracteriza por las cualidades: la primera cree que las reglas son omnipotentes y no pueden ser cambiadas.

Una segunda es la tendencia a evaluar los actos como buenos o malos, con base en sus resultados. El tercero y último, el castigo es visto por el realismo moral del niño como controlado por la naturaleza y un resultado inevitable de la conducta negativa.<sup>28</sup>

**Piaget** (1989) afirma que el desarrollo moral en el niño depende de tipo de relación social que éste establece con los demás y distingue dos tipos de relaciones: la moral heterónoma y la moral autónoma; la primera se fundamenta en la obediencia por miedo al castigo que pueda infringir quien ostente la autoridad, mientras que la segunda se basa en la igualdad y justicia que se da en las relaciones recíprocas de los niños. El gran aporte de Piaget está en la concepción del desarrollo moral como un cambio que va de la moral heterónoma a una moralidad autónoma, en tal sentido la autonomía se va logrando en la medida que el sujeto pueda reflexionar sobre sus propias acciones y para esto es indispensable el desarrollo de la inteligencia.<sup>29</sup>

Moralidad según **Kohlberg** (1989). Lawrence Kohlberg piensa, como Piaget, que los individuos al avanzar a través de las etapas en su desarrollo moral, pero describe estas etapas de forma diferente.

**Moral preconvencional.** Es la etapa egocéntrica del niño. Los buenos actos son aquellos que traen buenos resultados, y malos actos son aquellos que traen malas consecuencias. Kohlberg divide la etapa preconvencional de moralidad en dos etapas:

1.-Castigo y obediencia. Es el periodo en que las consecuencias físicas de una acción determinan su bondad.

2.-Hedonismo ingenuo. Los buenos actos son aquellos por los que un individuo recibe una consecuencia positiva en recompensa.

**Moral convencional.** En contraste con los niños de seis a ocho años, el de diez a doce es más afecto al mantenimiento del orden social, que receptor del placer personal.

---

<sup>28</sup> Terry Faw. Teoría y problemas de Psicología del niño. Pág. 261,262,263,264 y 265

<sup>29</sup> **PIAGET, J.** (1967) El criterio moral en el niño. Barcelona, Pág. 526

En el periodo de la moralidad convencional el valor del comportamiento es juzgado en base al grado en que este sigue las reglas que mantienen el orden social. Kohlberg divide la moral convencional en dos subdivisiones.

1.-Niño de buena moral. El buen comportamiento es definido como aquel que sigue las reglas establecidas por otros, y por lo tanto, favorecen a otros.

2.-Moral autoritaria. La buena conducta es la que mantiene el orden social, aún cuando éste pueda no ser apropiado para otros.

**Moral postconvencional.** Se caracteriza por juicios morales que refleja la naturaleza subjetiva del valor de los juicios, así como la importancia de esos juicios para el mantenimiento de las relaciones interpersonales. Se divide también en dos sub-etapas:

1.- El orden social es mantenido por contratos racionales y potenciales, cambiantes entre individuos. Debido a que el orden social es importante, se establecen cambios en este contrato mediante el uso de métodos desarrollados por la sociedad.

2.- Moralidad universal. Finalmente, un individuo puede llegar a un punto donde los principios éticos que trascienden los sistemas sociales son usados como base para los juicios morales. Esta etapa final del desarrollo es raramente observada.<sup>30</sup>

De acuerdo con Kohlberg ubicaría a los niños de preescolar tres en la etapa del desarrollo de la moralidad preconventional ¿por que?: Los niños miran y observan las pautas y patrones de otros, para evitar la sanción o para obtener premios. En este nivel el niño responde a las reglas y a lo bueno y malo, lo correcto o lo incorrecto, pero interpreta estos valores en términos de las consecuencias hedonísticas (castigo, recompensa, cambio de favores) o en términos del poder físico de quienes dicen y dictan las reglas y valores.

Hablando de la obediencia por castigo los niños obedecen las reglas para evitar el castigo o consecuencias físicas como los golpes

---

<sup>30</sup> KOHLBERG, L. (1989) estadios morales y moralización, en. El mundo social en la mente infantil. Alianza.

**William Damon**, sugiere que para que los niños se conviertan en personas morales deben adquirir las siguientes capacidades emocionales y sociales:

- Comprender lo que diferencia una conducta buena de una mala y desarrollar hábitos de conducta correctos.
- Desarrollar interés, consideración y un sentido de responsabilidad por el bienestar y los derechos de los demás, expresando este interés mediante actos de atención, benevolencia, amabilidad y caridad.
- Experimentar una reacción emocional negativa ante la transgresión de las normas establecidas.<sup>31</sup>

**Peter Salovey y John Mayer**. (1990). Definen la Inteligencia Emocional como un subconjunto de la Inteligencia social que comprende la capacidad de controlar los sentimientos propios, así como los de los demás, de discriminar entre ellos y utilizar esa información para guiar nuestro pensamiento y nuestras acciones. Lo nuevo que aporta esta teoría es que las emociones no son ideas, sino que son producidos por el cerebro y ante los cuales el cuerpo reacciona.<sup>32</sup>

**Berkowitz**, (1992). Sabemos que los niños desarrollan personalidades más sanas con los demás si quienes se ocupan de ellos son cariñosos y coherentes, si responden, si son idóneos y sensibles a las indicaciones del niño.

Para educar moralmente a los niños pre-escolares es necesario ocuparse de:

- 1.- La calidad de las relaciones del niño, en especial con aquellas otras personas significativas en su vida
- 2.- La enseñanza de modelos de conducta, incluyendo la disciplina y la orientación.
- 3.- La conducta presentada al niño como modelo; y los procedimientos de toma de decisiones y los modelos de comunicación de la familia.

---

<sup>31</sup>[www.materna.com.ar/Niño/Niñez...años/...años/.../Details.aspx](http://www.materna.com.ar/Niño/Niñez...años/...años/.../Details.aspx)  
Madrid. Pág. 635

<sup>32</sup>**Berkowitz, M.** (2002). ¿Desarrollo moral o conducta moral?

Sabemos que la enseñanza de la conducta resulta muy efectiva cuando se basa en la recompensa.<sup>33</sup>

**Daniel Goleman** (1995). Así como la inteligencia emocional es la capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, la habilidad para manejarlos. Considera que la inteligencia emocional puede organizarse en cinco capacidades: conocer las emociones y sentimientos propios, manejarlos, reconocerlos, crear la propia motivación y manejar las relaciones.<sup>34</sup>

Si hablamos del desarrollo de las emociones vinculadas al pensamiento podremos afirmar que para hablar de educación moral en la infancia, hay que aceptar el desarrollo de la moralidad desde la comprensión de nuestras emociones como: pensar, sentir, entender, controlar y modificar, si atendemos a la conducta moral, formamos sujetos que actúan de acuerdo a las normas sociales, si educamos a partir de juicios morales, que no son consecuentes con lo que hacen. Educar a una persona moral fortalece los pensamientos; si tomamos la conducta, fortalecemos comportamientos.

El ser humano es un ser que piensa y actúa, de ahí la necesidad de buscar la posible vinculación de las líneas de investigación de autorregulación emocional. Moral y juicio, ambas partes, darán como resultado sujetos que sepan razonar, pero el argumento básico consiste en que la conducta moral se debe aprender, practicar y en última instancia interiorizar, como un carácter o virtud. Es necesario demostrar y recompensar la conducta adecuada, de modo que se convierta en un hábito. Lo anterior crea un círculo interesante con la conducta; ésta se modela y conforma correctamente por los métodos tradicionales de aprendizaje, lo cual conduce a tendencias interiorizadas que producen conductas correctas. De ahí que sea primordial criar a los niños en un ambiente emocionalmente equilibrado y satisfactorio.

Una persona moral es aquella que se ha adherido a las tradiciones y valores sociales y los ha convertido en un conjunto de virtudes personales.

Por lo tanto el desarrollo cognitivo del que nos habla Piaget es importante para el desarrollo de altos niveles de la moral juiciosa, que es el cambio del niño alejado del egocentrismo y realismo del pensamiento preoperacional.

---

<sup>33</sup> **Berkowitz, M.** (2002). ¿Desarrollo moral o conducta moral?

<sup>34</sup> [http://es.wikipedia.org/wiki/Daniel\\_Goleman](http://es.wikipedia.org/wiki/Daniel_Goleman)

Se puede afirmar entonces, que un rasgo distintivo del carácter moral es la convicción de que una persona es moral cuando mantiene una línea de conducta honrada; realiza actos virtuosos y los hace habitualmente, la formación de hábitos honorables y la configuración del carácter para construir una personalidad moral, es decir, los hábitos deben estar encaminados a la consecución del bien y la felicidad para reproducir las tradiciones de la colectividad.

De acuerdo con las teorías de **Piaget** y **Kohlberg**, los cambios en el juicio moral son estimulados por los cambios en las interacciones sociales del niño. Para los niños de preescolar, el mundo aún es dominado por los adultos autoritarios, quienes deciden qué es bueno y malo, las consecuencias a las que se hacen merecedores al romper las reglas del adulto, lo que le parece al niño un castigo arbitrario, desde el punto del niño, el adulto tiene poco conocimiento de las emociones y necesidades de aquellos que han sido castigados.

La personalidad se desarrolla a raíz del proceso de socialización, en la que el niño asimila las actitudes, valores y costumbres de la sociedad. Y serán los padres los encargados principalmente de contribuir en esta labor, a través de su amor y cuidados, de la figura de identificación que son para los niños (son agentes activos de socialización). Es decir, la vida familiar será la primera escuela de aprendizaje emocional.

Por otro lado, también van a influir en el mayor número de experiencias del niño, repercutiendo éstas en el desarrollo de su personalidad.

No olvidemos que la escuela es uno de los medios más importantes a través del cual el niño aprenderá y se verá influido, influyendo en todos los factores que conforman su personalidad.

### **APARTADO III**

## **DISEÑO DE LA PROPUESTA**

### 3.1 La propuesta didáctica

Desde que estoy laborando en el CENDI Santiago me he percatado de los problemas que existen de comportamientos inadecuados por parte de los niños, en dicho lugar existe una enorme desatención hacia las normas de convivencia, reglas y límites, desde el momento en que piso por primera vez este lugar pude observar las conductas indeseables desde el nivel maternal hasta preescolar, desde mi punto de vista los niños necesitan atención, afecto, actividades que los mantengan en constante desafío intelectual y social.

La clave para un cambio de conducta es ponerles atención y diseñar situaciones didácticas que estén enfocadas en el juego que les permita poner en práctica el trabajo colaborativo, los valores, la convivencia y las relaciones interpersonales niño-adulto, niño-niño y adulto-adulto.

Pero sobre todo tomar conciencia de lo que implica trabajar con niños y niñas, las atenciones que requieren y que vendrán prioridades infantiles que requerirán de toda nuestra atención.

Tengamos en cuenta que no se nace sabiendo mantener una conversación, ni sabiendo trabajar en equipo o conociendo cómo autorregular las emociones, si un alumno aprende a no agredir cuando se siente enojado, o aprende a relajarse en una situación que le causa miedo entonces estará en vías de desarrollar la capacidad global para “**autorregular sus emociones**”, el alcance de lo aprendido puede ir mucho más allá de las experiencias particulares de enseñanza.

En nuestro trabajo educativo debemos focalizarnos en el desarrollo de la inteligencia intrapersonal e interpersonal de niños, jóvenes y adultos.

La **inteligencia intrapersonal** permite comprenderse y trabajar con uno mismo/a. Supone la capacidad de introspección, de formar una imagen adecuada de lo que uno es y de cómo se comporta. Implica entonces autoentenderse, acceder y comprender los propios sentimientos y emociones y regularlos orientando la propia conducta. Este tipo de inteligencia suele necesitar de la inteligencia lingüística para transmitir el conocimiento intrapersonal.

**La inteligencia interpersonal** es la destreza para comprender a los otros, motivarlos y cooperar con ellos. Se construye a partir de una capacidad para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamento, motivaciones e intenciones. En épocas anteriores se creía que este tipo de inteligencia era innato. Hoy se piensa que se trata,

en gran medida, de capacidades adquiridas que se pueden enseñar, aprender y practicar (Gallego y otros, 2000).

La inteligencia interpersonal es la base para ir adquiriendo **competencia social**, entendida ésta como un nivel general de eficacia en el área relacional, mientras que las **habilidades sociales** representan destrezas específicas para enfrentar con éxito situaciones interaccionales.

El propósito de la propuesta didáctica es el mejoramiento del desarrollo social y emocional de los niños y niñas de preescolar.

La propuesta plantea atender preventivamente las relaciones intrapersonal e interpersonal desde un dimensión social, lo cual ayuda a que exista una cultura de respeto, tolerancia y convivencia entre niños, docentes, y padres de familia.

Por ello nos obliga como docentes a repensar y adentrarnos a la definición del juego que nos ayude a distinguir sus diferentes tipos y el papel que juegan en los niveles de desarrollo de los infantes, en ese perspectiva podremos fortalecer y/o desarrollar competencias docentes para implementar el juego en nuestras aulas y con ello favorecer las relaciones sociales y los valores, dándonos como consecuencia la autorregulación emocional tanto para los niños, niñas y docentes.

Se recuerda que las estrategias que se sugieren utilizar son:

- ❖ Juego
- ❖ Talleres de representaciones
- ❖ Música
- ❖ Trabajo colaborativo
- ❖ Muestras pedagógicas

Organizados en un plan de trabajo como aparece en las siguientes páginas.

### 3.1.1 Plan de trabajo

DESTINATARIO	TIPO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	INDICADORES.	RECURSOS
ALUMNOS  PADRES DE FAMILIA.	PREVENTIVO	<p>Que el niño desarrolle la capacidad para resolver problemas de manera creativa mediante situaciones de juego que impliquen la reflexión, la explicación y la búsqueda de soluciones a través de procedimientos propios. Y los utilizados por los otros.</p> <p>Establecer reglas, normas, expectativas Y límites claros con los integrantes del grupo.</p> <p>Que las madres y padres de familia se interesen por participar en las conferencias para que a partir de esto puedan relacionarse mejor con sus hijos e hijas y la familia en general.</p>	<p>Recordar las normas de convivencia, con el juego reglamentado La araña (situación didáctica 1, página 76).</p> <p>Las reglas del salón (situación didáctica 2, página 77).</p> <p>Conferencias con especialistas que traten el tema Conociéndonos más (sesión 1, página 90).</p>	<p>-Exponer experiencias vividas durante las actividades recreativas y de convivencia en donde cada participante reflexionará sobre las acciones apropiadas o inapropiadas</p> <p>-Los niños revisarán diariamente dos normas de clase y los expondrán al grupo haciendo un análisis de si se cumple o no</p> <p>Se reunirá a los padres de familia para informar sobre la importancia de un equilibrio emocional y su influencia en las relaciones sociales, dentro y fuera del ambiente escolar.</p>	DOCENTE Y ASESORA DE EDUCACIÓN INICIAL.	<p>*La educadora desarrolla de manera permanente las acciones para controlar la indisciplina</p> <p>*Se diseñan situaciones didácticas significativas y de interés de acuerdo a las necesidades de los niños.</p> <p>*Los niños participan en el proceso.</p>	<p>Humanos: Docente</p> <p>Materiales: *Láminas ilustrativas de las normas y reglas dentro del salón.</p> <p>*Espacio; patio, aula.</p> <p>Una cajita pequeña o mediana de cartón, o un sobre por participante.</p> <p>-Colores, crayolas, lápices o lapiceros, tijeras, pegamento, hojas blancas</p>

DESTINATARIO	TIPO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	INDICADORES.	RECURSOS
PADRES DE FAMILIA, ALUMNOS	ORGANIZACIONAL Y PREVENTIVO	<p>Desarrollar la sensibilidad del niño, la imaginación y la creatividad para expresar de forma diferente su estado de ánimo, sentimientos, etc.</p> <p>Que los niños se expresen mediante la música, y la expresión corporal al escuchar alguna melodía</p> <p>Encontrar la sensibilidad innata del niño.</p> <p>Mostrarles a los niños que cada uno es importante en cada uno de los ámbitos en que participamos.</p> <p>La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: Que los participantes del Taller reflexionen y valoren la importancia de aprender a comunicarse y hacerlo con asertividad, es decir: expresar lo que se piensa y se siente, y a su vez aprender a escuchar a los demás con tranquilidad y sin violentarse.</p>	<p>Expresarse por medio de la música. Con el tema cantos, música y baile (Situación didáctica 3, página 78).</p> <p>Realizar actividades haciendo uso de la música y la expresión libre de su cuerpo. Aprendamos a convivir (Situación didáctica 4, página 79).</p> <p>Representación mediante el juego. Jugando con material didáctico. (situación didáctica 5, página 80).</p> <p>Taller con padres de familia con el tema la comunicación (Sesión 2, página 93).</p>	<p>Se realiza diario al ingresar al salón de clases, el niño exprese sus estados de ánimo, sensaciones, inquietudes por medio del cuerpo y la música.</p> <p>Jugar con la música y expresar algo positivo hacia un compañero.</p> <p>-Que compartan los materiales, que formen objetos que vengan de su imaginación, y que se integren como grupo.</p> <p>-El día jueves de cada mes los padres asistirán a las pláticas, de escuela para padres, enfocado en la comunicación que tiene con su pareja e hijos.</p>	DOCENTE Y ASESORA DE EDUCACIÓN INICIAL.	<p>Se ha logrado que los niños se apropien de reglas y normas de manera simultánea.</p> <p>La actividad cubrió su propósito.</p> <p>*Los padres se interesan o manifiestan curiosidad por las acciones que se están implementando para la mejora de las relaciones sociales dentro del aula.</p> <p>-Se rebasa el 80% de asistencia de los padres de familia a los talleres implementados.</p>	<p>Humanos: Directivo, Docente</p> <p>Materiales: *Papel Bond. *Hojas blancas. *Colores de madera, acuarelas, crayolas. *Espacio; aula, patio.</p> <p>Hoja de ejercicio "Yo mensaje" (Anexo 1) - Hoja "Para comunicarnos mejor" (Anexo 2) de sesiones para padres de familia</p> <p>- Lápices o lapiceros.</p>

DESTINATARIO	TIPO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	INDICADORES.	RECURSOS
ALUMNOS PADRES DE FAMILIA	PREVENTIVO	<p>Que el niño se apropie de los valores y los principios necesarios para actuar en sociedad.</p> <p>La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: Que el grupo de madres y padres asistentes, reconozcan el concepto de "Estrés"; que identifiquen las situaciones estresantes de su vida cotidiana y las alternativas básicas para manejarlo adecuadamente, y lo apliquen en sus relaciones familiares.</p>	<p>Cuento, Un mal día (situación didáctica 6, página 82), que lleva mensajes de tolerancia social y para finalizar se harán. Preguntas de reflexión.</p> <p>Escuela para padres con el tema. Manejo del estrés (sesión 3, página 97).</p>	<p>-Narrar el cuento un mal día , Para introducir al niño a la reflexión se le cuestiona sobre.</p> <p>a) ¿Por qué se molestaron?</p> <p>b) Una persona que se enoja, ¿es mala?</p> <p>c) ¿Cómo se les quitó el enojo?</p> <p>d) ¿Les ayudó a disminuir el enojo hablar con otras personas?</p> <p>e) ¿Qué opinan de las personas que pelean o tratan de desquitarse para tratar de resolver su enojo?</p> <p>Iniciar pidiendo al grupo que comenten lo que entienden por "Estrés" y se registra en hojas de rotafolio, cartulina o pizarrón.</p> <p>- Pedir a alguien del grupo que de lectura al texto la comunicación (Anexo 1) de sesiones para padres de familia. Que comenten entre todos y anoten en una hoja, las principales ideas sobre la lectura.</p> <p>- Pedir a alguien del grupo de lectura a las ideas principales que escribieron y analizar.</p>	DOCENTE Y ASESORA DE EDUCACIÓN INICIAL.	<p>La educadora organiza el tiempo del trabajo dentro del aula.</p> <p>Se logró erradicar las conductas de indisciplina dentro del aula en que porcentaje.</p> <p>*Existen momentos en los que se presentan incidentes debido a tiempos muertos o actividades no dirigidas.</p>	<p>Humanos: Docente</p> <p>Materiales:</p> <p>*Pizarra. (lista del grupo)</p> <p>*estrellas</p> <p>*Cuentos.</p> <p>*Láminas</p> <p>Plumones, rotafolio, cartulina o pizarrón, texto manejo del estrés</p>

DESTINATARIO	TIPO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	INDICADORES	RECURSOS
ALUMNOS y PADRES DE FAMILIA	ORGANIZACIONAL	<p>Que los niños incrementen su interés por las actividades que la escuela propicia.</p> <p>Desarrollar, un lenguaje más fluido y de respeto hacia los demás y pongan en prácticas los valores y normas de convivencia con sus compañeros más pequeños.</p> <p>Que el grupo de madres y padres participantes identifiquen las diferentes etapas por las que atraviesan los seres humanos en los distintos periodos del desarrollo.</p>	<p>Taller de manualidades. Súper estrellas (situación didáctica 7, página 84).</p> <p>Trabajo en equipos jugando el venado (situación didáctica 8, página 85).</p> <p>Escuela para padres con el tema. Desarrollo del individuo.(sesión 4, página 100).</p>	<p>-Durante el mes en el área de representación se adaptara para que el grupo pueda realizar una manualidad que sea representativa para él y la pueda exhibir en el salón por un tiempo.</p> <p>Se organizará a los niños en el patio para jugar al venado que es como las estatuas de marfil con las mismas reglas solo que aquí participan como venados y leones.</p> <p>Lectura del texto. Etapas del desarrollo (Anexo 5) de sesiones para padres de familia, anotar en una hoja, las principales ideas e identificar y visualizar la diversidad de intereses y necesidades.</p>	DIRECCIÓN, TRABAJO SOCIAL, APOYO ADMINISTRATIVO Y ASESORA DE EDUCACIÓN INICIAL.	<p>Se interesan los niños por las actividades de modelado y juegos.</p> <p>Se les facilitó a los niños el intercambio de experiencias por medio del lenguaje con los otros niños.</p> <p>Se logró que las docentes de la institución logran cambios e interés en su práctica docente.</p>	<p>Humanos: Docente</p> <p>Materiales: *Disfraces.</p> <p>*Obras de teatro Grabadora, maquillaje, exposiciones de trabajos.</p>

DESTINATARIO	TIPO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	INDICADORES.	RECURSOS
ALUMNOS DE PADRES DE FAMILIA.	PREVENTIVO	<p>Que los niños reconozcan que cada individuo es importante para participar en sociedad.</p> <p>Que el grupo de madres y padres participantes identifiquen los procesos de colaboración y la relación de autoridad en la familia: para hacer, pensar, decidir y trabajar juntos.</p>	<p>Asignar tareas específicas, a los niños. Cooperamos (situación didáctica 9, página 86).</p> <p>Taller, ejecutado por las docentes con el tema: La familia. (Sesión 5, página 103).</p>	<p>Durante las actividades que se realizan dentro del CENDI se destinarán comisiones en las diferentes áreas</p> <p>1.- Ayudar a la limpieza., tanto del salón como de otros espacios de la escuela.</p> <p>2.- Los niños saldrán a colocar los botes de basura en lugares específicos en el patio, para que antes de que salgan los otros grupos a la colación estén a la vista y coloquen la basura donde corresponde</p> <p>3.- Encargado de repartir materiales.</p> <p>Que expresen sus ideas sobre lo que entienden por "Familia", registrar en hojas de rotafolio, Lectura al texto sobre "la familia".(Anexo 6) de sesiones para padres de familia</p>	DOCENTE Y ASESORA DE EDUCACIÓN INICIAL.	<p>Las relaciones entre docente y niños son agradables.</p> <p>Los niños asumen su responsabilidad</p> <p>Cumplen con sus tareas docentes, niños y directivos.</p>	<p>Humanos: Docente</p> <p>Materiales: De limpieza, botes de basura, borrador.</p> <p>* Exposición teórica sobre "La Familia". (Anexo 6) de sesiones para padres de familia - Hojas de rotafolio, cartulina, Hojas blancas</p>

DESTINATARIO	TIPO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	RESPONSABLE	INDICADORES.	RECURSOS
PADRES DE FAMILIA	PREVENTIVO	<p>Que los padres de familia reconozcan el trabajo que se viene haciendo a favor de los niños y apoyen cada decisión que se toma para beneficio de sus hijos.</p> <p>Que se integren tanto la población escolar como los padres de familia para la realización de las tareas y observar los resultados que han logrado sus hijos.</p> <p>Motivar para la toma de conciencia de su rol, aceptando su capacidad y personalidad dentro de la familia, así como reflexionar sobre la responsabilidad de una familia.</p>	<p>-Muestras pedagógicas a padres de familia, en donde se expondrán trabajos de los niños y videos de su desarrollo dentro del CENDI.</p> <p>Eventos de convivencia con kermes y eventos deportivos padres e hijos.</p> <p>Escuela para padres, enfocado en etapas de la familia. (Sesión 6, página 106).</p>	<p>Recuento de lo realizado durante el ciclo escolar en el aula, exposiciones en las cuales los niños darán las explicaciones y serán los guías.</p> <p>Se realizará un evento deportivo en el cual participarán los padres de familia y los niños. (Competencias padres e hijos), ejecutando circuitos con carreras y la elaboración de alguna manualidad.</p> <p>Que tracen una línea de forma horizontal a la mitad de la hoja y en ella apunten por año las etapas por las que ha atravesado su familia desde el noviazgo hasta la etapa actual; ver (anexo 8) de sesiones para padres de familia.</p>	DOCENTE Y ASESORA DE EDUCACIÓN INICIAL.	<p>Se cubrieron los objetivos y propósitos establecidos.</p> <p>Las herramientas actualizadas fueron las adecuadas para cada estrategia diseñada.</p> <p>Se cumplió en tiempo y forma lo planeado.</p> <p>Las evaluaciones recogidas cubrieron las expectativas propuestas.</p>	<p>Humanos: Docente</p> <p>Materiales: *Disfraces. *Escenografía del bosque. *conos, pelotas, cuerdas, costales, triciclos, escobas, masas, plastilina y tablas de 30X40cm</p> <p>Exposición teórica sobre ciclo vital de la familia. (Anexo 7) de sesiones para padres de familia. -Hojas de rotafolio, cartulina, hojas blancas</p>

### **3.1.2 Situaciones didácticas para niños y niñas**

#### Presentación

El Programa de Educación Preescolar 2011 inició su aplicación como parte de un proceso de Reforma, cuyas finalidades están orientadas a favorecer la transformación y el mejoramiento de las prácticas educativas en el aula y en la escuela. Este propósito ha implicado para las educadoras, personal directivo y asesoras romper con sus concepciones y cuestionar de manera profunda las prácticas que han venido realizando, no sólo en el aula, sino en su quehacer cotidiano y así hacer intentos por incorporar nuevas formas de trabajo para atender a las necesidades inmediatas del grupo.

Por lo tanto se sugieren una serie de situaciones didácticas que permitan que los niños y niñas compartan experiencias, estados de ánimo y necesidades aprovechando de manera gradual todo su potencial

Bajo esta perspectiva las “Situaciones Didácticas” son un propósito fundamental para consolidar las relaciones sociales de los niños y niñas que asisten a los centros de Desarrollo Infantil u otras instituciones educativas.

Para lograr una autorregulación emocional se debe hacer uso del juego, los cuentos, la música y otras herramientas que permitirán que los niños reflexionen y desarrollen una sensibilidad hacia los otros, y un reconocimiento de las propias emociones y la de los demás.

A partir del desarrollo de estrategias e implementación de situaciones didácticas se logrará el desarrollo integral de los infantes.

Por ello a partir de las siguientes páginas encontrarán situaciones didácticas para favorecer la autorregulación emocional, los límites, valores y normas de conducta.

## Situación didáctica 1

### **La araña.**

**Campo formativo:** Desarrollo personal y social.

**Aspecto:** Identidad personal.

**Competencia:** Actúa gradualmente con mayor confianza y control de acuerdo con criterios, reglas y convenciones externas que regulan su conducta en los diferentes ámbitos en que participa.

**Material.** Un gis (tiza).

**Tiempo.** 20 min.

**Espacio.** Patio.

**Propósito.** Controlar la agresividad.

### **Desarrollo.**

Se señala un terreno de juego amplio y en el centro se marca una franja de unos dos metros de ancho, en donde se coloca un niño que será la araña. Los demás se colocan todos a un lado del campo, a una señal dada por la araña tienen que pasar al otro lado atravesando la franja; la araña deberá atrapar a los niños que pueda. Los atrapados se cogerán con la araña por las manos, pasando a formar parte de ella. El proceso se vuelve a repetir teniendo presente que la araña sólo puede coger a los niños por las puntas. Si se rompe no puede atrapar a nadie hasta que vuelva a estar entera. Los niños que la forman pueden impedir con las piernas que los otros niños pasen por entre ellos, pero no pueden cogerlos con las manos. El juego se acaba cuando todos han sido atrapados.

**Cierre.** Se colocan los niños en círculo y se les dará una hoja cada niño realizará un dibujo en el que represente que sucede si no seguimos las reglas en los juegos que compartimos con los demás.

**Evaluación.** Se cuestionará a cada niño sobre su dibujo y porque cree que es importante respetar las reglas, y qué pasaría si no las seguimos.

## Situación didáctica 2

### ***Las reglas del salón.***

**Campo formativo:** Desarrollo Personal y Social

**Aspecto:** Identidad personal.

**Competencia:** Actúa gradualmente con mayor confianza y control de acuerdo con criterios, reglas y convenciones externas que regulan su conducta en los diferentes ámbitos en que participa.

**Material.** Lámina con imágenes de normas del salón, Globos de color, obstáculos, papel crepe de colores.

**Tiempo.** 30 min.

**Espacio.** Salón de clases y patio.

**Propósito.** Que comprendan que participan en una sociedad la cual establece reglas de convivencia y se deben respetar.

**Inicio.** Hablaremos acerca de las normas de clases. Les presentaré las diversas normas del aula ilustradas y le hablaré sobre la conveniencia de respetarlas. (Ver anexo 1 del apartado de Situaciones didácticas para niños y niñas).

- Pegaré las ilustraciones de las reglas en un lugar visible y diariamente las recordaremos.

**Desarrollo.** En asamblea les pediré que comenten acerca de quien respeta las reglas y quien no y qué sucede cuando no se respetan las reglas del aula.

- Jugaremos en el patio juegos como. Bailando con globos ¡a pisar la cuerda!, (Ver anexo 2 y 3 del apartado de Situaciones didácticas para niños y niñas), enfatizar en el respeto de las reglas.

**Cierre.** Ilustrarán las reglas del aula, con recortes de revistas.

**Evaluación.** Se observará si entienden, conocen y respetan las reglas presentadas. Para los padres de familia pondré en un lugar visible fuera del aula una pequeña información acerca de las reglas y acuerdos, semejanzas y diferencias de éstos y sobre la conveniencia de marcar límites claros a los pequeños también en casa.

### Situación didáctica 3

#### ***El aula de cantos, música y baile.***

**Campo formativo:** Expresión y apreciación artísticas.

**Aspecto:** Expresión y apreciación musical.

**Competencia:** Comunica las sensaciones y los sentimientos que le producen los cantos y la música que escucha.

**Material.** Grabadora, discos instrumentales, panderos, flautas y tambores.

**Tiempo.** 30 min.

**Espacio.** Salón de clases.

**Propósito.** Que los niños a través de la música se sensibilicen, expresen sus estados emocionales y que encuentren en la música una forma de convivir.

**Inicio.** Tendremos una charla sobre la música y lo que nos transmite. Visitaremos las aulas para observar las actividades de “Cantos y Juegos”, como comúnmente realizamos para saludarnos.

**Desarrollo.** Regresamos al salón y se pondrá música la consigna es que cada uno exprese lo que siente con gestos caros, enojado, triste, feliz, llorando, sorpresa, y de flojera, movimientos y lenguaje.

**Cierre.** Dibujarán en unas caritas los estados que les provocó la música, expresarán de forma verbal cuando se sienten así.

**Evaluación.** Durante las diversas actividades observaré si entienden, conocen y respetan las reglas presentadas. La forma de convivir con sus compañeros.



## Situación didáctica 4

***Aprendamos a convivir.***

**Campo formativo:** Lenguaje y comunicación.

**Aspecto:** Lenguaje oral.

**Competencia:** Obtiene y comparte información a través de diversas formas de expresión oral.

**Material.** Cuento “Los dos amigos”.

**Tiempo.** 25 min.

**Espacio.** Patio.

**Propósito.** Que los niños interioricen lo importante de la amistad y sean capaces de expresarse de diversas formas.

**Inicio.** Se preguntará a los niños si tienen amigos y que es lo que realizan con ellos, se les comentará lo importante que es compartir las cosas con sus amigos y con la demás personas.

**Desarrollo.** Posteriormente se les leerá un cuento llamado los dos amigos, un zorro y un oso, este tratará de la forma en que se hacen amigos y como con el respeto y la comunicación, establecen una relación que dura mucho tiempo. (Ver anexo 4 del apartado de Situaciones didácticas para niños y niñas), durante la narración los niños deberán participar, con experiencias vividas.

Después se les explicará a los niños que se pondrá música y se pondrán a bailar, y al momento de apagarla ellos tendrán que ir a abrazar a algún compañero y decirle algo motivante, como "qué bonita camisa traes, tu cabello está muy bonito", entre otros.

**Cierre.** Al terminar se le dará una hoja a cada niño y se le pedirá que realicen un dibujo de sus amigos y lo decoren a su gusto, algunos niños nos expondrán su trabajo y nos contarán a cerca de lo que dibujaron y de algunas experiencias con sus amigos.

**Evaluación.** Se realizarán preguntas como. ¿Por qué es importante saber convivir con los demás?,

¿Qué cosas positivas trae la convivencia grupal? ¿Cómo podemos ser mejores amigos?

¿En casa con quiénes conviven y sí les gusta?

## Situación didáctica 5

### ***Jugando con material.***

**Campo formativo.** Desarrollo personal y social.

**Aspecto:** Identidad personal.

**Competencia:** Actúa gradualmente con mayor confianza y control de acuerdo con criterios, reglas y convenciones externas que regulan su conducta en los diferentes ámbitos en que participa.

**Material.** Materiales de construcción.

**Tiempo.** 30 min.

**Espacio.** Salón de clases.

**Propósito.** Desarrollar la autoestima, la amistad, el respeto por acuerdos y normas de convivencia para favorecer su seguridad y abatir un poco su ansiedad.

**Inicio.** Les proporcionaré materiales de construcción, tratando de organizarlos por pequeños equipos, en ocasiones sentados en las mesas y en otras ocasiones sobre tapetes en el piso dentro del aula.

**Desarrollo•** Al jugar con el material de construcción les enseñaré a hacer algunas construcciones, trataré de que interactúen entre ellos, y dentro de estas interacciones propiciaré que tomen en cuenta a los otros, compartiendo juegos, materiales y espacios.

- Trabajaré con cada equipo a intervalos de 15 o 20 minutos.
- Cuando trabaje con los diversos equipos les pediré que digan sus nombres a sus compañeros y que se llamen entre sí por su nombre, utilizando las palabras por favor y gracias con frecuencia, para que se relacionen con su uso.

**Cierre.** • Realizaremos un mural con caritas de niños y niñas (una por cada niño/a). Les pediré que muestren el mural a sus padres y les mencionen el nombre de sus amigos nuevos.

**Evaluación.** Durante las diversas actividades observaré si entienden, conocen y respetan las reglas presentadas. Además de la forma en que comparte y el nivel de maduración para entender que la vida es para convivir y compartir con los demás.



## Situación didáctica 6

**“Un mal día”.**

**Campo formativo:** Lenguaje y comunicación.

**Aspecto:** Lenguaje oral.

**Competencia:** Obtiene y comparte información mediante diversas formas de expresión oral.

**Material.** Láminas del cuento “Un mal día”.

**Tiempo.** 25 min.

**Espacio.** Salón de clases.

**Propósito.** Que los niños visualicen que en la vida diaria nos enfrenta a situaciones en las que es probable que se manifiesten intereses y puntos de vista diferentes, creando enojo entre las personas.

### **Para empezar**

Se dialogará con los niños sobre la importancia de aprender a manejar y resolver los conflictos mediante formas no violentas.

La resolución de conflictos por la vía pacífica y racional por medio del diálogo, la convivencia democrática y la autorregulación de la conducta mejoran nuestras amistades.

En este caso, la historia de María, una niña que tiene “un mal día”, pretende promover entre las y los preescolares la posibilidad de identificar que ciertas circunstancias crean conflicto, con la finalidad de elaborar propuestas sencillas para resolverlas de manera pacífica.

### **Inicio**

1. Preguntar al grupo si se han sentido enojados en alguna ocasión y pida voluntarios para que comenten lo ocurrido.
2. Comentaré que les voy a contar un cuento sobre una niña que tuvo “un mal día”. (Anexo 5 del apartado de Situaciones didácticas para niños y niñas).

## Desarrollo

3. Mostrar la primera lámina del cuento y presentar a María y a su familia: Roberto (hermano menor), Lucía (mamá) y Miguel (papá).

4. Continuar con la narración del cuento. Hacer énfasis en aquellas situaciones que hicieron enojar a María, realizando preguntas como:

a) ¿A quién le ha sucedido algo como esto?

b) ¿Por qué se habrá enojado tanto María?

c) ¿Qué se siente cuando a uno lo regañan, le quitan su pelota, lo empujan...?

5. Una vez que se finaliza el cuento, o cuando considere que el grupo está lo suficientemente interesado en el relato, indicarles que va a iniciar nuevamente el cuento, pero ahora podrán ver también lo que María hizo cuando estaba enojada.

6. Iniciar el relato y, en cada lámina preguntar a las niñas y los niños: ¿Qué creen que hizo María?

7. Permitir que se expresen libremente. A continuación, mostrar el reverso de la lámina correspondiente. Preguntar otra vez: ¿Qué hizo María?

**Cierre.** Preguntar al grupo: ¿Por qué María se durmió contenta?

**Evaluación.** Observar los comentarios de los alumnos en relación con el manejo de conflictos. Tomar en cuenta los rasgos a desarrollar en la actividad.

Reunidos en círculo comentar situaciones personales en las que se han enojado.

a) ¿Por qué se molestaron?

b) Una persona que se enoja, ¿es mala?

c) ¿Cómo se les quitó el enojo?

d) ¿Les ayudó a disminuir el enojo hablar con otras personas?

e) ¿Qué opinan de las personas que pelean o tratan de desquitarse para tratar de resolver su enojo?

## Situación didáctica 7

### ***Súper estrellas.***

**Campo formativo:** Desarrollo personal y social.

**Aspecto:** Identidad personal.

**Competencia.** Reconoce sus cualidades y capacidades y desarrolla su sensibilidad hacia las cualidades y necesidades de otros.

**Material.** Una hoja de papel amarillo para cada niño; tijeras, crayolas o lápices\* de colores; hilo, clips; “patrón de una estrella”.

**Tiempo.** 40 min.

**Espacio.** Salón de clases.

**Propósito.** Desarrollen un sentido positivo de sí mismos; expresen sus sentimientos; empiecen a actuar con iniciativa y autonomía, a regular sus emociones; muestren disposición para aprender, y se den cuenta de sus logros al realizar actividades individuales o en colaboración.

**Inicio.** En círculo se colocan los niños para hablar sobre las características únicas y especiales que tenemos. Algo que hacemos bien, algo con lo que disfrutamos o algo sobre nuestros cuerpos, algo que nos gusta de nuestra casa, colonia, etc. Dejar que los niños compartan lo que consideran sus características especiales.

**Desarrollo.** Hacer una superestrella. Cada niño tendrá su pedazo de hoja la cual tiene marcada la estrella y los niños la recortarán. Pedirles que se dibujen en el centro de la estrella. Después me dictarán sus características especiales para que las escriba en las puntas de la estrella.

Se animará a los a que compartan sus estrellas con sus compañeros y después las cuelgan en todo el salón, cada uno elige que espacio ocupará su estrella.

**Cierre.** Cantaremos la canción” El robot”. (Anexo 6 del apartado de Situaciones didácticas para niños y niñas).

**Evaluación.** Durante las actividades observaré la forma en que se perciben ellos mismos, además de ver en donde colocan su estrella.

## Situación didáctica 8

### ***El venado.***

**Campo formativo:** Desarrollo Personal y Social.

**Aspecto.** Identidad personal.

**Competencia.** Actúa gradualmente con mayor confianza y control de acuerdo con criterios, reglas y convenciones externas que regulan su conducta en los diferentes ámbitos en que participa.

**Material.** Hojas blancas.

**Tiempo.** 30 min.

**Espacio.** Salón de clase o patio.

**Propósito.** Llevar a los niños a la reflexión y que ellos se formen criterios de lo correcto e incorrecto en las relaciones sociales

**Inicio.** Ustedes han visto que hay personas que cuando van en la calle en sus autos, se enojan y desesperan, tocan el claxón, gritan palabras altisonantes y se enojan, ¿verdad?.

**Desarrollo.** Vamos a jugar al venado. ¿Saben qué es un venado? ¿Dónde vive?, ¿Qué come?, ¿Cómo camina?, ¿Quiénes son sus enemigos?

Vamos a jugar a que ustedes son los venados y yo soy el león, ustedes van a caminar en silencio por todo el salón, tal y como lo hacen los venados. Voy a pronunciar el nombre de quien haga ruido y éste se quedará sentado y congelado sin moverse durante un minuto. Así hasta ver quien logra salvarse moviéndose tan despacio y silenciosamente como esos hermosos animales.

**Cierre.** Se colocan los niños en círculo y se les dará una hoja cada niño realizará un dibujo en el que represente que sucede si no seguimos las reglas en los juegos que compartimos con los demás.

**Evaluación.** Durante las diversas actividades observaré si entienden, conocen y respetan las reglas presentadas.

## Situación didáctica 9

**Cooperamos.**

**Campo formativo:** Exploración y conocimiento del mundo.

**Aspecto:** Cultura y vida social.

**Competencia:** Participa en actividades que le hacen comprender la importancia de la acción humana en el mejoramiento de la vida familiar, en la escuela y en la comunidad.

**Material.** Borrador, recogedor, escoba, entre otros.

**Tiempo.** 25 min.

**Espacio.** Patio y salón de clases.

**Propósito.** Que los niños y niñas reconozcan la importancia de la amistad en la vida humana, así como aprender a regular sus emociones al trabajar en colaboración para el bienestar de todos los participantes.

**Inicio.** Con los niños sentados en círculo, invitarlos a pensar sobre algunas situaciones que se podrían mejorar y cómo hacerlo:

- a) En la escuela: que nuestro jardín luzca más bonito, para que nuestra escuela sea más atractiva, para mantener siempre limpio nuestro salón de clases, etc.
- b) En la casa: cómo colaborar con los padres en las tareas de la casa.

**Desarrollo.** Por grupos los niños debatirán sobre las soluciones posibles a los problemas comentados.

Conversar sobre la posibilidad de formar equipos que diariamente se encarguen, por ejemplo, de regar las plantas de la escuela, recoger la basura después del recreo, barrer el salón de clases, borrar el pizarrón, etcétera.

**Cierre.** Se ayudará a los niños a formular las soluciones más apropiadas y comentarán el porqué. la importancia de ayudarnos. Cantaremos la tía Mónica.

Yo tengo una tía la tía Mónica que cuando val al mercado le dicen hola la, así barre mí tía, así así, así, se menciona cual cualquier verbo y los niños imitarán los movimientos.

**Evaluación.** Realizarán un dibujo sobre lo importante de nuestra participación para mejorar nuestro planeta, al final explicará su dibujo y manifestará una idea de cómo cooperar en el aula y escuela.



### **3.1.3 Sesiones para padres de familia**

#### Presentación

El concepto y las funciones de la familia han estado históricamente en cambio permanente, adaptándose progresivamente a las nuevas situaciones y retos que la sociedad ha ido planteando en el transcurso de los años, como han sido y son los cambios demográficos, económicos, sociales y culturales.

La familia sigue teniendo un gran valor en sí misma y seguirá desempeñando importantes funciones en la vida de las personas.

Al sistema educativo siempre se le ha pedido que aporte a los niños tres cosas: conocimientos, actitudes y valores; pero la verdadera función educativa ha residido siempre en la labor diaria de los padres, debido al comportamiento de los hijos en el seno de la familia.

Se ha hablado mucho de la paternidad y de la maternidad responsable, sabiendo que el trabajo de los padres con sus hijos es complejo y continuo, a la vez que gratificante, pues en su evolución personal, los hijos han necesitado y seguirán necesitando de la ayuda, estímulo, tutela, comprensión y cariño de sus padres, pero para poder desarrollar adecuadamente sus funciones, los padres necesitan información y formación previa. Los padres tienen que estar permanentemente involucrados en el proceso de formación de sus hijos y formar significa, criar, educar y adiestrar. (Enseñar e instruir).

Las actuaciones de ayuda a la familia, siempre redundarán en beneficios globales para la sociedad. Aquí reside la importancia de estas actividades para Padres de familia, ya que en él se abordan algunos de los temas que los padres deben conocer para desarrollar sus funciones como tales, aportándoles conocimientos y actitudes positivas ante la vida y el desarrollo de sus hijos.

Cada uno de los temas está dedicado a reflexionar sobre el significado y la importancia de la educación integral de los hijos, por lo tanto se abordarán los siguientes temas cada uno vinculados entre sí para un mismo fin.

1. Conociéndonos más. Mediante esta actividad se pretende que los padres reconozcan sus fortalezas y debilidades para que a partir de este conocimiento puedan relacionarse mejor con sus hijos e hijas y la familia en general.
2. La comunicación. Este tema está enfocado en que los participantes reflexionen y valoren la importancia de aprender a comunicarse y hacerlo con asertividad, es decir: expresar lo que piensan y sienten, y a su vez aprender a escuchar a los demás con tranquilidad y sin violentarse.
3. Manejo del estrés. Se pretende que el grupo de madres y padres asistentes, identifiquen las situaciones estresantes de su vida cotidiana y las alternativas básicas para manejarlo adecuadamente, y aplicarlo en sus relaciones familiares.
4. Desarrollo del individuo. Se busca que los participantes identifiquen las etapas por las que atraviesan los seres humanos y los diferentes periodos del desarrollo, así como sus características y las acciones que pueden fomentar en cada periodo.
5. Etapas de la familia. En esta última actividad pretendo que los padres y madres de familia identifiquen las diferentes etapas por las que atraviesan las familias, a fin de visualizar el futuro, y les permita hacer planes a corto, mediano y largo plazo con mayor confianza y seguridad.

La educación es una tarea compartida entre pares y docentes cuyo objetivo es la formación integral del niño o niña. La línea de acción debe llevarse a cabo de manera conjunta, tanto los familiares como los agentes educativos, ambos tenemos la responsabilidad de hacer partícipes a los otros (niños y niñas), en su formación. Por ello la escuela debe facilitar toda la información necesaria sobre la forma de trabajo y apoyos que se requieran, para que se sientan unidos la escuela y la familia y, por tanto, responsables del proceso educativo de los niños y niñas.

No se trata de educar como fuimos educados, debemos considerar que somos seres humanos con necesidades, tiempos, y contextos distintos, que nos hacen únicos, por eso al final de cada sesión se realizará una reflexión o tareas compartidas en casa.

Espero que las sesiones sean de utilidad y logre involucrar a padres de familia-escuela y niños (as).

## Sesión 1

### **Conociéndonos más.**

“La cosa más difícil del mundo es conocerse a uno mismo”

Tales de Mileto.

#### **Objetivo:**

La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: Que las madres y padres de familia puedan reconocer la importancia de conocerse más a sí mismos; reconozcan en que son fuertes (fortalezas) y en que son débiles (debilidades), para que a partir de este conocimiento puedan relacionarse mejor con sus hijos e hijas y la familia en general.

#### **Materiales:**

- Una cajita pequeña o mediana de cartón, o un sobre por participante.
- Colores, crayolas, lápices o lapiceros, tijeras, pegamento, hojas blancas algunas cortadas en pedazos pequeños.
- Estos materiales se les pueden pedir a los padres y madres de familia.

#### **1.- Saludo (10 minutos).**

- Invitar a todos a participar y se les recuerda los principios o reglas básicas para trabajar en el taller.
- Explicar el objetivo de la presente sesión.

#### **2. Actividades (45 minutos).**

Dinámica: “La palma de la mano”, (3-5 minutos).

- Sobre una hoja en blanco colocar la mano izquierda, los zurdos ponen la mano derecha.
- Con un lápiz o lapicero, delinear el contorno de la mano.
- Al terminar, se coloca la misma mano en la espalda, sin verla.
- Ahora, se pide que tracen las líneas de la mano que ya dibujaron, sin estarla viendo.

- Al terminar todos, se les pregunta: ¿Quién conoce la palma de su mano?
- Se pide que hagan algunos comentarios al respecto.

Pedir que todos arreglen o adornen la cajita que llevaron (pintar, colorear o forrar). Si no la pudieron llevar pueden armar un sobre con las hojas blancas y el pegamento. Mientras decoran sus cajas o hacen sus sobres, preguntar a los participantes:

- ¿Qué tanto se conoce a usted mismo?
- ¿Cuáles son los sentimientos o emociones que tienen con mayor frecuencia?
- ¿Tienen algún “sueño” en la vida?
- ¿Saben en qué son fuertes y en que son débiles? (fortalezas o debilidades).
- ¿Qué los pone tristes o enojados?
- ¿Cuáles son sus metas en la vida?

Enseguida: pedir que cada quien dibuje o escriba lo que pensaron en los pedazos de papel y que los vayan guardando en las cajitas o sobres, y que a partir de ahora le llamarán su “Cofre de tesoros”: pueden ser tantos papelitos (tesoros) como cada quien quiera.

Para estimularlos yo mostraré mi “Cofre de tesoros”, y daré un ejemplo con alguno de los papeles que puse dentro del cofre.

Informar que en la siguiente reunión, quien quiera podrá compartir sus ‘tesoros’ (papelitos) con el grupo.

### **3.- Reflexión (10 minutos).**

Comentar que muchas veces creemos que conocemos a los demás y a nuestros hijos e hijas, como la palma de la mano y se demostró con el ejercicio que esto no siempre es cierto, o no es posible conocer totalmente a otros, ya que el ser humanos posee voluntad, inteligencia y temperamento propio, que nos hace comportarnos y reaccionar de diferente forma ante las mismas circunstancias.

- ¿En que nos ayuda esta actividad?
- ¿Para qué nos sirve conocernos más?

- ¿Qué puede hacer cada uno para seguir conociéndose más?

- Comentar que conocernos a nosotros mismos, es el primer paso para aceptarnos e identificar aquello que nos es útil en la tarea de educar a nuestros hijos e hijas, así como aquello que nos puede perjudicar y necesitamos cambiar o mejorar.

#### **4.- Despedida (10 minutos)**

- ¿Les gustó como trabajamos hoy?, ¿Qué aprendimos?

- ¿Descubrieron algo nuevo y positivo sobre la familia o sobre sí mismos? Si lo hay, se les pedirá que lo expresen.

#### **5. Tarea familiar:**

Si alguno del grupo no terminó la actividad, solicitar que durante la semana siguiente termine de llenar su “Cofre”.

Como familia, conseguir un “Cofre” más grande para llenarlo con los “tesoros” de toda la familia, repitiendo el ejercicio realizado en el Taller.

- Informar sobre la fecha de la próxima reunión.

- Aplicar evaluación de la sesión trabajada.

- Despedir al grupo.

Los sentimientos, emociones y experiencias positivas que se viven en la familia son “los tesoros” que unen y fortalecen el vínculo familiar.



## Sesión 2

### La comunicación

Comunicación proviene de la palabra latina Communis, que significa común, por tal motivo al comunicarse, se trata de establecer una comunidad con alguien.

La comunicación es uno de los pilares básicos en los que se apoya cualquier tipo de relación y es importante en prácticamente todas las esferas de la actividad humana. Es crucial para el bienestar personal, para las relaciones íntimas, nos ayuda a superar situaciones delicadas, resolver conflictos, expresar sentimientos, defender nuestros intereses, evitar malas interpretaciones, etc.

#### Propósito

La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: Que los participantes del Taller reflexionen y valoren la importancia de aprender a comunicarse y hacerlo con asertividad, es decir: expresar lo que se piensa y se siente, y a su vez aprender a escuchar a los demás con tranquilidad y sin violentarse.

#### Materiales:

- Hoja de ejercicio “Yo mensaje” (Anexo 1 Sesiones para Padres de familia.).
- Hoja “Para comunicarnos mejor” (Anexo 2 Sesiones para Padres de familia).
- Lápices o lapiceros.

#### 1.- Saludo (10 minutos).

Retroalimentación de la sesión anterior.

- Preguntar cómo les fue en la tarea de la sesión anterior.
- Invitar a todos a participar y se les recuerda los principios o reglas básicas para trabajar en el taller.
- Explicar el objetivo de la presente sesión.

## 2.- Actividades (40 minutos).

Técnica: Diálogo de sordos. Pedir al grupo lo siguiente:

- Pensar, y sin decir en voz alta, algo que vivieron durante la semana y que no le hayan platicado a su familia.
- Formar un círculo, de pie o sentados, dándose la espalda unos a otros.
- Pedir, que a la cuenta de tres, todos digan en voz alta lo más fuerte que puedan, pero sin gritar, lo que pensaron, más o menos durante un minuto.
- Tomar el tiempo y se anima al grupo a que hablen más fuerte, si no lo están haciendo.
- Al terminar, se pide al grupo que se acomoden mirándose a los ojos unos a otros, y se les pregunta:

¿Alguien puede repetir lo que contó la persona que estaba a su derecha?

¿Qué fue lo que pasó?, ¿Por qué pasó esto?

Si lo que contaron fuera muy importante para ustedes, ¿Cómo se sentirían de no haber sido escuchados?

¿Alguien ha sentido que no lo escuchan cuando habla?, ¿En qué situaciones?

¿Cómo nos damos cuenta de que nos escuchan cuando hablamos?

¿Ustedes escuchan a las demás personas de su familia?, ¿Porqué?

### **Finalizar el ejercicio.**

**Comentar** que el primer paso para comunicarse mejor con los demás, es escuchar y ser escuchados; al hacerlo, podemos expresar lo que sentimos, pensamos o necesitamos, y también conocer lo que él otro piensa, siente y necesita.

Comunicándonos mejor cada día.

**Preguntar:** ¿Alguien piensa que aunque lo escuchan, muchas veces no lo entienden?, ¿Por qué?

## **Comentar:**

Muchas veces, ante un problema, no sabemos cómo expresar nuestra opinión sin que la otra persona sienta que le estamos reclamando o culpando de algo; Por eso, es importante aprender a decir las cosas, primero pensándolas bien y luego diciéndolas lo más claro posible y con respeto, para que los demás puedan entendernos mejor y no lo sientan como un reclamo. También es importante aprender a escuchar a los demás y tratar de comprenderlos.

Técnica: “Yo Mensaje” (Anexo 1). (Realizarla).

Texto: “Para comunicarnos mejor” (se da lectura al Anexo 2. Sesiones para Padres de familia).

Explicar al grupo que para poder comunicarse mejor con los demás, pueden utilizarse las recomendaciones de éste ejercicio.

### **3.- Reflexión (10 minutos).**

Preguntar:

¿Qué cosas nos ayudan y cuáles nos dificultan la comunicación con las demás personas?

¿A qué se comprometen para comunicarse mejor con los demás miembros de su familia?

Contar hasta 10, respirar, meditar, etc.).

Se complementa lo que exprese el grupo, con lo que viene en la hoja “Para comunicarnos mejor” (Anexo 2).

### **4.- Despedida (10 minutos).**

¿Les gustó como trabajamos hoy? , ¿Qué aprendimos?

¿Descubrieron algo positivo de sí mismos o de la familia? Si lo hay, pedir que lo expresen.

Comentar que comunicarse es algo que solo se aprende practicando y que por eso toma su tiempo, cuando las personas logran hacerlo, pueden comprenderse más y llevarse mejor.

## 5.- Tarea familiar:

Se pide al grupo que durante las próximas semanas, platicuen sobre las cosas que como familia no han podido decirse antes, tomando como referencia lo que vieron en los dos anexos.

- Informar sobre la fecha de la próxima reunión.
- Aplicar evaluación de la sesión trabajada.
- Despedir al grupo.



## Sesión 3

### Manejo del estrés

El estrés es el “desgaste y deterioro” que experimentan nuestras mentes y cuerpos al tratar de enfrentarse con un medio ambiente siempre cambiante, lo que provoca una sensación de tensión y ansiedad. Algunas de las fuentes de estrés más comunes son: el trabajo, los hijos e hijas, el tráfico, las relaciones personales y nuestra situación económica. Siempre que nos sentimos ansiosos, tensos, cansados, asustados, exaltados o deprimidos, nos encontramos padeciendo estrés.

#### Objetivo:

La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: Que el grupo de madres y padres asistentes, reconozcan el concepto de “Estrés”; que identifiquen las situaciones estresantes de su vida cotidiana y las alternativas básicas para manejarlo adecuadamente, y lo apliquen en sus relaciones familiares.

#### Materiales:

- Exposición teórica “El Estrés”. (Anexo 3 Sesiones para Padres de familia).
- Técnica: Relajación “Respiración” (Anexo 4 Sesiones para Padres de familia).
- Música instrumental tranquila para la relajación. (Opcional).
- Lápices, rotafolio, cartulina.

#### 1.- Saludo (10 minutos).

Retroalimentación de la sesión anterior.

- Preguntar cómo les fue en la tarea de la sesión anterior.
- Invitar a todos a participar y se les recuerdan las reglas básicas para trabajar en el taller.
- Explicar el objetivo de la presente sesión.

#### 2.- Actividades (30 minutos).

De acuerdo al número de participantes puede organizarse subgrupos de trabajo para un mayor intercambio de experiencias.

- Iniciar pidiendo al grupo que comenten lo que entienden por “Estrés” y se registra en hojas de rotafolio, cartulina o pizarrón.
- Pedir a alguien del grupo que de lectura al texto “Manejo de Estrés” (Anexo 3 Sesiones para Padres de familia).
- Solicitar que comenten entre todos y anoten en una hoja, las principales ideas sobre la lectura.

Si son varios grupos, un ejercicio por cada uno.

- Pedir a alguien del grupo de lectura a las ideas principales que escribieron. Si son varios grupos, un representante por cada uno.

Técnica: técnicas de relajación de “respiración” (Esta técnica se realiza al terminar la sesión en la despedida) (Anexo 4 Sesiones para Padres de familia).

### **3.- Reflexión (10 minutos).**

Solicitar al grupo:

- Describir brevemente ¿qué es el estrés?
- Mencionar las principales fuentes de estrés.
- Opinar sobre la importancia de manejar adecuadamente el estrés en la familia.
- ¿Cómo podemos detectar los agentes estresantes?
- ¿Qué acciones conjuntas puede realizar la familia y la escuela para disminuir los niveles de estrés en los alumnos/as? (Mencionar 3 ejemplos).

### **4.- Despedida (10 minutos).**

- ¿Les gustó como trabajamos hoy?, ¿Qué aprendimos?
- Señalar que es importante que en el contexto de la familia se dé un entorno social amigable, ya que los individuos se benefician del contacto y comunicación con otras personas; reciben

retroalimentación para establecer metas y un sentido realista en su vida, así como información útil y ayuda práctica para resolver los problemas. La desintegración de estas redes sociales de apoyo amigables, hace al individuo más vulnerable a varias enfermedades crónicas relacionadas con el estrés.

- Además de que la familia constituye una fuente de apoyo, afecto y amor, el hogar puede ser también el lugar más probable donde los individuos, en especial las mujeres y los niños y las niñas, sufran diversos grados de abuso físico y emocional.

- Aplicación de la técnica de relajación “respiración” (Anexo 4 Sesiones para Padres de familia).

### **5.- Tarea familiar:**

En las siguientes semanas con la familia, tratar de identificar las fuentes de estrés y aplicar las herramientas básicas que conocieron en la sesión sobre el manejo y control adecuado del estrés.

Tratar de practicarlos en su relación cotidiana para que propicien una sana relación familiar.

Esforzarse en practicar las técnicas de relajación aprendidas y de modificar los malos hábitos que se tengan en familia (Por ejemplo: no comentar los sentimientos; no hablar; evadir los problemas y responsabilidades y malos hábitos alimenticios, entre otros), ya que estos son fuente importante de estrés o incluso en casos más severos propician conductas de alto riesgo o enfermedades crónicas.

- Informar sobre la fecha de la próxima reunión.

- Aplicar evaluación de la sesión trabajada.

- Despedir al grupo.

Hoy en día el manejo del estrés se ha vuelto en una necesidad para el ser humano, ya que se ha demostrado que la acumulación de éste puede alterar el estado emocional provocando un desequilibrio físico y psicológico de quienes lo padecen.

## Sesión 4

### Desarrollo del individuo

“Existe sobre la tierra un ser bípedo y cuadrúpedo, que tiene sólo una voz, y es también trípode. Es el único que cambia su aspecto de cuantos seres se mueven por tierra, aire o mar.

Pero, cuando anda apoyado en más pies, entonces la movilidad de sus miembros es mucho más débil” La esfinge de Tebas a Edipo, Edipo Rey, Aristófanes.

Como padres de familia es fundamental conocer y comprender las distintas etapas del desarrollo de las personas, ya que esto nos ayuda a explicarnos algunas conductas que presenten nuestros hijos e hijas junto con los conflictos que pueden presentar en cada periodo de su vida, además de proporcionarnos información sobre los episodios que están por vivir y cuál es la mejor manera de sobrellevar estos conflictos propios de su desarrollo.

#### **Objetivo:**

La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: Que el grupo de madres y padres participantes identifiquen las diferentes etapas por las que atraviesan los seres humanos en los distintos periodos del desarrollo; las características de cada periodo y las acciones que los padres y madres pueden fomentar en cada etapa evolutiva.

**Materiales:** ninguno.

- Exposición teórica sobre “Etapas del desarrollo del Individuo”. (Anexo 5 Sesiones para Padres de familia).

#### **1.- Saludo** (10 minutos).

Retroalimentación de la sesión anterior.

- Preguntar cómo les fue en la tarea de la sesión anterior.
- Invitar a todos a participar y se les recuerdan las reglas básicas para trabajar en la sesión.
- Explicar el objetivo de la presente sesión.

## **2.- Actividades (40 minutos).**

De acuerdo al número de participantes puede organizarse subgrupos de trabajo para un mayor intercambio de experiencias.

- Pedir a alguien del grupo que de lectura al texto sobre “Etapas del desarrollo del individuo”. (Anexo 5. Sesiones para Padres de familia).
- Solicitar que comenten entre todos y anoten en una hoja, las principales ideas sobre la lectura. (Si son varios grupos, un ejercicio por cada uno).
- Pedir que alguien del grupo de lectura a las ideas principales que escribieron. (Si son varios grupos, un representante por cada uno).
- Pedir al grupo que comenten cuantas etapas de desarrollo identifican en los miembros de su familia a fin de visualizar la diversidad de intereses y necesidades que requieren conciliar para una mejor convivencia familiar.

## **3.- Reflexión (10 minutos).**

### **Preguntar al grupo**

¿Para qué nos sirve conocer las etapas de desarrollo de nuestros hijos e hijas?

¿Cómo podemos detectar las diferentes necesidades que presentan los miembros de la familia en cada etapa o ciclo evolutivo?

¿Qué acciones se pueden realizar en caso de que las etapas por las que atraviesan los integrantes de la familia sean muy diversas? (Mencionar 3 ejemplos).

## **4.- Despedida (10 minutos).**

¿Les gustó como trabajamos hoy? ¿Qué aprendimos?

- Señalar que es importante tener claras las diferentes etapas por las que atraviesa el ser humano, ya que como formadores de nuestros hijos e hijas nos permite tener un contacto más cálido y nutricional en nuestra relación familiar; conscientes de ello es más fácil superar las crisis de cada etapa de desarrollo de nuestros hijos e hijas.

## 5.- Tarea familiar:

En las siguientes semanas con la familia, tratar de identificar las etapas por las que atraviesan sus hijos e hijas y los conflictos propios de ésta, a fin de encontrar la mejor manera de sobrellevarlos y considerar algunas de las alternativas de apoyo y comprensión, desarrolladas en estos talleres. No olvidar que es fundamental el apoyo de la familia en cada una de las etapas por las que atraviesa el ser humano, ya que en el hogar es donde se cultivan las relaciones más generosas, seguras, trascendentes y duraderas.

- Informar sobre la fecha de la próxima reunión.- Despedir al grupo.



## Sesión 5

### La familia

La familia es el grupo primario de pertenencia de los individuos. En su concepción más conocida, está constituida por la pareja y su descendencia.

En su forma más común es un compromiso de un hombre y una mujer para toda la vida, que alimentan, dan cobijo y cuidan de los hijos e hijas producto de esa relación, hasta que alcanzan su madurez.

La familia tiene un rol trascendental ya que no sólo transmite valores propios de la cultura donde se desarrolla, sino que también sirve para determinar los lineamientos que permiten interacción cotidiana de los miembros dentro de la sociedad.

#### **Objetivo:**

La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: que el grupo de madres y padres participantes identifiquen los procesos de colaboración y la relación de autoridad en la familia: para hacer, pensar, decidir y trabajar juntos. Motivar para la toma de conciencia de su rol, aceptando su capacidad y personalidad dentro de la familia.

Se busca fomentar en el participante una mejor comunicación con su grupo familiar utilizando estrategias asertivas.

#### **Materiales:**

- Exposición teórica sobre “La Familia”. (Anexo 6 Sesiones para Padres de familia).
- Hojas de rotafolio, cartulina, Hojas blancas

#### **1.- Saludo** (10 minutos).

Retroalimentación de la sesión anterior.

- Preguntar cómo les fue en la tarea de la sesión anterior.
- Invitar a todos a participar y se les recuerdan las reglas básicas para trabajar en la sesión.
- Explicar el objetivo de la presente sesión.

## **2.- Actividades (30 minutos).**

De acuerdo al número de participantes puede organizarse subgrupos de trabajo para un mayor intercambio de experiencias.

- Solicitar al grupo que expresen sus ideas sobre lo que entienden por “Familia”, problemáticas y dificultades más frecuentes de ésta y se registra en hojas de rotafolio, cartulina o pizarrón.
- Pedir a alguien del grupo que dé lectura al texto sobre “La familia” (Anexo 6 Sesiones para Padres de familia).
- Solicitar que comenten entre todos y anoten en una hoja, las principales ideas sobre la lectura. Si son varios grupos, un ejercicio por cada uno.
- Pedir a alguien del grupo de lectura a las ideas principales que escribieron. Si son varios grupos, un representante por cada uno.

### **Técnica “Papel arrugado”**

Pedir a cada uno de los participantes que dibuje un corazón en una hoja en blanco y que luego escriba dentro de éste, el nombre de las personas que más quiere y le importan: mientras lo escriben pensar en lo que ellas significan en nuestra vida.

Luego que terminen se les pide que lo arruguen (hagan una bolita con la hoja). Finalmente se les indica que la desarreguen y lo dejen tal cual estaba al principio... (Sin arrugas).

La reflexión se da en torno al resultado de la hoja... (Quedan marcas que no se pueden borrar fácilmente...) por lo que es importante pensar antes de actuar. Metafóricamente se hace referencia a que así como quedó la hoja, algunas veces en nuestras relaciones y con las personas que más queremos dejamos marcas que no se borran fácilmente y que dificultan nuestra relación familiar.

## **3.- Reflexión (10 minutos).**

### **Preguntar al grupo**

- ¿Qué opinión tienen sobre la importancia de desarrollar procesos de colaboración y la relación de autoridad: para hacer, pensar, decidir y trabajar juntos en la familia?

- ¿De qué forma podemos conocer, entender, motivar, participar en la dinámica familiar y tomar conciencia del rol familiar?
- ¿Qué acciones conjuntas puede realizar la familia y la escuela para fortalecer y comprender los cambios que pueden presentarse en la dinámica familiar actual? (Mencionar 3 ejemplos).

#### **4.- Despedida (10 minutos)**

¿Les gustó como trabajamos hoy?, ¿Qué aprendimos?

- Señalar que es importante que el tener claros los roles y las responsabilidades de cada uno de los miembros de la familia es fundamental para el desarrollo y formación completa para la vida.

Una buena relación familiar genera hijos e hijas felices, con una autoestima sana y, a su vez, favorece un desarrollo integral de los procesos biopsicosociales de los seres humanos.

#### **5.- Tarea familiar:**

En las siguientes semanas con la familia, tratar de ejercer los roles y responsabilidades de cada uno de los miembros de la familia, así como los procesos de colaboración y la relación de autoridad para: hacer, pensar, decidir y trabajar juntos en la familia, tratando de modificar o fortalecer una sana relación familiar.

- Informar sobre la fecha de la próxima reunión.
- Aplicar evaluación de la sesión trabajada.
- Despedir al grupo.

## Sesión 6

### Etapas de la familia

Es imprescindible que las familias puedan conocer y comprender las distintas etapas o ciclos por las que atraviesa y se viven como familia; como unidad social, la familia inicialmente está formada por una pareja (hombre-mujer).

Todas las parejas al enamorarse y unirse, quizá tengan una idea lejana de su futuro, pero ninguna conoce las circunstancias que pasarán durante su vida familiar. Es muy probable que si conocemos las características de cada etapa, que por lo general vivimos todas las familias, disminuirán los riesgos de desintegración familiar.

#### **Objetivo:**

La discusión del tema y las técnicas utilizadas buscarán: Que el grupo de madres y padres participantes identifiquen las diferentes etapas por las que atraviesan las familias, a fin de visualizar el futuro, y les permita hacer planes a corto, mediano y largo plazo con mayor confianza y seguridad, reconociendo que en cada etapa existen diferentes crisis vitales y/o circunstanciales propias del desarrollo de la familia.

#### **Materiales:**

- Exposición teórica sobre “El ciclo vital de la familia”. (Anexo 7 Sesiones para Padres de familia).
- “Ejemplo de línea de vida” -sólo para el Facilitador- (Anexo 8 Sesiones para Padres de familia).
- Hojas de rotafolio, lápices, lapiceros hojas blancas.

#### **1.- Saludo (10 minutos).**

Retroalimentación de la sesión anterior.

- Preguntar cómo les fue en la tarea de la sesión anterior.
- Invitar a todos a participar y se les recuerdan las reglas básicas para trabajar en la sesión.
- Explicar el objetivo de la presente sesión.

## **2.- Actividades (30 minutos).**

De acuerdo al número de participantes puede organizarse subgrupos de trabajo para un mayor intercambio de experiencias.

- Pedir que alguien del grupo de lectura al texto sobre “Las etapas de la familia” (Anexo 6 Sesiones para Padres de familia).
- Solicitar que comenten entre todos y anoten en una hoja, las principales ideas sobre el texto leído; si son varios grupos, un ejercicio por cada uno.
- Pedir que alguien del grupo de lectura a las ideas principales que escribieron. Si son varios grupos, un representante por cada uno.

### **Técnica: Línea de vida.**

Para esta técnica se les pide a los participantes que utilicen toda la hoja y tracen una línea de forma horizontal a la mitad de la hoja y en ella apunten por año las etapas por las que ha atravesado su familia, desde el noviazgo hasta la etapa actual; luego continuar la línea describiendo lo que creen o se imaginan que viene por vivir de la siguiente etapa. Por la parte superior de la línea anotar todos los eventos o acontecimientos positivos que han marcado a su familia a lo largo del tiempo, y por la parte de abajo anotar todos los eventos o acontecimientos negativos que también han marcado a su familia a lo largo del tiempo. Hacer lo mismo para la parte del futuro.

(Ver ejemplo Anexo 8 Sesiones para Padres de familia) Este anexo es sólo para el facilitador, para mostrarlo en caso de que alguien no comprenda la instrucción.

## **3. Reflexión (10 minutos)**

Sobre la técnica realizada (línea de vida) pedir a los participantes que hagan un análisis de las etapas vividas, a fin de reconocer que en cada etapa existen diferentes crisis vitales y/o circunstanciales propias del desarrollo de la familia; preguntar qué aprendizajes les dejaron dichas experiencias, para que traten de visualizar el futuro, que les permita hacer planes a corto, mediano y largo plazo con mayor confianza y seguridad para su familia.

## **4.- Despedida (10 minutos).**

¿Les gustó como trabajamos hoy?, ¿Qué aprendimos?

Señalar que es importante tener claras las etapas del ciclo vital de la familia, y que esto nos de solución que pueden presentarse en cada etapa, según el ciclo vital. Con ello, se disminuirán los riesgos que provocan la desintegración familiar, será más fácil la convivencia y podremos comprendernos mejor.

### **5.- Tarea familiar:**

En las siguientes semanas, tratar de llevar a cabo en familia (con la técnica realizada), las acciones encaminadas a la solución de las dificultades que enfrentan en la etapa que están viviendo actualmente y tratar de que esta alternativa sea lo más positiva y orientadas a la solución del problema, pero sobre todo actuar en comprensión de las circunstancias por las que atraviesa la familia en este momento.

- Aplicar evaluación de la sesión trabajada.
- Despedir al grupo con un mensaje corto.

La sociedad es un reflejo de las familias: lo que ocurra en las familias forzosamente se ve reflejado en la sociedad.

La primera sociedad que conocemos es nuestra propia familia, y si en esta existe una crisis de armonía dará como resultado un individuo poco tolerante.

La familia juega un papel protagonista en el desarrollo de las personas, no sólo porque garantiza la supervivencia física, sino también porque es dentro de ella donde se realizan los aprendizajes básicos que serán necesarios para el desenvolvimiento autónomo dentro de la sociedad.

Por lo tanto es importante reconocer las características y dificultades más frecuentes que se presentan dentro del núcleo familiar con el fin de buscar las posibles alternativas que mejoren a esta sociedad en la que los niños y niñas se desarrollan.

## Conclusiones

Con todo lo investigado se determina que la formación que se recibe en el preescolar no es vana e insignificante, como se cree, allí se pone de manifiesto y se desarrollan no solamente las habilidades intelectuales, sino además (lo que resulta más importante todavía), las capacidades de interrelación, sociabilidad y manejo de emociones que posee cada niño.

Por toda la información revisada se puede especificar que la autorregulación es la habilidad de un niño para controlar su comportamiento. Se desarrolla con el tiempo, e involucra muchos aspectos del desarrollo social, emocional y cognitivo. La autorregulación puede también ser considerada como la integración exitosa de la emoción (lo que siente un niño) y la percepción (lo que el niño sabe o puede hacer) que da como resultado un comportamiento apropiado.

Entre las edades de 3 a 5, los niños empiezan a entender las relaciones entre sus sentimientos y su comportamiento.

Esto significa que durante estos años, es crítico para los padres y los proveedores de cuidado ayudar a los niños a identificar e implementar las estrategias de autorregulación, como la práctica de esperar y nombrar las emociones, establecimiento de límites y expectativas del comportamiento.

En la edad preescolar tienen mayor control sobre sus impulsos, y empiezan a pensar antes de actuar

El niño forma parte de un sistema de relaciones que influyen en el desarrollo que se inicia en el hogar con sus padres y miembros de la familia, luego otros niños y adultos distintos, las relaciones en la escuela, y más tarde la comunidad en la que se desenvuelve, los niños de edad similar presentan un desarrollo equivalente, pero existen grandes diferencias individuales que incurren en su ritmo de desarrollo, por ello, los cambios o etapas pasan en una secuencia más o menos fija, pero el momento cronológico en que se dan varía de un niño a otro.

Si se concibe al ser humano como un producto de la interrelación entre la herencia y el medio ambiente en el que se desenvuelve, es importante prestar mucha atención al desarrollo integral del niño en el período preescolar. Las dificultades en los procesos cognoscitivos, perceptivos, de lenguaje, memoria y otros, conllevan problemas emocionales que repercuten en el proceso de socialización del niño.

Otro aspecto que es importante rescatar es que nuestra educación debe cambiar desde el ámbito social, político y personal.

No olvidemos que cada niño es diferente y su contexto de igual manera, es importante tomar en cuenta los motivos por los cuales se comportan de tal forma, todo a aquello que trabajemos para mejorar el aspecto emocional de los niños, se debe guiar al núcleo familiar y social en el que se desarrollan los menores, para que pueda mantenerse en la memoria por largos periodos de tiempo y no solo sea un aprendizaje a corto plazo.

Con lo anterior estaremos contribuyendo la formación de un ambiente de respeto para la infancia, favoreciendo un desarrollo y crecimiento intelectual y moral en las instituciones educativas evitando que niñas y niños lleguen a usar la agresión o la violencia como forma única de solucionar los conflictos, previniendo así consecuencias lamentables para la sociedad y sus individuos.

Así como es de mayor importancia inculcar en los niños principios y valores éticos para su desenvolvimiento futuro, de la misma forma, es vital que desde temprana edad aprendan a identificar, reconocer y controlar sus emociones sentimientos e impulsos, de manera que puedan forjar una personalidad emocionalmente equilibrada, con un razonamiento objetivo y con una capacidad para resolver problemas de manera inteligente. Y para lograr lo anterior se propone al juego como una de las estrategias que posibiliten el desarrollo de las diferentes competencias en la niña o niño.

Mediante el juego el niño y niña aprenden, reglas, se comunican, se relacionan, enriquecen su vocabulario y estructuran su pensamiento.

Todo juego implica una forma particular de comportarse de los que están jugando. Esta forma particular de comportamiento, va siendo aprendida desde el principio, como una norma de hacer y de decir que será el origen de la adquisición de las reglas sociales.

No olvidemos que las emociones forman la personalidad y esta determinará las relaciones sociales que entablemos durante nuestra vida, por ello es importante que como docentes nos actualicemos y consideremos al juego como parte fundamental en nuestro quehacer docente.

## Sugerencias

Debemos fortalecer los lazos de interacción entre los menores, explicando que es sustancial mantener relaciones de respeto con los miembros de nuestro grupo, ya sea la escuela, la familia y el trabajo.

Pero para ello será necesario tener en cuenta lo siguiente:

- Conocer el término emociones y cómo se desarrollan en los sujetos.
- Reconocer nuestras propias emociones.
- Hacer un estudio riguroso de la conducta de cada uno de los alumnos.
- Establecer reglas y normas de comportamiento desde el inicio de clases y ser reiterativo durante todo el año escolar.
- Organizar adecuadamente las clases para evitar tiempo de ocio.
- No se deben excluir a ningún alumno cualquiera que sea el motivo.
- Indagar sobre el entorno del niño.
- Conocer situaciones familiares.
- Debemos enseñar a los infantes a responsabilizarse de sus actos y no echarle la culpa a los demás.
- Predicar con el ejemplo.
- Modificar nuestra forma de hablarles a los niños y niñas.
- Respetar la personalidad de cada sujeto.

## Bibliografía

**Antología UPN** (2002) El niño preescolar: Desarrollo y aprendizaje

UPN México 96 pp.

**Berkowitz, M.** (2002) ¿Desarrollo moral o conducta moral?

México. Editorial McGraw-hill. 592 pp

**Hildebrand, Verna.** (2000) Fundamentos de Educación Infantil. Jardín de niños y preprimaria.

México. Editorial Limusa Noriega. 235 pp.

**Kohlberg, L.** (1989) “estadios morales y moralización”, en. El mundo social en la mente infantil.

Madrid. Editorial Alianza. 420 pp.

**Piaget, J.** (1967) El criterio moral en el niño.

Buenos Aires, Editorial Losada. 565 pp.

**Secretaría de Educación Pública,** Programa de Estudios 2011, Guía para la Educadora.

**Terry Faw.** 1984).Teoría y problemas de psicología del niño.

México. Editorial trillas 488 pp.

## **Direcciones electrónicas**

Mata Molina, F y Otros (2000). Emocionalmente Inteligente.

[http://es.wikipedia.org/wiki/Inteligencia\\_emocional](http://es.wikipedia.org/wiki/Inteligencia_emocional)

Grolnick, Bridges, Peter Salovey y Dr.Jhon Mayer: (1990). El modelo de inteligencia emocional

<http://www.slideshare.net/brvasquez1968/diagnostico-educativo>

Mined (2000). Diagnostico educativo San Salvador.

[http://es.wikipedia.org/wiki/Daniel\\_Goleman.](http://es.wikipedia.org/wiki/Daniel_Goleman)

Goleman, Daniel: (2001).*Inteligencia Emocional.* Editorial Kairós.

Ester Ato Lozano\*1, Carmen González Salinas2 y José Antonio Carranza Carnicero  
(2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia

*Psicología Evolutiva y de la Educación*

*Universidad de Murcia (España)*

<http://www.eumed.net/libros-gratis/2007c/306/que%20es%20un%20problema.htm>

Desarrollo estratégico para la investigación científica.

<http://www.materna./Inteligencia-Emocional-beneficiosnecesidad>

México, 2011

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI).

Año de actualización febrero 2012

Emergencia y desarrollo temprano de la autorregulación en niños preescolares

# **ANEXOS**

## ANEXO 1

### PERFIL GRUPAL Tabla 1

	NOMBRE DEL ALUMNO	ESTILOS DE APRENDIZAJE	DESARROLLO COGNITIVO	INTERESES	FORTALEZAS	DEBILIDADES	HABILIDADES
1	Blanco Romero Daniela	Visual	Operaciones concretas.	Pintar, dibujar, escribir letras, bailar. Leer imágenes en cuentos.	Es ordenada en sus trabajos.	Insegura ante los adultos, le falta expresarse.	Ser sociable, trabajar en equipo, saber respetar a los demás, aprender rápido y estudiosa.
2	Betanzos Preza Gabriel	Visual	Pre operacional.	Moldear, pintar y conversar con sus compañeros.	Ser amigable.	Miedo a equivocarse.	Interactuar con sus compañeros.
3	Betanzos Preza Patricio	Visual	Pre operacional.	Jugar, hablar constantemente y pintar.	Ser amigable.	Miedo a equivocarse, es nervioso. Y se deja llevar por sus compañeros.	Hacer muchos amigos.
4	Becerril Villavicencio Joshua	Visual Kinestésico	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, indagar, explorar tanto con su cuerpo como a través del lenguaje.	Participar en clase.	Le falta seguridad.	Construir, clasificar, observar, conocer el espacio y el tiempo.
5	Bocanegra Hernández Emiliano	Auditivo visual Kinestésico	Operaciones concretas.	Preguntar por lo que le rodea, por lo que escucha, le agrada realizar dibujos, no se queda con dudas.	Retener información y aplicarla en su vida diaria y hacer dibujos convencionales.	A jugar y hablar demasiado en clase.	Aprovecha cada momento para expresarse, tiene ideas asertivas, aprende rápido del mundo, es muy minucioso en todo lo que hace.
6	Chávelas Barrera Valeria	Visual	Operaciones concretas.	Estar acusando a sus compañeros, moldear con	Preguntar lo que desconoce.	Dejarse llevar por sus compañeros de forma negativa, estar llevando y	Es buena haciendo cosas manuales.

				plastilina.		trayendo información.	
7	Cortés Torres Aylin Yamilet	Visual	Operaciones concretas.	Baile, la música, por saber el porque de las cosas, no se queda con dudas.	Resolver problemas.	Baila, hacer amigos y aprender más.	Se expresa todo el tiempo, no tiene miedo de equivocarse.
8	Flores Haro Alexia Rubí	Visual	Operaciones concretas.	Terminar sus actividades, ser responsable con sus tareas que se le asignen.	Es ordenada y minuciosa en sus actividades.	El miedo a acusar a sus compañeros cuando la molestan.	Es muy dedicada y tiene control en sus impulsos, reconoce a sus compañeros.
9	García Areyin Derek	Auditivo	Operaciones concretas.	Recortar, pintar y expresar de forma verbal sus necesidades.	Participa y sabe hacer dibujos.	Molestar a sus compañeros, jugar sin límites, tiene impulsos agresivos y violentos.	Dibujar, hacer amigos rompe reglas, pelea cuando se siente que no le hacen caso.
10	García Cruztitla Hanna Malitzin	Visual y auditivo	Operaciones concretas.	Preguntar por lo que ve y escucha, desea aprender a leer.	Trabajar en equipo, organizar a sus compañeros y Participar en clase.	En ocasiones no tiene límites, se le dificulta la pronunciación de algunas palabras, pero si son entendibles.	Cambiar de estados de ánimo con facilidad.
11	García Osante Erick Said	Auditivo	Operaciones concretas.	Jugar en todo momento, y molestar a sus compañeros.	Retiene información.	No respetar a sus compañeros y sus pertenencias, rayar los trabajos de los demás.	Buena retención, a decir mentiras.
12	Giles García Margarita	Kinestésico	Pre operacional.	Molestar a sus compañeros, arrebatárles sus cosas, despeinarse.	No bajar la mirada y ver fijamente, como retando al otro.	No cuidar su persona y materiales de trabajo, así como morder la goma y lápices.	A mentir.
13	Godínez Díaz Brandon Uriel	Visual	Pre operacional.	A jugar en todo momento.	Saber hacer amigos.	El juego.	Hacer amigos.
14	González Mejía Héctor Alonso	Visual auditivo	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, indagar, explorar, pregunta por letras, desea leer.	Ordenado en sus trabajos, participativo se esmera en cada actividad, retiene información la aplica en sus actividades.	Tenerle miedo a sus compañeros que le pegan.	Es muy dedicada y tiene control en sus impulsos, reconoce a sus compañeros, resuelve problemas.

15	Gutiérrez Torres Miranda Mariel	Visual	Pre operacional	Por trazar, colorear, estar en la escolta y salir con su familia.	Ser paciente.	No expresarse.	Cuidado al medio ambiente.
16	Hernández Flores Carlos Jesús	Visual Auditivo Kinestésico	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, indagar, explorar, el deporte, trabajar en equipo y realizara sus trabajos con limpieza y orden.	Ordenado en sus trabajos, se esmera en cada actividad, retiene información la aplica en sus actividades, y participa.	No expresar lo que le molesta.	Es muy dedicada y tiene control en sus impulsos, resuelve problemas, respetuoso y es muy estudioso, se conoce así mismo y a los demás.
17	Hernández Olivares Ángel Gabriel	Visual	Pre operacional.	Jugara en su computadora.	Hacer amistades.	A molestar a sus compañeros, no trabajar en clase y dejarse llevar por los demás.	Dibujar, hacer amigos.
18	Leija Daniel Josué	Auditivo Kinestésico	Operaciones concretas.	Actividades físicas.	Participar, tener amigos.	Jugar sin respetar espacio, dejarse manipular.	Tiene retención.
19	Lucio Nájera Ángel Nicolás	Visual Auditivo	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, indagar, explorar tanto con el cuerpo como a través de la lengua que habla.	Ordenado en sus trabajos, se esfuerza en cada actividad, retiene información la aplica en sus actividades, y participa.	En ocasiones no tiene límites, y jugar sin límites.	Se expresa todo el tiempo, no tiene miedo de equivocarse.
20	Martínez Hernández Fabiana	Visual	Pre operacional.	Cantar, Bailar y manipular títeres.	A expresarse. Decir mentiras.	Llorar por no cumplir con su material.	Se expresa todo el tiempo, no tiene miedo de equivocarse, manipula a sus compañeras.
21	Martínez Martínez Juan Carlos	Kinestésico	Pre operacional.	Jugar.	Ser paciente.	Dejarse manipular por sus compañeros.	Ser sincero.
22	Méndez Martínez Belén	Visual	Pre operacional.	Las actividades físicas y los rompecabezas.	A decir mentiras.	Tiene impulsos agresivos y violentos. Se enfrenta, reta, necesita pelear.	Manipuladora, mentirosa.
23	Méndez Montiel Diego Eloy	Visual Auditivo y Kinestésico	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, indagar, explorar, los juegos de destrezas, la	Ordenado en sus trabajos, se esfuerza en cada actividad, retiene información la	Por la perfección en su trabajo, competir por ser el mejor.	Expresarse sin temor, entablar relaciones amistosas.

				ciencia.	aplica en sus actividades, y participa.		
24	Nájera Benavides Helen Samara	Visual y Kinestésico	Pre operacional.	Cantar, jugar y manipular masas.	Defender sus ideas.	No le gusta realizar las actividades.	Entusiasta en los juegos.
25	Parra Amaya Hugo Eduardo Atl	Auditivo, Visual y kinestesico	Pre operacional.	Armar rompecabezas, dibujar.	Tiene palabra de convencimiento ante sus compañeros.	Hace berrinche por todo, pelea con sus compañeros sin que le hagan nada, se tira al piso y no realiza sus actividades.	Cambiar de estados de ánimo.
26	Ramírez Pérez Diana Pamela	Visual	Pre operacional.	A los trazos con colores, rompecabezas.	Trabajo en equipo.	Insegura.	Aprende algunas cosas con facilidad, amigable, y cariñosa.
27	Ramírez Reyes Marco Adán	Visual Auditivo Kinestesico	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, indagar, explorar tanto con el cuerpo como a través de la lengua que habla, desea leer y pregunta por todas las letras y las traza.	Ordenado en sus trabajos, se esfuerza en cada actividad y participa.	Desconfiado, se esfuerza por realizar sus trabajos sin error, se exige en todo.	Se conoce así mismo y a los demás, respetuoso, amigable, tiene buena retención, le gusta el deporte y es disponible para el trabajo.
28	Rosas cruz Francisco Javier	Visual Auditivo y Kinestésico	Operaciones concretas.	Por actividades físicas. La pintura, juegos de destreza.	Ordenado en sus trabajos, se esfuerza en cada actividad, retiene información la aplica en sus actividades, cooperativo y participa.	Dejarse llevar por sus compañeros.	Resolver problemas, tiene buena retención, Le gusta el deporte, es bueno para las manualidades con plastilina.
29	Ruiz Olivares Cristian Emanuel	Visual Auditivo y Kinestésico	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, explorar	Interrelacionarse con los demás.	Distraerse con facilidad, dejarse llevar por sus compañeros.	Dibujar y retener la información de forma permanente.
30	Sánchez Olalde Zoe	Visual Auditivo y Kinestésico	Operaciones concretas.	Trabajo en equipo, bailar, cantar jugar,	Hacer dibujos.	Distraerse con facilidad.	Hacer amigos y manipularlos, ser líder.

	Fernanda			y estar en el patio.			
31	Soriano Miranda Miguel Ángel	Visual y Kinestésico	Pre operacional.	Rompecabezas, jugar en el salón.	Hacer actividades motoras.	Tiene impulsos agresivos y violentos. Se enfrenta, reta, necesita pelear y medir su fuerza; es competitivo.	A mentir.
32	Varela Solares Viviana Ivonne	Visual y Kinestésico	Pre operacional.	Colorear.	Empeñarse por sus trabajos.	Ser callada.	Hacer muñequitos con la masa.
33	Luis	Visual Auditivo y Kinestésico	Operaciones concretas.	Por saber, conocer, indagar, explorar y mejorar sus actividades.	Retiene información la aplica en sus actividades, cooperativo mentiroso y participa en clase.	Tiene impulsos agresivos Se enfrenta a sus compañeros, necesita pelear y medir su fuerza; es competitivo.	Retiene información, hacer ejercicio, a decir mentiras, aprende rápido.
34	Jiménez de la Cruz Alejandro	Kinestésico y Visual.	Pre operacional.	Por el juego.	A decir mentiras.	Su pronunciación no es clara, es impulsivo se desespera con facilidad, no cuida su persona y pertenencias.	A mentir con facilidad.
35	Mendoza Palma Naomi	Visual y Kinestésico	Pre operacional.	Trabajo en equipo, colorear, cantar y bailar.	Ser cooperativa, amigable y risueña.	Su pronunciación no es clara.	Se conoce así mismo y a los demás, respetuosa, amigable, y es disponible para el trabajo.

# Situaciones didácticas para niños y niñas



# ANEXO 1

## NORMAS DE CLASE



CUIDO EL COLE Y EL MATERIAL



LEVANTO LA MANO SI NECESITO HABLAR, PARA QUE TODOS PODAMOS ESCUCHAR NOS



CUELGO EL ABRIGO Y LA MOCHILA



UTILIZO LAS PALABRAS "GRACIAS" Y "POR FAVOR"



RECONOZCO QUE A VECES ME EQUIVOCO Y PIDO DISCULPAS



HABLO SIN GRITAR



ME DESPLAZO EN ORDEN



ATIENDO CUANDO LOS DEMÁS HABLAN



COMPARTO



TRABAJO EN SILENCIO



USO LA PAPELERA



ME SIENTO BIEN Y COLOCO MI SILLA.



RECOJO LOS MATERIALES DE TRABAJO

## ANEXO 2

### BAILANDO CON GLOBOS

Por parejas se colocan los niños, llevamos un globo atado al pie. Tenemos que intentar explotar el globo de los compañeros/as sin que exploten el nuestro.

-Hay que explotar los globos del mismo color que el nuestro.

En caso de que no sea capaz de explotar el globo (miedo, poca fuerza), será el miembro de la pareja quien lleve el globo,

Los miembros de una pareja no pueden soltarse de la mano



## ANEXO 3

### ¡A PISAR LA CUERDA!

Cada niño se coloca en la parte de atrás del pantalón una tira de papel a modo de cola. A una señal intentarán pisar la cola de sus compañeros.

(NORMAS)

- Cola de león: llevarán en el extremo un pañuelo atado que permita pisar la cola con mayor facilidad.
- Distintos tipos de cola (por colores), de tal manera que sólo puedan pisar las del mismo color.
- Pueden recuperar la cola mediante una acción determinada.
- Echar las colas robadas en un cubo común del que se podrán recuperar.
- Parejas para el ciego.
- Por equipos: puede prestarse una cuerda a un compañero.
- Puede protegerse la cuerda de un compañero. (Posición).



## ANEXO 4

### LOS DOS AMIGOS

Es un lugar maravilloso. Me encanta despertar y oír cantar a los pájaros, dijo Peter.

A mí, me fascina oler el perfume de las flores y que el viento me sople en la cara, aseguró Lowin. Así iniciaban todas las mañanas de primavera para el oso Lowin y el zorro Peter. Ambos se tendían sobre el abundante pasto verde a descubrir las formas divertidas que se hacen con las nubes.

Desde muy pequeños, Lowin y Peter son amigos. Se conocieron en un soleado y colorido día de primavera. El astuto Peter cazaba insectos entre las flores, mientras que Lowin comía plantas muy cerca de donde se encontraba el zorro.

De repente, Peter descubrió una mariposa y estaba decidido a atraparla. Se colocó en posición de ataque y cuando saltó para agarrarla, chocó con Lowin.

- Auchhhhh, ¿Qué haces?, me lastimaste - dijo el oso.

- Disculpa, no era mi intención, intentaba capturar una mariposa, pero la muy astuta se me escapó - contestó Peter.

- Ahhhhhh, bueno no hay problema. Me llamo Lowin y ¿tú cómo te llamas?

- Peter, pero ¿vives en esta montaña? Nunca antes te había visto...

De esta manera, se inició una larga conversación entre estos dos cachorros, y desde entonces, son los mejores amigos. Ahora son unos inquietos adolescentes en busca de las más divertidas aventuras. Un día de primavera, Peter le propuso a Lowin iniciar una aventura en los gallineros del granjero Jorge. A Peter le encantaba asustar a las gallinas.

- Está bien, acepto, - dijo el oso-, pero con una condición.

- ¿Cuál? - Preguntó el zorro.

- Después de jugar nos vamos a la laguna a darnos un refrescante baño.
- Trato hecho. Enseguida Peter empezó a planear cómo entrarían al gallinero. Tomó una ramita y sobre la tierra comenzó a dibujar un mapa para explicarle a Lowin de qué manera trabajarían en equipo para no dejar escapar a ninguna gallina y darles un buen susto.
- Yo soy más pequeño y delgado, voy a entrar cuidadosamente al lugar donde las gallinas duermen. Y tú, como eres más grande, te quedarás afuera esperando que las gallinas salgan. Justo en ese momento, empezamos a corretearlas por toda la granja, dijo el zorro. El oso asintió y de inmediato pusieron su plan en marcha.

A la cuenta de tres, tanto Peter como Lowin se pusieron en acción. Al cabo de unos segundos, empezaron a salir las gallinas. Mientras tanto, afuera del gallinero se encontraba Lowin, esperando para correr detrás de las pequeñas aves. Al cabo de unos segundos, el zorro y el oso se encontraban corriendo de un lado a otro, cuidándose de no dejar escapar a ninguna gallina.

Casi cumplieron su misión, cuando repentinamente los sorprendió el granjero Jorge. Jorge, un señor gordo, alto y un poco gruñón, se montó en su tractor y comenzó a corretear a Peter y a Lowin por toda la colina. El zorro y el oso casi se dan por vencidos, pero después de tanto correr, encontraron un escondite. Allí, estuvieron unos minutos. Cuando se aseguraron que Jorge se había marchado, salieron.

- Peter, siempre tus ideas terminan metiéndonos en problemas. Pasamos un buen susto.
- Sí, sí, ya lo sé. Pero fue divertido, admítelo.
- Tienes razón.

Estos intrépidos amigos dejaron escapar una larga carcajada. De camino a la laguna, ya se encontraban planeando la aventura del siguiente día. Peter y Lowin disfrutaban al máximo de los días de primavera, su estación del año preferida. Y tal como habían acordado antes de iniciarse en la divertida persecución de las gallinas, se dirigieron hacia la laguna a darse un divertido y relajante baño. *FIN*

Autor: Ángel Echegaray.

## ANEXO 5

### UN MAL DÍA

1. María y su familia.
2. María enojada, su mamá le jala el pelo al peinarla.
3. María enojada con el cepillo de dientes en la mano.
4. El hermano empuja a María (enojada) para salir antes que ella.
5. La maestra no hace caso a María (enojada).
6. María enojada porque un compañero le tira la pintura sobre su trabajo.
7. María enojada jaloneándose un juguete con un compañero.
8. María se duerme mal acomodada en su cama.



## ANEXO 6

### Canción

#### EL ROBOT

¿Quién eres tú?

Yo soy tu robot.

Muy inteligente.

Con ojos de vidrio.

Que miran a la gente.

Que prenden y apagan.

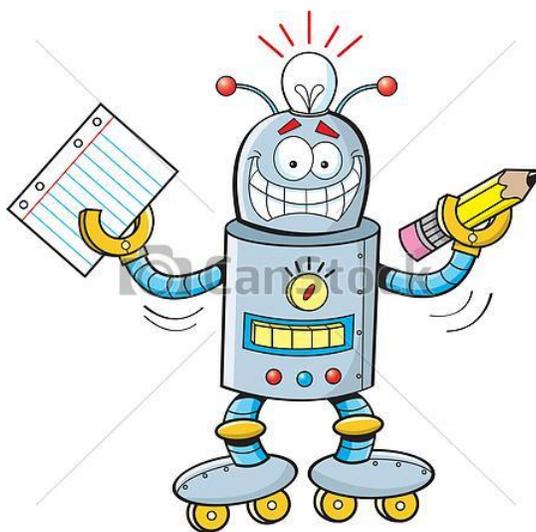
Luces de colores.

Que mueven sus

Brazos en todas direcciones:

Arriba, abajo, al frente, a los lados,

Cruzados, callados.



© Can Stock Photo - csp11341530

# Sesiones para Padres de familia.



## ANEXO 1

### La comunicación.

Ejercicio “Yo mensaje”.

Una manera de decir lo que pensamos, sentimos y necesitamos, sin que las demás personas sientan que les estamos reclamando o echando la culpa de algo es la siguiente:

1. Comenzar diciendo cómo nos sentimos, por ejemplo:

Me siento triste, me duele que....

2. Hablar sobre lo que la otra persona o personas hacen en particular y que nos provoca ese sentimiento:

*Cuando* te platico algo que me pasa, tú te pones a hacer otra cosa.

3. Tratar de explicar o decir por qué lo que hace o hacen otras personas nos provoca ese sentimiento:

Porque siento que no te importa lo que me pasa, que no tengo nada interesante que contar...

4. Por último, decir lo que necesitamos o queremos:

Me gustaría que cuando te cuente algo me hagas caso y platiquemos.

También puede servir para expresarnos cuando algo nos ha hecho sentir bien, lo siguiente:

Me siento muy contenta cuando todos participan y colaboran en los trabajos de la casa....

Porque siento que se interesan en mejorar la relación familiar....

Me gustaría que siguiéramos así, esforzándonos para llevarnos mejor....

Ejercicio: Pedir a cada padre o madre de familia, que siguiendo los pasos anteriores, le diga a otro, algo que hasta este momento no ha podido expresar. Puede repetirse el ejercicio cuantas veces se crea necesario (pueden ser cosas tanto positivas como negativas).

Me siento: \_\_\_\_\_

Cuando tú: \_\_\_\_\_

Porque: \_\_\_\_\_

Y me gustaría que: \_\_\_\_\_

Si nadie se anima a participar, pedir que se haga el ejercicio imaginándose que se encuentran en alguna de las siguientes situaciones:

Siempre que quieres opinar algo en las reuniones de la escuela, o de la familia, alguien más interrumpe para opinar y no permite terminar lo que está diciendo.

Cuando llegan visitas a la casa, alguien de la familia empieza a decir todos los defectos que tienes o las cosas que haces mal.

Entre toda la familia te consiguió el regalo de cumpleaños, algo que querías desde hacía tiempo



## ANEXO 2

### La comunicación.

“La lengua es un miembro pequeño, pero se jacta de grandes cosas. He aquí, ¡cuán grande bosque enciende un pequeño fuego!” (Apóstol Santiago, 3:5).

Ejercicio “Para comunicarnos mejor”.

*SI AYUDA      NO AYUDA*

Mirar a la persona con la que se está hablando, cuidando que la posición de nuestro cuerpo exprese que estamos poniendo atención

Permitir que la otra persona termine de hablar, sin interrumpirla.

Tratar de no pensar en otras cosas, mientras la otra persona está hablando, ni distraernos con lo que esté sucediendo alrededor.

Intentar decir con nuestras palabras lo dicho por la otra persona, para comprobar que estamos entendiendo bien. Por ejemplo: “o sea, que cuando tú fuiste a...”

Hacer preguntas que ayuden a la persona que está hablando a expresarse más claramente. Por ejemplo: ¿qué quieres decir con...?

Evitar criticar lo que la otra persona está diciendo.

Cuando se tengan diferentes opiniones empezar a ceder (negociar) para que la otra persona también lo haga y se pueda llegar a un acuerdo.

Controlar las emociones que no nos ayudan a comunicarnos (enojo, impaciencia o desesperación), y si no es posible en ese momento dejar la conversación dejarla para cuando nos hayamos calmado.

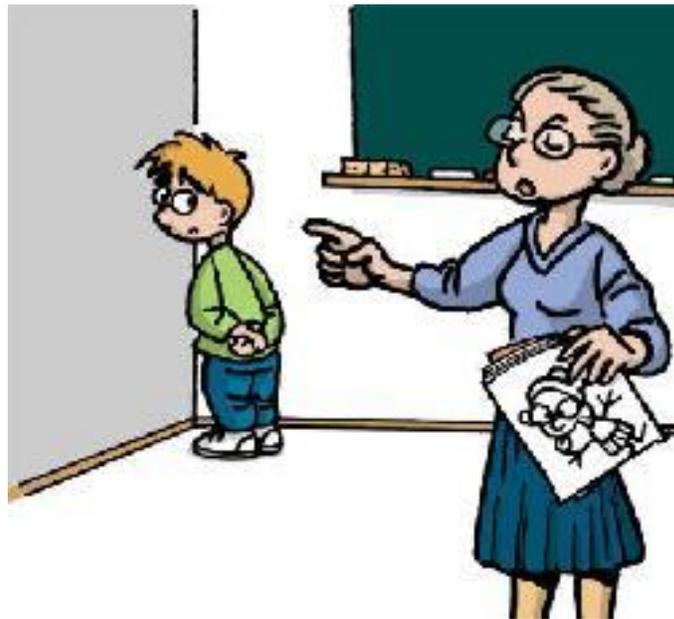
Interrumpir o ignorar lo que está platicando.

Hablar de otras cosas o distraerse.

Hablar cuando estamos enojados o alterados.

Tomar lo que nos dicen como un ataque personal.

Utilizar palabras ofensivas.



## ANEXO 3

### Manejo de estrés.

#### “El Estrés”.

Estrés (del inglés stress, ‘tensión’) es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante. El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia; no obstante hoy en día se confunde con una patología en ciertas formas de vida, ya que, cuando esta respuesta natural se da en exceso, se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano. Algunos ejemplos son los olvidos (incipientes problemas de memoria), alteraciones en el ánimo, nerviosismo y falta de concentración, entre otros síntomas.

#### Síntomas del estrés

El efecto que tiene la respuesta del estrés en el organismo es profundo:

Y puede producir diversas patologías (trombosis, ansiedad, depresión, inmunodeficiencia, dolores musculares, insomnio, trastornos de atención, diabetes, etc.)

#### Factores desencadenantes del estrés

Los llamados estresores o factores estresantes son las situaciones que desencadenan el estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo.

Hay cuatro tipos de acontecimientos estresantes:

Los estresores únicos: hacen referencia a cataclismos y cambios drásticos en las condiciones del entorno de vida de las personas y que, habitualmente, afectan a un gran número de ellas.

- Los estresores múltiples: afectan sólo a una persona o a un pequeño grupo de ellas, y se corresponden con cambios significativos y de transcendencia vital para las personas.

- Los estresores cotidianos: se refieren al cúmulo de molestias, imprevistos y alteraciones en las pequeñas rutinas cotidianas.
- Los estresores biogénicos: son mecanismos físicos y químicos que disparan directamente la respuesta de estrés sin la mediación de los procesos psicológicos. Estos estresores pueden estar presentes de manera aguda o crónica y, también, pueden ser resultado de la anticipación mental acerca de lo que puede ocurrir en el futuro.

Existen diversos tipos de estrés.

Estrés postraumático: Una variación del Estrés, es el Trastorno por Estrés Postraumático (TEPT) es un desorden debilitante que a menudo se presenta después de algún suceso aterrador por sus circunstancias físicas o emocionales, un trauma (accidente de tránsito, robo, violación, desastre natural, entre otros). Este acontecimiento provoca que la persona que ha sobrevivido al suceso tenga pensamientos y recuerdos persistentes y aterradores de esa experiencia. Puede ocurrir en personas que han vivido la amenaza, la han presenciado o han imaginado que podría haberles pasado a ellas. El TEPT se puede dar en todas las edades, siendo los niños y las niñas una población muy vulnerable para este trastorno

Estados de adaptación: Selvé, describió el síndrome general de adaptación como un proceso en tres etapas: alarma de reacción, cuando el cuerpo detecta el estímulo externo; adaptación, cuando el cuerpo toma contramedidas defensivas hacia el agresor; agotamiento, cuando comienzan a agotarse las defensas del cuerpo.

El estrés puede contribuir, directa o indirectamente, a la aparición de trastornos generales o específicos del cuerpo y de la mente.

El estrés de trabajo: Se puede definir como un conjunto de reacciones nocivas, tanto físicas como emocionales, que concurren cuando las exigencias del trabajo superan las capacidades, los recursos o las necesidades del trabajador. El estrés de trabajo puede conducir a la enfermedad psíquica y hasta física.

Aunque la presencia de determinados niveles de estas hormonas es de gran importancia para el adecuado funcionamiento de nuestro cerebro, el exceso de puede producir alteraciones en

distintas estructuras cerebrales, especialmente en el hipotálamo, estructura que juega un papel crítico en muchos procesos de aprendizaje y memoria.

### **Formas de combatir el estrés:**

Para combatir el estrés se suelen recomendar los ejercicios respiratorios. El objetivo es ejercer un control voluntario sobre la respiración de manera que la utilicemos como calmante cuando nos abrumen las situaciones de estrés. Está demostrado que una respiración adecuada tiene un efecto calmante sobre la persona que está sometida al estrés.

Otra de las alternativas que se recomiendan también para combatir el estrés, es la adquisición de hábitos alimenticios sanos, ya que según los especialistas ésta tiene un impacto directo sobre el funcionamiento integral del organismo, que influye en la respuesta al estrés y señalan que muchas enfermedades comunes y sus síntomas pueden ser prevenidos o aliviados con una buena nutrición.

“Manejar adecuadamente el estrés se ha convertido en una necesidad de primer orden, ya que se ha demostrado que la acumulación de eventos estresantes puede terminar perturbando el equilibrio físico y psicológico, de quienes lo padecen”.



## ANEXO 4

### Técnica: Relajación “Respiración”.

Se pide al grupo que permanezcan sentados y busquen una posición cómoda, se les pondrá música para comenzar el ejercicio: con voz tranquila y pausada, se comienza a narrar al grupo lo siguiente.

Busque la mejor postura.

- Trate de estar tranquilo y relajado.
- Trate de olvidarse de sus pensamientos y concentrarse en su respiración.
- Mientras esto ocurre, trate de que su respiración sea lenta y profunda
- Relaje su cuerpo.
- Trate de cerrar los ojos y de centrarse solo en su respiración.

Mientras continúa respirando tranquilamente, trate de seguir el aire que entra por su nariz y recorre todo su cuerpo, de arriba hacia abajo y como este sube nuevamente y sale con la exhalación.

- Deje deslizar sus pensamientos, y mientras eso ocurre, imagine que el aire que entra por su nariz es de una luz agradable y brillante y trate de ver como esta luz ilumina su interior.

Deténgase un momento para que esta sensación invada su interior, mientras sigue respirando tranquilamente y a su propio tiempo y ritmo.

- En este momento recuerde un poco las olas del mar.
- Imagínese sus pulmones, la manera en que están hechos.
- Imagínelos como 2 grandes esponjas, que se dilatan y contraen mientras infunden una sensación de tranquilidad y serenidad en todo el cuerpo (pausa de 10 segundos)
- Cada vez que respira es como si junto con el aire que sale de usted salieran también las preocupaciones y la ansiedad.

- Y cuando inhala el oxígeno que entra viniera acompañado de energía y vitalidad, de optimismo y energías positivas que llegan a todos los rincones de su cuerpo. (Esperar 10 segundos)
- Trate ahora de conservar esa sensación de tranquilidad en su interior.
- Recuerde que cada que lo necesite, Usted puede regresar a este momento y experimentar nuevamente esta sensación de tranquilidad.

Ahora en ese estado tranquilo y relajado, abra los ojos sintiéndose revitalizado y feliz. Pero sobre todo libre de estrés.

**Preguntar:** ¿cómo se sintieron?: Se dan unos minutos para que los participantes se estiren, bostecen y estén alertas, mientras se responde a esta pregunta. (Se termina el ejercicio)

© Psic. P. M. E. Roxana Gómez 2011.



## ANEXO 5

### Desarrollo del individuo.

"El hombre es algo para ser mejorado, una cuerda tendida entre la bestia y el superhombre".

Friedrich Wilhelm Nietzsche.

Exposición teórica sobre "Etapas del desarrollo del Individuo".

(Teoría psicosocial de Erik Erikson)

Este autor elaboró una Teoría sobre el desarrollo de la personalidad a la que denominó "Teoría psicosocial". En ella describe ocho etapas del ciclo vital o estadios psicosociales (crisis o conflictos en el desarrollo de la vida, a las cuales han de enfrentarse las personas):

**1. Confianza Básica vs. Desconfianza.** (Desde el nacimiento hasta aproximadamente los 18 meses). Es la sensación física de confianza. El bebé recibe el calor del cuerpo de la madre y sus cuidados amorosos.

Se desarrolla el vínculo que será la base de sus futuras relaciones con otras personas importantes; es receptivo a los estímulos del ambiente, es por ello sensible y vulnerable a las experiencias de frustración *son* las experiencias más tempranas que proveen aceptación, seguridad, y satisfacción emocional y están en la base de nuestro desarrollo de individualidad. Depende entonces del sentimiento de confianza que tengan los padres y madres en sí mismos y en los demás, el que lo puedan reflejar en sus hijos e hijas.

**2. Autonomía vs. Vergüenza y Duda** (desde los 18 meses hasta los 3 años aproximadamente).

Esta etapa está ligada al desarrollo muscular y de control de las eliminaciones del cuerpo. Este desarrollo es lento y progresivo y no siempre es consistente y estable, por ello el bebé pasa por momentos de vergüenza y duda.

El bebé inicia a controlar una creciente sensación de afirmación de la propia voluntad de un yo naciente, se afirma muchas veces oponiéndose a los demás. El/la niño/a empieza a

experimentar su propia voluntad autónoma experimentando fuerzas impulsivas que se establecen en diversas formas en la conducta del/la niño/a, y se dan fluctuando entre la cooperación y la terquedad, las actitudes de los padres y madres y su propio sentimiento de autonomía son fundamentales en el desarrollo de la autonomía del/la niño/a. Éste establece su primera emancipación de forma tal que en posteriores etapas repetirá esta emancipación de muchas maneras.

### **3. Iniciativa vs. Culpa** (desde los 3 hasta los 5 años aproximadamente).

La tercera etapa de la Iniciativa se da en la edad del juego, el/la niño/a desarrolla actividad, imaginación y es más enérgico y locuaz, aprende a moverse más libre y violentamente, su conocimiento del lenguaje se perfecciona, comprende mejor y hace preguntas constantemente; lo que le permite expandir su imaginación. Todo esto le permite adquirir un sentimiento de iniciativa que constituye la base realista de un sentido de ambición y de propósito. Se da una crisis que se resuelve con un incremento de su sensación de ser él mismo. Es más activo y está provisto de un cierto excedente de energía, es posible ocuparse de qué es lo que se puede hacer con la acción; descubre lo que quiere hacer junto con lo que es capaz de hacer.

A) La intrusión (intromisión) en el espacio mediante una locomoción (marcha) vigorosa.

B).-La intrusión en lo desconocido por medio de una curiosidad grande.

C).-La intrusión en el campo perceptual de los demás.

D).-Fantasías sexuales, (Los juegos en esta edad tienen especiales connotaciones simbólicas sobre aspectos sexuales).

Respecto de esto último, el/la niño/a posee una genitalidad rudimentaria y tiene muchas veces sentimientos de culpa y temores asociados a ello.

### **4. Laboriosidad vs. Inferioridad** (desde los 5 hasta los 13 años aproximadamente).

Es la etapa en la que el/la niño/a comienza su instrucción preescolar y escolar, el/la niño/a está ansioso por hacer cosas junto con otros, de compartir tareas, de hacer cosas o de planearlas, y ya no obliga a los demás niños ni provoca su restricción. Posee una manera

infantil de dominar la experiencia social experimentando, planificando, compartiendo. Llega a sentirse insatisfecho y descontento con la sensación de no ser capaz de hacer cosas y de hacerlas bien y aún perfectas. El sentimiento de inferioridad, le hacen sentirse inferior psicológicamente, (ya sea por su situación económica- social, por su condición "racial") o debido a una deficiente estimulación escolar, pues es precisamente la institución escolar la que debe velar por el establecimiento del sentimiento de laboriosidad.

## **5. Búsqueda de Identidad vs. Difusión de Identidad** (desde los 13 hasta los 21 años aproximadamente).

Se experimenta búsqueda de identidad y una crisis de identidad, que reavivará los conflictos en cada una de las etapas anteriores; los padres y madres de los adolescentes se verán enfrentando situaciones nuevas que serán un nuevo reto para su misión orientadora.

Son características de identidad del adolescente:

La Perspectiva Temporal, orientación en el tiempo y en el espacio.

La Seguridad en Sí Mismo.

La Experimentación con el Rol, énfasis en la acción.

El Aprendizaje; interés por el contacto con el medio ambiente y una estrategia del aprendizaje vital.

Polarización Sexual: Adecuado grado de desarrollo del propio interés sexual.

Liderazgo y Adhesión: Adecuada integración al grupo de "pares".

El Compromiso Ideológico, orientación valorativa y participación en el ambiente.

## **6. Intimidad frente a aislamiento** (desde los 21 hasta los 40 años aproximadamente).

La intimidad supone la posibilidad de estar cerca de otros, ya que se tiene un sentimiento de saber quién eres, no tienes miedo a "perderte" a ti mismo, como presentan muchos adolescentes; el joven adulto ya no tiene que probarse a sí mismo. A esta dificultad se añade que nuestra sociedad tampoco ha hecho mucho por los adultos jóvenes. La tendencia mal

adaptativa que Erikson llama promiscuidad, se refiere particularmente a volverse demasiado abierto muy fácilmente, sin apenas esfuerzo y sin ninguna profundidad o respeto por la intimidad.

**7. Generatividad** (crear, generar) frente a estancamiento (desde los 40 hasta los 60 años aproximadamente). La tarea fundamental aquí es lograr un equilibrio apropiado entre la productividad y el estancamiento; la productividad es una extensión del amor hacia el futuro.

Tiene que ver con una preocupación sobre la siguiente generación y todas las demás futuras: la crianza de los hijos e hijas, la enseñanza, la escritura, la inventiva, las ciencias y las artes; el activismo social complementan la tarea de productividad. En definitiva, cualquier cosa que llene esa “vieja necesidad de ser necesitado”, el estancamiento, por otro lado, es la “auto-absorción”; al no cuidar de nadie, personas tratan de ser tan productivas que llega un momento en que no se pueden permitir nada de tiempo para sí mismos, para relajarse y descansar. Al final, estas personas tampoco logran contribuir algo a la sociedad. Esta es la etapa de la “crisis de la mediana edad” se pregunta “¿Qué estoy haciendo aquí?”.

**8. Integridad frente a desesperación** (desde aproximadamente los 60 años hasta la muerte).

Esta última etapa, la delicada adultez tardía o madurez. La tarea primordial aquí es lograr una integridad con un mínimo de desesperanza. Primero ocurre un distanciamiento social, desde un sentimiento de inutilidad existe un sentido de inutilidad biológica, debido a que el cuerpo ya no responde como antes, junto a las enfermedades, aparecen las preocupaciones relativas a la muerte.

Los amigos mueren, los familiares también, parece que todos debemos sentirnos desesperanzados; como respuesta a esta desesperanza, algunos mayores se empiezan a preocupar por el pasado. La integridad yoica significa llegar a los términos de la vida. La tendencia mal adaptativa es llamada presunción. Cuando la persona “presume” de una integridad yoica sin afrontar de hecho las dificultades de la senectud.

## ANEXO 6

### Familia

La familia es la organización más importante de la sociedad. Para entender esta realidad, es necesario estudiar a la familia y las situaciones que en ella se dan, como es el poder, la intimidad, la autonomía, la confianza y la habilidad para la comunicación, que son partes vitales y que fundamentan nuestra forma de vivir en el mundo.

Así, para cambiar al mundo tenemos que cambiar a la familia.

#### Tipos de Familia

**Familia nuclear o elemental:** Es la unidad básica que se compone de un hombre y una mujer e hijos e hijas.

Estos últimos pueden ser la descendencia biológica de la pareja o miembros adoptados por la familia.

**Familia extensa o consanguínea:** Es más de una unidad nuclear, que se extiende a dos o más generaciones de vínculos de sangre

**Familia monoparental:** Se constituye con la presencia de uno de los padres y madres y sus hijos e hijas. Ya sea por muerte, divorcio o abandono, y el progenitor que queda asume todas las responsabilidades.

**Familia mixta:** Donde los hijos e hijas son criados por padrastros, padres adoptivos, sustitutos; o una familia institucional, en la que grupos de adultos se encargan de la crianza de grupos de niños, como es el caso de instituciones, o familias extendidas.

**Familia compuesta:** Donde la familia se integra de una pareja donde ambos han tenido hijos e hijas de anteriores relaciones y procrean hijos e hijas en esta nueva relación.

Independientemente del tipo de familia de que se trate, la tarea educativa es enorme y sobrepasa en distintos aspectos los límites y posibilidades de la familia, por lo que en algunas ocasiones se puede recurrir a otras instituciones educativas. Sin embargo, una opción es buscar el apoyo con algunos profesionales para completar la tarea educativa, y otra es el

descargar en ellos la responsabilidad de la educación de los hijos e hijas. El abandono de estas responsabilidades por parte de la familia acarrea la progresiva pérdida de identidad familiar y de valores en los hijos e hijas.

Dentro de la familia los seres humanos debemos de comprender, valorar y desarrollar varias virtudes como el ser leales y sinceros consigo y con los demás; ser amorosos y bondadosos con nosotros y con quienes nos rodean.

En este sentido la familia deberá buscar la manera de formar personas que vivan con amor, que estén dispuesta a correr riesgos, a ser creativas, a competir y a cambiar cuando la situación así lo amerita; este tipo de personas siempre encontrarán medios para adaptarse a cosas nuevas y distintas, conservando la parte útil de su antigua personalidad y desechando lo que no sirve.

En la vida de todas las familias siempre encontramos los siguientes aspectos:

- Los sentimientos e ideas que el individuo tiene de sí mismo, (autoestima).
- Los métodos que utilizan las personas para expresar sus ideas a los demás, (comunicación).
- Las reglas que usan los individuos para normar sus acciones como miembros de la sociedad.

Es importante reconocer que en la mayoría de las familias existen problemas entre sus integrantes, (en algunas más que en otras), y el motivo de estos problemas pueden obedecer a las siguientes causas.

- Autoestima disminuida.
- Comunicación indirecta, vaga y poco sincera.
- Reglas rígidas, poco amorosa, fijas e inalterables.
- Un líder de familia que es enlace con la sociedad, temeroso y autoritario.

Para enfrentar y atenuar estos problemas familiares, es necesario encontrar algunas formas de cambio; los cambios dependen de nuevos aprendizajes, de nuevos conocimientos y una nueva conciencia, de allí que la familia deberá de aprender a conocer que:

- Cada persona tiene un sentimiento de valía, positivo o negativo.
- Toda persona tiene la necesidad de comunicarse.
- Toda persona debe obedecer a ciertas reglas.
- Toda persona tiene un enlace con la sociedad.

Tomado de: Antología de lecturas: CTSV. Compiladores:

Blanca L. Villaseñor P. y Antonio Pola García.



## **ANEXO 7**

### **El ciclo vital de la familia.**

El ciclo vital familiar es un proceso de desarrollo el que consiste en atravesar una serie de etapas que implican cambios y adaptaciones. Estos cambios pueden provocar crisis, de menor y mayor intensidad en el núcleo familiar, puesto que al pasar de una etapa a otra las reglas de la familiar cambian, provocando en el sistema familiar situaciones adversas como es la separación de uno de sus miembros o la llegada del primer hijo/a y los problemas a nivel familiar y de pareja que puedan presentarse.

#### **Etapas del ciclo vital familiar:**

Formación de la pareja y comienzo de la familia, familia sin hijos e hijas.

Etapas de crianza inicial de los hijos e hijas.

Familia con hijos e hijas pre-escolares.

Familia con hijos e hijas escolares.

Familia con hijos e hijas adolescentes.

Periodo medio.

Término de la familia.

#### **Formación de la pareja y comienzo de la familia. Familia sin hijos e hijas:**

- Comienza con el cortejo y noviazgo culminando con el matrimonio.
- La pareja crea formas de comunicación optativas para ambos, definiendo estilos de vida y rutinas con interés para los dos.
- Cada uno de los miembros modifica su propio estilo para lograr una adaptación común, así se comienza a formar un nosotros, lo que implica pensar y actuar sobre los intereses y necesidades de los dos, por sobre lo individual.

### **Etapas de crianza inicial de los hijos e hijas:**

- Comienza con el nacimiento del primer hijo/a.
- La madre desarrolla la unión con su hijo/a, debiendo empatizar (armonizar la relación) con sus necesidades biológicas y psicológicas para poder satisfacerlas, este vínculo es importante para que el/la niño/a desarrolle una actitud de confianza básica en el mundo.
- La llegada de un nuevo miembro a la familia crea dificultades en la pareja, la que debe definir una nueva manera de relacionarse sentimentalmente y sexualmente.

### **Familia con hijos e hijas pre- escolares:**

- Comienza con la entrada del hijo/a mayor al jardín de niños.
- El/la niño/a desarrolla mayor dominio sobre su cuerpo, comienza a conocer, explorar su medio ambiente.
- Los padres y madres permiten mayor autonomía y al mismo tiempo protegen al niño de los posibles peligros.
- La sobreprotección por parte de los padres y madres puede inhibir al niño y limitar muchas de sus potencialidades.

### **Familia con hijos e hijas escolares:**

- Comienza con el hijo/a mayor en la escuela (primaria).
- El/la niño/a se separa parcialmente de la familia para desarrollarse en el ámbito escolar.
- Es una época de prueba para los padres y madres porque el medio escolar y su exigencia evalúan la eficiencia del/la niño/a.
- El escolar va a conocer otras familias con otros estilos de vida, lo que le permite hacer comparaciones con su propia familia; la madre tiene más tiempo libre, lo que le permite realizar otras actividades como por ejemplo trabajar fuera del hogar.

### **Familia con hijos e hijas adolescentes:**

- Es una etapa de aceptación del crecimiento y desarrollo del/la niño/a.
- Los padres y madres pueden cerrarse y asumir una actitud controladora que busque retardar la independencia del joven, o pueden reaccionar apoyando su decisión.
- También es posible observar que los padres y madres apuren el proceso de separación de los hijos e hijas para que trabajen y que se desliguen de la familia.
- Un padre no tuvo la oportunidad de estudiar una carrera profesional no incentivará a su hijo/a para que continúe con estudios superiores.

### **Periodo medio o nido vacío:**

- Periodo que comienza cuando el último hijo/a abandona la casa para formar su propia familia.
- El matrimonio vuelve a estar solo produciéndose el “síndrome del nido vacío.”
- Es posible que la familia atraviese por una etapa estable y positiva, esta etapa es especialmente difícil para algunas mujeres que se dedicaron exclusivamente a la crianza de sus hijos e hijas.
- Para muchos hombres que concentraron su vida en el trabajo, es mal tolerada la jubilación, en cambio para otros es satisfactoria, ya que tiene más tiempo para su familia.
- En esta etapa uno de los miembros de la pareja experimenta la viudez. Hoy en día es más frecuente en las mujeres, dada la menor expectativa de vida del sexo masculino.

### **Tareas fundamentales de cada etapa.**

#### **Formación de la pareja y comienzo de la familia, sin hijos/as:**

La tarea central de esta etapa es el establecimiento de un compromiso permanente el que se profundiza con el paso del tiempo, la definición de las relaciones futuras creando expectativas familiares en común.

### **Etapas de crianza inicial de los hijos e hijas:**

La tarea fundamental en esta etapa es crear un espacio al nuevo miembro del grupo familiar, fomentando un ambiente apto para el nuevo ser, como también para los padres y madres y los hijos e hijas que ya constituían el grupo familiar.

### **Familia con hijos e hijas preescolares:**

Aquí la tarea es enseñar, educar e instruir en valores al niño preescolar, enseñarle a controlar los impulsos y obedecer las serie de normas establecidas dentro del grupo, aun que el/la niño/a no siempre comprenda para que están hechas.

### **Familia con hijos e hijas escolares:**

En esta etapa es fundamental permitirle al niño su auto suficiencia (valerse por sí mismo), poniendo a prueba los valores que han inculcado en este hijo/a, enseñándole que ahora en adelante habrán más personas importantes en su vida como por ejemplo: profesores, compañeros/as, amigos.

### **Familia con hijos e hijas adolescentes:**

La tarea fundamental en esta etapa, es “dejarlos ser”, decisión que no siempre resulta fácil para los padres y madres y no obstante los alientan y aconsejan para que sigan su propio camino teniendo siempre en cuenta los valores que le fueron entregados.

### **Periodo medio o nido vacío:**

La tarea fundamental de esta etapa es adaptarse al vacío que han dejado los hijos e hijas una vez que abandonan el hogar.

### **Crisis de las diversas etapas**

### **Formación de la pareja y comienzo de la familia, sin hijos e hijas:**

Tomar la decisión del grado de cercanía (relaciones sexuales) las que no se delimitan bien pueden traducirse en embarazos a temprana edad.

La decisión de ambos con respecto al momento más adecuado para el matrimonio lo que si no se toma con madurez puede generar tensión.

Se relaciona al uso del tiempo libre de ambos cuando uno de los dos quiere visitar constantemente a sus padres.

### **Etapas de crianza inicial de los hijos e hijas:**

Constante presión de la madre primeriza. Frente al parto la mujer enfrenta un cambio de identidad al momento de asumir su nuevo rol de madre, el cual puede desencadenar depresiones puerperales.

El marido también puede experimentar sensaciones de exclusión al sentirse desplazado por la llegada del nuevo miembro al grupo familiar.

### **Familia con hijos e hijas preescolares:**

- El tiempo que se dedica a los hijos e hijas puede generar conflictos por el poco tiempo que tiene la pareja para sí misma.
- Por otra parte el tiempo dedicado a la crianza de los hijos e hijas acarrea problemas en la pareja, en el hogar como en lo laboral especialmente en el caso de la mujer trabajadora y jefa de hogar.

### **Familia con hijos e hijas escolares:**

- Salida del/la niño/a del hogar poniendo a prueba la tolerancia de la familia tras el distanciamiento inicial.
- Se producen fobias escolares en el/la niño/a que ha sido sobreprotegido.
- El rendimiento escolar es un área de preocupación y posible conflicto en la familia.
- La adaptación sexual área de la vida de pareja que sufre altos y bajos, etapa en que la preocupación por el hijo/a y el trabajo pueden convertirse en obstáculos para lograr una adaptación satisfactoria.

## **Familia con hijos e hijas adolescentes:**

- Aceptación del crecimiento biológico y en especial del desarrollo sexual de los hijos e hijas.
- La crisis de la adolescencia muchas veces coincide con la edad media por la que pasan los padres y madres lo que hace ha esta etapa más conflictiva.
- Padres que se identifican con sus hijos e hijas, lo que los hace competir en logros deportivos o sentimentales con ellos o pretenden dirigir sus vidas y realizan sueños no cumplidos a través de los hijos e hijas.

## **Periodo medio o nido vacío:**

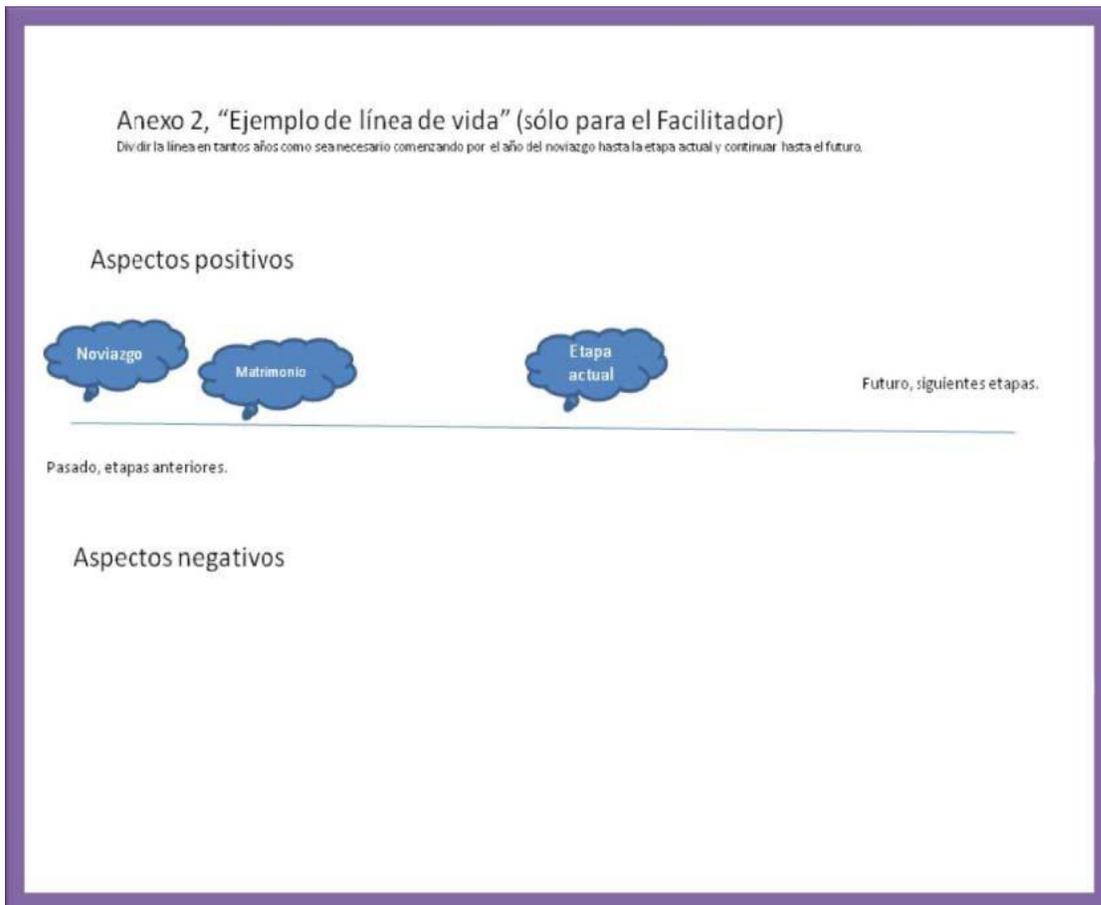
- Etapa relacionada con el distanciamiento entre los hijos e hijas y los padres y madres.
- Familia que tolera mal el distanciamiento puede presionar a sus hijos e hijas para impedir que se alejen.
- La salida de los hijos e hijas de la casa es un hecho conflictivo especialmente en aquellas mujeres que centraron sus vidas en la crianza de sus hijos e hijas.
- Dificultades en la relación de pareja pueden repararse al darse cuenta que no desarrollaron áreas de interés común fuera del cuidado de sus hijos e hijas. La aceptación de la jubilación y el retiro en aquellas personas que centraron su vida adulta y su auto imagen en el trabajo que se muestran.

Psic. P. M. E. Roxana Gómez 2011.



## ANEXO 8

Ejemplo de línea de vida. (Solo para el facilitador)



## ANEXO 9

### Guía para desarrollar

### Talleres de orientación con Padres y Madres de Familia

#### Hoja de evaluación

1.- ¿Cuánto le gusto el taller?

Mucho

poco

nada

2.- ¿se sintió bien en el taller?

Si

no

3.- ¿Cuánto cree que le ayuda a usted y su familia la información de este taller?

Mucho

poco

nada

4.- ¿Considera que se logró el objetivo del taller?

Si

no

5.- ¿Que tanta ayuda le proporcionó el facilitador a lo largo del taller?

Mucha

poca

ninguna

#### COMENTARIOS Y SUGERENCIAS

6.- Además de los contenidos programados, ¿qué otros temas le gustaría que se trataran en estos talleres?

7.-Para mejorar el contenido de estos talleres, ¿qué sugerencias o comentarios tiene sobre los temas revisados?