



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN, PUEBLA

**Me Conozco, Me Valoro Y Actúo. Un Taller Para La Autorregulación
De Las Emociones, En Educación Primaria**

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciado en Pedagogía

Presenta:

Luis Ángel Clemente Betancourt

Teziutlán, Pue; junio de 2020



Secretaría
de Educación
Gobierno de Puebla

**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**



UNIDAD 212 TEZIUTLÁN, PUEBLA

**Me Conozco, Me Valoro Y Actúo. Un Taller Para La Autorregulación
De Las Emociones, En Educación Primaria**

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

Que para obtener el título de:

Licenciado en Pedagogía

Presenta:

Luis Ángel Clemente Betancourt

Tutor:

Juan Rodríguez García

Teziutlán, Pue: junio de 2020



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA DEL ESTADO DE PUEBLA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

U-UPN-212-2020.

Teziutlán, Pue., 01 de Junio de 2020.

C.

Luis Angel Clemente Betancourt
Presente.

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación, alternativa:

Proyecto de Intervención

Titulado:

"Me conozco, me Valoro y Actúo. Un Taller para la Autorregulación de las Emociones, en Educación Primaria"

Presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar un ejemplar y cinco cd's rotulado en formato PDF como parte de su expediente al solicitar el examen.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD 212 TEZIUTLÁN

Atentamente
"Educar para Transformar"

Mtro. Ernesto Constantino Marín Alarcón
Presidente de la Comisión

ECMA/sec*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

| | |
|--|----|
| 1.1 Orígenes del problema..... | 11 |
| 1.2 La pregunta de investigación y/o preguntas de trabajo..... | 14 |
| 1.3 Planteamiento del problema..... | 14 |
| 1.4 Justificación..... | 21 |
| 1.5 Delimitación (el contexto físico, geográfico de la investigación)..... | 24 |
| 1.6 Objetivos..... | 26 |

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO

| | |
|---|----|
| 2.1 Dimensión del campo..... | 28 |
| 2.2 Corrientes de pensamiento..... | 33 |
| 2.3 Marco teórico | 34 |
| 2.4 Estrategia de solución | 38 |
| 2.5 Evaluación | 40 |
| 2.6 Enfoque pedagógico..... | 41 |
| 2.7 Investigaciones actuales del tema | 43 |

CAPITULO III

3. MARCO METODOLÓGICO

| | |
|-----------------------------------|----|
| 3.1 Tipo de investigación | 47 |
| 3.2 Tipo estudio y/o enfoque..... | 48 |
| 3.3 Diseño de investigación | 51 |
| 3.4 Técnicas e instrumentos | 52 |

CAPITULO IV

4. PROYECTO DE INTERVENCIÓN

| | |
|---------------------------------------|----|
| 4.1 Antecedentes de la propuesta..... | 56 |
| 4.2 Descripción de la propuesta..... | 57 |
| 4.3 Sustento de la propuesta..... | 60 |
| 4.4 Planeaciones..... | 61 |

| | |
|-------------------|----|
| CONCLUSIONES..... | 86 |
|-------------------|----|

BIBLIOGRAFÍA

APÉNDICES

INTRODUCCIÓN

Antes del siglo XX se tenía pocos estudios científicos o filosóficos sobre las emociones del ser humano, sin embargo, con el paso del tiempo, se fueron desarrollando investigaciones que ponían énfasis en el valor de las emociones, ya que se planteaba la necesidad de conocer al ser humano en su totalidad y no solo de manera física, sino también en lo emocional, y comprender como reaccionaba, o utilizaba una emoción ante diversas situaciones, o estímulos.

Hay varias contribuciones de diversos autores sobre la importancia de las emociones, o la educación socio emocional, como Charles Darwin, el cual aborda este tema desde un enfoque biológico, pues realizó estudios sobre los seres humanos y animales, también puso énfasis al estudio de las expresiones faciales ante determinadas emociones.

Las diversas investigaciones que se realizaron a lo largo del tiempo ayudaron a construir bases más sólidas sobre lo que es la educación socio emocional en este siglo, por lo cual un individuo que sabe sobre la educación socio emocional es más propenso a conocer sobre sus propias emociones, lo que ayuda a generar conciencia y a ser más empático con las demás personas, también ayuda a que desarrollen un equilibrio emocional, y un bienestar emocional, lo que ayuda a generar optimismo y esperanza ante situaciones que representan un reto, esto ayuda a generar ciudadanos responsables, empáticos los cuales puedan integrarse a la sociedad.

La educación socio emocional es fundamental en el desarrollo del sujeto, ya que es el eje de la formación integral que permite a las personas consolidar un sentido sano de identidad y dirección que les ayude a tomar decisiones libremente, a considerar su repercusión en los demás, tanto en gente cercana como lejana, a establecer relaciones constructivas y a encontrar un sentido de vida que les permita un mayor nivel de bienestar emocional.

Gracias a la educación socioemocional se tienen más posibilidades de enfrentarse a los obstáculos de la vida y de desarrollarse de manera más productiva en el ámbito escolar y extraescolar. La educación socioemocional es también un mecanismo de prevención contra riesgos importantes a los que están expuestos los jóvenes, especialmente durante la adolescencia: la depresión, el suicidio, el consumo de drogas, la asociación con grupos delictivos, problemas alimenticios, por nombrar algunos de los males que con mayor frecuencia amenazan su vida.

Por lo que la educación socioemocional es importante abordarla desde las escuelas, pues son los lugares más idóneos, ya que diariamente conviven diferentes estudiantes provenientes de diferentes contextos, la escuela al igual que la familia desempeñan un papel importante en la formación de los estudiantes, trabajar la educación socioemocional es importante pues enfoca al individuo desde el humanismo, pues educar no solo es transmitir conocimientos, si esto fuera así, el individuo sería solo un objeto, al cual solo se le está transmitiendo conocimientos sin importar sus sentimientos, estados de ánimo, intereses, expresión de ideas, salud o estado económico etc.

Si la educación socioemocional quiere tener éxito, será preciso enfocar seriamente la escuela hacia el trabajo de la interioridad y asumir la perspectiva de la evaluación formativa. La concentración, la exploración de los propios estados de ánimo, la identificación de los sentimientos y de los motivos que nos llevan a tomar una decisión, son ejemplos que implican el conocerse a uno mismo. Esto es necesario para los estudiantes, pero resulta esencial para los maestros, impulsar esta mirada será el reto para la escuela en los años por venir.

En el pasado la sociedad tenía más virtudes humanas, como el respeto, sinceridad, obediencia, y dentro de las instituciones se ponía énfasis en los hábitos de la disciplina, pero actualmente eso ha ido cambiando, pues en estos tiempos tenemos a una sociedad con crisis de valores o con pérdida de virtudes, pues en las noticias se da cuenta de la inseguridad y la degradación de los ciudadanos

debido a un descontrol de impulsos o emociones, en esta época se muestran un aumento de los problemas sociales como la delincuencia, violencia, bullying, embarazos no deseados, depresión, el consumo de drogas, trastornos alimenticios, suicidio, los cuales indican que hay serios problemas con relación a los valores y emociones.

De acuerdo a un estudio, la depresión y el suicidio son problemáticas que revelan un bajo nivel de desarrollo de la educación socioemocional. En base a los datos del INEGI, en el 2013 se registraron en México 5 mil 909 suicidios, lo que representa el 1% de las muertes registradas y coloca al suicidio como la decimocuarta causa de muerte, presentando una tasa de cerca de 5 por cada 100 mil. Resulta preocupante constatar que 40.8% de los suicidios son cometidos por jóvenes de entre 15 y 29 años. En dicho porcentaje la tasa alcanza 7.5 suicidios por cada 100 mil jóvenes.

El mal manejo de la ira también es un síntoma de un pobre desarrollo de la educación socioemocional. En una encuesta realizada por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) en el 2015, México obtuvo el primer lugar en bullying a escala internacional. Entre los más de 26 millones de alumnos que hay en nivel básico, se reporta que entre 60 y 70% ha sufrido de violencia.

Estos datos relevan la necesidad de tomar en cuenta a la educación socioemocional, por lo que es necesario plantearse, ¿qué es lo que se está haciendo mal?, o ¿por qué razón estos problemas sociales crecen y crecen?, por lo cual es necesario hacer conciencia de la educación que están recibiendo las nuevas generaciones, pues tradicionalmente la educación se ha centrado en el desarrollo de lo intelectual, dejando en segundo término lo emocional, sin embargo, en los últimos planes y programas que se han implementado en México, se ha intentado dar ese protagonismo a la educación socioemocional, pero en realidad solo se queda en la teoría o en el currículum, pues no es puesto a la práctica de manera correcta, pues los docentes se centran en la asignaturas o en

lo cognitivo y el área socio emocional pasa a segundo término o si se llega a abordar solo es de manera superflua, solo por cumplir con el plan y programa.

De acuerdo a los datos presentados, se nota que hay poca importancia en la educación socioemocional, desarrollar y promover lo emocional, tiene un impacto en la educación y sociedad, por lo cual la pregunta básica del proyecto es ¿cuál es la relevancia de la educación socioemocional en la vida de los niños?, a partir de esta pregunta se plantea la importancia de desarrollar la educación socio emocional en los alumnos y que influencia tiene en su vida diaria, ya que actualmente la educación demanda un enfoque desde una visión humanista, el cual pone énfasis en las relaciones humanas, el contexto, diversidad cultural, por lo cual esto implica ir más allá del aprendizaje académico.

Para conocer la respuesta de la pregunta general, se plantean preguntas de trabajo o complementarias ya que son las que dan sentido a la actividad del investigador, pues son las que ponen énfasis sobre la relevancia, el impacto social del estudio, estas orientan el proceso de datos y redacción por lo que es importante formular preguntas de forma precisa y clara, en la presente investigación es importante reconocer cuáles son los beneficios de la educación socioemocional en la educación básica, al identificar esto, se puede comprender por qué es tan importante abordar el tema de las emociones en el ámbito educativo, para ello se debe conocer cuál es la importancia de la educación socioemocional, ya que las emociones son un factor significativo en el comportamiento de los alumnos.

Por lo que es necesario conocer la importancia del papel que juegan las emociones en el día a día de los alumnos, al igual que las consecuencias que conlleva no comprender las emociones de los demás y cómo éstas influyen en la vida social y académica de los alumnos, otro aspecto es, qué

puede hacer la escuela con respecto a la educación socioemocional y cómo los padres, alumnos, docentes pueden participar.

El objetivo general del proyecto de intervención, es adquirir un mejor conocimiento, describir sobre la importancia del desarrollo emocional y sobre la presentación de la propuesta, pero para lograrlo se requiere de los objetivos específicos, uno de los primeros objetivos es explicar la capacidad de controlar las emociones, ansiedad y estados depresivos, lo cual implica conocer, sobre las emociones y la capacidad de controlarlas.

El siguiente objetivo es clasificar que tipos de emociones son positivas para el estado de ánimo, otro de los objetivos es informar sobre los beneficios que conlleva desarrollar la educación socioemocional en el ámbito educativo al igual expresar que consecuencias o impacto se genera si no se desarrolla la educación socioemocional en los alumnos, el cómo afecta en su vida y en lo académico.

CAPÍTULO

I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Los orígenes del problema

Los niños y los jóvenes en la actualidad, enfrentan problemas relacionados con el manejo de las emociones, esto se ve reflejado en el aumento de las tasas de ansiedad, depresión, estrés, miedo, el consumo de drogas, violencia y bullying, es por ello importante introducir en el ámbito educativo, la educación socioemocional, ya que la escuela es parte fundamental del desarrollo del ser humano, pues la mayor parte de su vida la pasan dentro de una institución, en la cual se viven muchas experiencias, anécdotas, conocen amigos y maestros que marcan la vida del estudiante.

La educación socioemocional es una de las tareas pendientes en la sociedad, pues no se le ha dado la importancia que se merece, ya que solo se ha quedado en el currículo y no es puesto a la práctica, es por ello conveniente realizar una investigación en una institución educativa, la escuela seleccionada para dicho estudio es la primaria Escudo Nacional, ubicada en la comunidad de Huexoteno, Atempan, Puebla, dicha institución cuenta con una matrícula de 71 alumnos, la cual es de carácter multigrado, con una planta educativa de 3 docentes, el 1° y 2° grado lo atiende una maestra, el 3° y 4° es atendido por un profesor, el 5° y 6° lo atiende un profesor, el cual también desempeña el puesto de director de la escuela.

En la escuela primaria “Escudo Nacional” se identificó que, a la hora de entrada, hay varios niños que llegan tarde a la escuela, y esto es evidente cuando los maestros realizan formación, para dar las recomendaciones de la semana, otro aspecto que se observó fue que no todos cumplen con el uniforme completo, ya que hay niños que no traen el suéter o la corbata, también hay casos en los cuales vienen desalineados, y con mala higiene personal, esto se ve reflejado en los niños que

no cumplen con el corte de pelo adecuado y las niñas que no se peinan, al igual que en el corte de uñas y las formas de vestir, pues traen la camisa mal puesta o mal abrochada.

Cuando se realizan los honores a la bandera se ha identificado que hay varios niños que se desmayan o vomitan, pues no dejan desayunado o comen dulces desde la entrada de la escuela, otro factor que se ha detectado en los niños, es que no respetan a sus compañeros y maestros, pues cuando el docente les encomienda una indicación desobedecen o hacen muecas.

En el desayunador los alumnos no respetan el reglamento establecido, pues en la fila, los niños más grandes se aprovechan de los pequeños de primero, segundo y tercer grado, empujándolos o dejándolos hasta al final de la fila, durante el desayuno a la hora de comer, los alumnos juegan con la comida y se la pasan platicando, al igual que desperdician mucha comida, otra situación que se observó fue que dentro de la escuela hay muchos perros callejeros, que entran cuando los niños ingresan a la institución.

En el salón de 5 y 6 grado, grupo “A”, se encontraron problemas relacionados con el comportamiento y disciplina de los alumnos, pues durante la realización de un evento cívico, no guardan silencio, se ponen a platicar y no respetan la formación, dentro del aula para comunicarse utilizan lenguaje ofensivo hacia sus compañeros o sobrenombres, lo cual genera malas interpretaciones, que posteriormente se transforman en conflictos, ante esta situación los alumnos actúan de manera violenta, pues no saben comportarse de forma pacífica.

También se observó que hay diferencias entre el comportamiento de los alumnos de quinto y sexto grado, lo cual complica las relaciones que se establecen dentro del aula, pues los niños de quinto grado no controlan sus emociones y esto se ve reflejado en su hiperactividad y la forma en

que se relacionan, lo cual provoca en los alumnos de sexto grado descontento pues se desesperan con la actitud de sus compañeros.

Los docentes le ponen poca importancia al área socioemocional, pues se centran principalmente en el área cognitiva y administrativa, en el caso del profesor, que tiene el cargo de director de la institución y docente de los alumnos de quinto y sexto grado, le es difícil atender las necesidades de los alumnos pues tienen diferentes edades, capacidades y estilos de aprendizaje.

La institución no cuenta con subdirector y personal de administración, lo cual complica la labor del maestro, pues debe responder a una serie de requerimientos que van desde el registro o entrega de estadísticas, concentración y actualización de datos en plataformas oficiales, recepción/entrega de documentación de programas sociales, además sumadas a las exigencias de corte académico como la aplicación, sistematización y entrega de resultados de exámenes u otros instrumentos de evaluación, complican su labor como docente, hay ocasiones en las cuales deja al grupo solo, con alguna actividad o tarea encomendada ya que debe atender a varias situaciones administrativas.

Cuando a los padres de familia se les solicita acudir a una reunión escolar con relación a la educación o comportamiento de sus hijos, se nota poco interés y esto se ve reflejado en la poca asistencia, al igual que en la hora de salida se observa que hay pocos padres que van a recoger a sus hijos a la institución, pocos son los que se interesan por la educación de sus hijos, otro aspecto es que la escuela está en una comunidad con marginación de pobreza lo cual se refleja en el poco interés de los padres, y en niños que faltan dos o tres días pues se van a trabajar los fines de semana.

1.2 La pregunta de investigación y/o preguntas de trabajo

Las preguntas de investigación que se formularon son las siguientes: ¿por qué los alumnos se comportan de forma agresiva?, ¿por qué los alumnos no cumplen con los reglamentos de la institución?, ¿por qué los alumnos no controlan sus emociones?, ¿a qué se debe la poca importancia de los padres en la educación de sus hijos?, ¿cómo impacta el contexto en el comportamiento de los alumnos?, ¿por qué el docente le da poca importancia a la parte emocional? y ¿cómo influye el docente en el comportamiento de sus alumnos?.

1.3 Planteamiento del problema

En los orígenes del problema se presentaron los casos o situaciones que afectan a la escuela primaria Escudo Nacional, problemas de los cuales se desarrollaron preguntas de investigación o de trabajo, la pregunta principal que se seleccionó fue ¿por qué los alumnos no controlan sus emociones?, esta pregunta se eligió ya que de acuerdo a lo observado, es la que genera más impacto en la escuela, para conocer las causas o dar respuesta a la pregunta, se realizó un diagnóstico psicopedagógico, junto con la aplicación de algunos instrumentos de observación, para comprender la realidad, recoger datos e información que permitan reconstruir las características de nuestro objeto de estudio.

El diagnóstico psicopedagógico “es una función preventiva y predictiva, pues se trata de conocer las posibilidades y limitaciones del individuo para el prever el desarrollo y aprendizaje futuros” (Cardona, et al, 2006, p. 14). Por lo cual el diagnóstico, tiene como función identificar un problema y su gravedad, pues pretende averiguar las causas personales o ambientales, que dificultan el desarrollo humano para modificarlas o corregirlas.

Otras de las funciones que tiene el diagnóstico psicopedagógico, es la función orientadora, esta tiene como finalidad proponer pautas, para la intervención de acuerdo con las necesidades detectadas, por último, otra cualidad, es la función correctiva, la cual consiste en reorganizar la situación actual mediante la aplicación de la intervención y recomendaciones oportunas. Por lo que el diagnóstico psicopedagógico, tiene como función facilitar la toma de decisiones sobre el problema fenómeno detectado, para tomar las decisiones y acciones más oportunas, para desarrollar al máximo la capacidad de las personas diagnosticadas.

La investigación se desarrolló en la escuela primaria Escudo Nacional con CCT: 21DPB0123S, ubicada en la comunidad de Huexoteno, municipio de Atempan, en el estado de Puebla, en la cual se obtuvo información, sobre el docente, alumnos, directivo, padres de familia y contexto, para poder recolectar información se realizó una guía de observación dirigida hacia los alumnos,(ver apéndice A) la cual su principal objetivo era identificar si los alumnos de 5 y 6 grado poseen habilidades con respecto a la autorregulación de las emociones, esto se realizó a partir de los siguientes indicadores: el interés emocional, la regulación emocional, autonomía emocional, autonomía emocional, habilidades sociales y habilidades para la vida y el bienestar.

Esto se puso en acción a partir del 14 de octubre al 18 de octubre de 2019, por su parte al profesor que también desempeña la función de directivo, se le aplicó una entrevista, (ver apéndice B) la cual tenía como objetivo identificar desde la percepción que tiene el docente, respecto a la autorregulación de las emociones de los estudiantes de quinto y sexto grado, grupo A, en la entrevista se le pregunto sobre su formación profesional, experiencia profesional y conocimiento de la autorregulación de las emociones.

A los alumnos se les aplico un cuestionario (ver apéndice C), el cual consistía en identificar desde la perspectiva de los estudiantes de quinto y sexto grado las relaciones que establecen con

sus compañeros, el cuestionario tenía cuestionamientos sobre el comportamiento que tienen en la escuela, con sus compañeros o amigos.

A los padres de familia también se les aplicó un cuestionario (ver apéndice D) el cual tenía como objetivo obtener información sobre el comportamiento de su hijo, la encuesta tenía cuestionamientos relacionados con la identificación de su hijo, datos familiares, constitución familiar de su hijo, situación legal de la familia, dinámica familiar de su hijo y educación, emociones de su hijo.

Por último, se aplicó una guía de observación dirigida hacia el contexto de la comunidad (ver apéndice E), este último instrumento tenía como objetivo conocer las características, sociales, culturales, económicas y educativas de la comunidad de Huexoteno, Atempán, Puebla, para reconocer aspectos de incidencia en la educación socioemocional, dentro de la guía de observación se contempló ámbitos, como lo social, cultural, económica y educativamente.

Los instrumentos de observación que se plantearon anteriormente se pusieron en práctica, por lo que se realizó la observación en campo, en la escuela primaria Escudo Nacional, con alumnos de quinto y sexto grado, esto con la finalidad de observar si los alumnos sabían controlar sus emociones. Se tomaron en cuenta fuentes primarias como los hechos de la realidad concreta, y las personas que viven en ella, así como los puntos de vista de estas, lo que enriquecen y complementaron la comprensión del tema, también las fuentes secundarias como libros, documentos, que trataran acerca del problema de interés, los cuales proporcionaban algunas explicaciones útiles, que incluso nos podían orientar.

Después de ir a campo y de recopilar la información, se analizó y reflexionó la información, esto con la finalidad de darle orden, se hizo un contraste de la información obtenida, el cómo esta

contextualizada teóricamente y por su otra parte que fue lo que se observó, a partir de los cuestionarios que se les aplico a los alumnos y padres de familia, se notó que la mayoría no tenía noción de lo que es controlar sus emociones, en relación al docente también se analizó los datos obtenidos a partir de la entrevista realizada, también se analizó la guía de observación dirigida al contexto de la comunidad.

En relación a la guía de observación (ver apéndice A), y cuestionario (ver apéndice C) dirigido a los alumnos se puede constatar los siguientes resultados obtenidos a partir de los indicadores y categorías, las causas que origina que los alumnos no controlen sus emociones: en base al indicador de interés emocional, Bisquerra, menciona que es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás, incluyendo la habilidad para captar el clima emocional de un contexto determinado, lo que se observó en campo en relación a este indicador, es que hay muy pocos niños que poseen el indicador de interés emocional, pues se les aplico un cuestionario en el cual tenían que describir cómo se relacionan con sus compañeros y de cómo reaccionarían ante una situación de conflicto, los resultados fueron que durante un conflicto, no saben cómo reaccionar y lo primero que se les ocurre es dejar de hablarle al compañero, o en otros casos incluso hablan de llegar a los golpes.

De acuerdo a la guía de observación, se analizó que cuando se aburren los niños, empiezan a molestar a sus compañeros de a lado, aventado papelitos con un popote, al docente le pregunte acerca de cómo sus alumnos se relacionan y que, si empleaban la educación socioemocional, el me comento que el contexto, la comunidad en el que se desarrollan es muy agresivo pues hay alumnos que sus padres les dicen que, si un niño te pega, tú no te debes dejar.

El segundo indicador que se observó fue la regulación emocional, la cual es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada, supone tomar conciencia de la relación entre emoción,

cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, por lo que se observó en campo puedo decir que, los niños no saben regular sus emociones, pues durante la semana se generó un conflicto , pues un niño tomo el diccionario de su compañero sin permiso, esto hizo que el niño se sintiera impotente, así que lo único que hizo fue gritarle a sus compañero.

Otra situación, fue que, faltando media hora para salir a la hora de recreo, los niños estaban impacientes pues ya querían salir, y a cada momento estaban preguntando la hora, ellos se la pasaban viendo por la ventana, y no ponían atención al docente, las causas por las que se genera este comportamiento es que los alumnos no saben cómo expresarse de forma apropiada, para resolver una situación, al igual que no conoce estrategias que le generen emociones positivas ante negativas.

El tercer indicador es la autonomía emocional, la cual es un concepto amplio que incluye un conjunto de características y elementos relacionados con la autogestión personal, entre las que se encuentran la autoestima, actitud positiva ante la vida, responsabilidad, capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como la autoeficacia emocional.

De acuerdo a lo que se observó en campo, se interpreta que los niños desarrollan poca autonomía emocional, pues tiene poca perseverancia cuando se les complica una actividad, cuando desarrollan una actividad en equipo la responsabilidad se la dejan solo a un compañero, el que consideran inteligente, mientras los demás no contribuyen en las actividades, los niños cuando realizan una actividad se notan con poca motivación al realizar las actividades que les solicita el docente.

El cuarto indicador consiste en las habilidades sociales, que son las capacidades para mantener buenas relaciones con otras personas. Esto implica dominar las habilidades sociales básicas, capacidad para la comunicación efectiva, respeto, actitudes pro sociales, asertividad, de acuerdo lo observado en campo es que, los niños cuando expresan sus emociones no saben controlarlas, pues cuando están realizando las actividades que el docente encomienda, pierden la atención rápido, y se distraen, también hacen comentarios o cuentan historias que no tienen nada que ver con lo que el docente les encarga.

Por último, cuando un compañero no cumple con las tareas, lo empiezan a excluir y lo ven con una cara de desprecio, las causas que originan esto es que no establecen buenas relaciones con sus compañeros, pues los alumnos no son tan cooperativos, y se comunican con poco respeto a sus compañeros utilizando lenguaje ofensivo, lo cual genera conflictos dentro del aula.

El quinto indicador son habilidades para la vida y el bienestar, esta se conceptualiza como la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables para afrontar satisfactoriamente los desafíos diarios de la vida, ya sean personales, profesionales, familiares, sociales, de tiempo libre, etc. Las competencias para la vida permiten organizar la vida de forma sana y equilibrada, facilitando experiencias de satisfacción o bienestar.

De acuerdo a lo observado en campo, se interpreta que los niños ante una situación en la cual se genera un conflicto o alguna situación que le genere algún problema, no piden del docente o de sus padres, esto se ve reflejado en sus formas de reaccionar ante cierta situación que le está generando problemas, los alumnos dentro de clase son muy poco participativos, esto se debe a la pena que les genera el hablar ante público, otra situación que se observo es que son poco responsables, esto se refleja cuando el docente les deja tarea y la mayoría no cumple, con los requisitos solicitados de algún trabajo.

Al docente se le aplicó una entrevista (ver apéndice B), el cual tenía como objetivo, saber que perspectiva tiene sobre las emociones de sus alumnos y la autorregulación, es que implementa muy poco interés en lo emocional pues lo más importante que él docente consideraba es la lectura, escritura y el revolviendo de problemas matemáticos, el docente platico sobre su formación profesional, así como sus experiencias, el me comento que los alumnos tienen poca disciplina y respeto hacia los demás.

Las causas que originan esto, es debido a que los padres de familia le ponen poco interés a sus hijos, otro factor que también influye es el contexto pues la escuela está en una comunidad con marginación, por lo que los padres tienen que salir a trabajar, el comercio que ellos realizan es la venta de productos del campo, otros son comerciantes de venta de comida, por lo que están viajando de plaza en plaza o en las ferias, debido a esto la mayoría de los alumnos se quedan solos en casa o los dejan a cargo de algún familiar.

El cuestionario que se les realizo a los padres de familia (ver apéndice D), está relacionado con el comportamiento de sus hijos, los resultados obtenidos resalta que lo dedican tiempo a sus hijos, ni para realizar tareas o trabajos de la escuela, también otro aspecto es que casi no le ponen importancia al área emocional pues se conforman con que su hijo vaya a la escuela, sin poner atención a cómo se siente o cómo le va en su día, en su contraparte hay muy pocos padres de familia que se preocupan por la educación de sus hijos.

La pregunta es ¿Cómo fortalecer la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la escuela primaria Escudo Nacional de la comunidad de Huexoteno, Atempán, Puebla?

1.4 Justificación

El problema que guía el presente trabajo es la autorregulación de las emociones, pues es un tema trascendental para desarrollar en la actualidad, ya que a veces se pone más énfasis en el área de lo cognitivo, y se deja a la deriva el área emocional, el cual es muy importante, ya que una persona que sabe autorregular sus emociones, es más eficiente, al igual que desarrolla empatía con los demás, esto ayuda a generar individuos que trabajen y se relacionen con la sociedad de forma armónica.

Por el contrario, los individuos que no saben autorregular sus emociones, les cuesta relacionarse con los demás, al igual que al tomar decisiones o resolver conflictos, lo hacen de manera muy espontánea sin poner énfasis en la autorregulación de sus emociones, lo cual los conduce a tomar decisiones que pueden perjudicarlo.

De acuerdo Goleman (1995) plantea que “una persona con autocontrol emocional, podrá tener la capacidad de demorar o desestabilizar, los impulsos, si la persona lograra esto, se llegara a un estado de flujo, en el cual se lograrán resultados sobresalientes en cualquier área de la vida” (p.54), por lo cual éste autor, considera que las personas que tienen la habilidad del autocontrol, suelen ser más felices, productivas, y eficaces en las áreas que se estén desarrollando, por lo que, se pretende que los alumnos autorregulen sus emociones, para que estén más predispuestos a aprender de manera más eficaz.

“Desarrollar la autorregulación de las emociones, dentro de la vida escolar, es muy beneficioso” (Rendón, 2015, p.240), pues a partir de estas los alumnos pueden identificar, interpretar, argumentar, cuáles son las emociones más idóneas para la resolución de conflictos, a partir de esto ellos pondrán generar de manera autónoma emociones positivas ante situaciones conflictivas, con

esto se facilita la resolución de conflictos, y se logra la integración de valores, conocimientos, habilidades sociales, emocionales que ayudan a la movilización en la realidad en la que está el sujeto.

Atender este problema es muy importante e impacta de manera social, pues desarrollar la autorregulación de las emociones, permite a los individuos relacionarse con los demás, al igual que se toma conciencia de cómo actuar ante situaciones aflitivas y resolución de problemas.

La educación socioemocional, junto con la autorregulación, forman un conjunto de estrategias para reaccionar e interpretar la realidad, esto a partir de la reflexión de las emociones lo cual ayuda a la facilitación de reaccionar frente a una situación que implique controlar y autorregular las emociones (Luján, I., Rodríguez, H., Hernández, G., Torrecillas Martin, A., Machargo, J. 2011, p. 85).

Lo autores, describen que el sujeto que sabe ocupar sus emociones tendrá más facilidad para relacionarse con los demás, en cambio uno que no controla sus emociones, y reacciones tendrá que enfrentarse a situaciones inadecuadas y entorpecedora, para lograr la autorregulación se tiene que reflexionar sobre las emociones, para posteriormente actuar de manera prudente.

Con las ideas mencionadas anteriormente, las cuales dieron un panorama y análisis de la importancia de la autorregulación de las emociones, se evidencia que es conveniente realizar un estudio mediante el cual sea posible diseñar estrategias, que aporten a los estudiantes el saber autorregular sus emociones, lo cual ayudara a ser estudiantes activos, los cuales eligen y controlan su proceso de aprendizaje, para que posteriormente construyan sus propios significados, objetivos y estrategias a partir de la información disponible y de sus posibilidades.

Con la autorregulación los alumnos pueden hacer la ejecución de su propio aprendizaje activando sus conocimientos previos y estableciendo normas o metas por las cuales se esfuerzan,

al igual que monitorizan sus progresos y adaptan y regulan la cognición, la motivación y el comportamiento con el fin de alcanzar sus metas.

De acuerdo a Delgado y Contreras (2008) informan que “el desarrollo de la comprensión de las emociones, en los niños cambia de manera significativa a los seis y doce años, pues se genera un cambio significativo y profundo en su desarrollo cognitivo y emocional del niño” (p.30). Por ello es conveniente trabajar con los niños desde muy temprana edad, la comprensión emocional, para lograr que identifiquen las emociones de los demás, el ser empáticos, desarrollando buenas relaciones con los demás.

“La autorregulación de las emociones es la capacidad para poder modular una respuesta fisiológica, con respecto a la emoción que cada individuo este sintiendo” (Vargas y Muñoz, 2013, p.227), de acuerdo a la idea presentada, un individuo con poco conocimiento de sus emociones no puede establecer una buena relación con los demás, esto provoca que surjan conflictos, por lo cual es conveniente fomentar la autorregulación de las emociones, para promover la armonía dentro de la sociedad.

Considerando lo antes mencionado, al saber que emoción están experimentando los sujetos, estos podrán reflexionar el cómo, dar un respuesta a una acción o situación , en la cual ayudara a resolver problemas de manera pacífica, y en la educación se ve muy marcada la necesidad de implementar acciones o programas que ayuden a los niños para desenvolverse con sus compañeros, si el niño se encuentra bien, con respecto a sus emociones , éste lograra que la escuela sea un ambiente de construcción de conocimientos en conjunto con sus compañeros, así que también podrá ser más empático con los demás, respetando las diferencias de sus compañeros, lengua, cultura, nivel socioeconómico o alguna discapacidad.

1.5 Delimitación

El contexto físico, geográfico de la investigación, se desarrolla en la escuela primaria, Escudo Nacional, está ubicada en la comunidad de Huexoteno, la cual se ubica al Oriente del municipio de Atempan, la palabra Huexoteno, tiene origen náhuatl, que significa “Hueyo” camino grande, “Teno” orilla, lo que se traduce como a la orilla del camino grande. En la localidad hay aproximadamente 425 habitantes, de los cuales el 14.35% de la población son analfabetos, la comunidad se localiza en las zonas de la sierra norte, por lo que el clima predominante es el templado húmedo, con lluvias en verano.

En la comunidad de Huexoteno, las fuentes de empleo que se desarrollan principalmente son la agricultura y la venta de productos del campo, de esta manera es como las familias obtienen su sustento, el idioma oficial en la comunidad es el español, sin embargo, hay varios grupos de personas que todavía hablan la lengua indígena náhuatl, regularmente los que hablan esta lengua, son personas que oscilan entre los 30 años en adelante.

La escuela primaria Escudo Nacional, de la comunidad de Huexoteno, Atempan, Puebla, cuenta con una matrícula de 71 alumnos, con una planta docente de 3 maestros, el 1 y 2 grado lo atiende una profesora, el 3 y 4 grado lo atiende un profesor, el 5 y 6 grado lo atiende un profesor, el cual también desempeña el cargo de director de la institución.

La infraestructura de la escuela primaria, está constituida por tres aulas para dar clase a los alumnos, cuentan con otra aula dedicada exclusivamente a la biblioteca escolar, también cuenta con un desayunador donde los niños almuerzan y comen, además otro salón es ocupado como bodega, donde se guarda material didáctico, artículos de papelería, mobiliario o material que la escuela usa, la institución cuenta con dos baños, uno para niñas y otro para los niños.

La escuela tiene una cancha, donde se realizan los eventos cívicos, también posee techumbre en la cancha principal, alrededor de la institución hay jardineras, toda la escuela está pintada de color naranja y café, la institución ha crecido estructuralmente gracias al apoyo que ha recibido del programa de escuelas de tiempo completo, también al programa llamado la escuela es nuestra.

El grupo en el cual se enfoca, es en los alumnos de 5 y 6 grado, ya que la escuela es de carácter multigrado, el grupo está constituido por un total de 23 alumnos, de los cuales 11 son de quinto grado y 12 son de sexto grado, el contexto áulico del aula de 5 y 6 grado, cuenta con mobiliario como mesas, bancas, el aula cuenta con un proyector, pizarrón, equipo de cómputo e internet, el salón tiene piso de loseta, al igual que el aula está pintada el exterior y el interior.

1.6 Objetivos

Objetivo general

Fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la primaria Escudo Nacional, mediante un taller para mejorar el desarrollo emocional.

Objetivos específicos

- Reconocer la importancia de manejar las emociones ante diversas situaciones
- Reflexionar sobre la importancia de saber expresar las emociones
- Concientizar a los estudiantes sobre su valor para actuar en su presente y futuro
- Motivar a los estudiantes para dialogar con sus papás o tutor sobre su estado emocional
- Enriquecer los procedimientos de los alumnos sobre sus emociones para resolver un conflicto

CAPÍTULO

II

MARCO TEÓRICO

2.1 Dimensión del campo

La pedagogía tiene varias definiciones, pues se ha ido construyendo a lo largo del tiempo, hay autores que la consideran como arte y otros como ciencia que está relacionada con los procesos de enseñanza – aprendizaje, la pedagogía se encuentra dentro de las ciencias sociales y las humanidades, pues esta se relaciona con otras ciencias como la psicología, sociología y la antropología.

Etimológicamente la palabra pedagogía se deriva del griego Paidós que significa niño y agein que significa, guiar, conducir, por lo que el término "pedagogía" se origina en la antigua Grecia, al igual que en todas las ciencias, primero se realizó la acción educativa y después nació la pedagogía para tratar de recopilar datos sobre el hecho educativo, clasificarlos, estudiarlos, sistematizarlos y concluir una serie de principios normativos.

La Universidad Pedagógica Nacional, unidad 212, ubicada en Teziutlán, Puebla, tiene como objetivo mejorar la calidad de la educación y de ser una institución de excelencia, en la cual se realizan funciones de docencia, investigación y difusión de la cultura universitaria, la misión que tiene la UPN, es la formación y desarrollo de profesionales, para que contribuyan a la perfección de la educación, junto con una gran responsabilidad, solidaridad social, capaces de generar, analizar, transmitir y difundir el conocimiento, junto con las competencias necesarias y a la generación del conocimiento de acuerdo con las necesidades del país, considerando la diversidad sociocultural, el lema que se tiene, es “educar para transformar”. La visión que tiene la UPN, es atender las políticas públicas educativas y a la atención de temas emergentes, también se distingue por su vocación social y su compromiso ético con la justicia, la equidad y su especial consideración a los grupos en situación de discriminación o exclusión social.

Dentro de la Universidad Pedagógica Nacional, unidad 212, se imparte la licenciatura en pedagogía, la cual tiene como función formar profesionales, capaces de analizar las problemáticas educativas y de intervenir de manera apropiada y creativa en la resolución de la misma, mediante el dominio de políticas y del programa educativo mexicano.

En las líneas terminales de la licenciatura, el alumno debe de desarrollar una propuesta pedagógica, ya que es la única manera de titularse, el motivo de la realización de este producto, es para atender una problemática de una institución social, con base en el conocimiento de teorías, métodos y técnicas pedagógicas y del Sistema Educativo Nacional, que a partir de estas podrá construir propuestas educativas innovadoras que corresponden a los requerimientos teóricos y prácticos del sistema educativo.

Para formular esta propuesta pedagógica el alumno debe de elegir un campo de formación, dentro de la UPN, unidad 212, hay diferentes campos como: orientación educativa, docencia, currículum y comunicación, los cuales están vinculados con el trabajo profesional que se va a desarrollar, pues proporcionan la materia concreta para el análisis, reflexión y operación específica sobre la realidad o problema educativo.

A continuación, se explicará a rasgos generales en que consiste cada campo y se centrará en el campo de orientación educativa; el campo de docencia, tiene como objetivo ofrecer a los estudiantes, elementos de carácter teórico, que los familiarice con la cultura pedagógica, en el cual deben adquirir competencias, para el diseño de estrategias didácticas y materiales educativos, que le permitan intervenir profesionalmente en múltiples escenarios laborales, este se desarrolla en los seminarios I y II, en los cuales se aborda en el taller de concentración, donde se hace una indagación documental, principalmente de carácter cualitativo, este campo se centra principalmente en la acción del pedagogo y como puede mejorar en su que hacer como docente,

por lo cual se propone diseñar programas, con estrategias innovadoras que orienten la didáctica y pedagógicamente a los distintos actores sociales educativos.

Por su lado el campo de currículum su principal objetivo es propiciar que los estudiantes cuenten con los elementos para analizar e intervenir en la realidad educativa desde diferentes perspectivas pedagógicas, que les permita comprender las condiciones del Sistema Escolar Mexicano y otros espacios socioeducativos, así mismo las diferentes propuestas curriculares de los diferentes niveles educativos, en el marco de la política educativa, y al mismo tiempo sean capaces de generar propuestas de innovación educativa, este campo consiste en la elaboración y diseño de propuestas curriculares, desarrollo, análisis y evaluación de las mismas en distintos espacios educativos, por lo cual se centra en comprender al sistema escolar mexicano, a partir del currículum y de la revisión, para generar propuestas que mejoren o innoven la educación.

El penúltimo campo es el de comunicación, las características que tiene este campo sugieren la disposición para el trabajo de equipo, promoviendo la participación activa tanto de los educandos como los profesores inmersos en el proceso de construcción del conocimiento y elaboración del proyecto, en este campo se hace un análisis crítico de un fenómeno mediante el uso de los medios de información colectiva con fines educativos, a partir del uso de imágenes, sonidos y las tics, por lo que en este campo se centra en realizar un proyecto que tome en consideración el uso de los medios de información, para la mejora de la enseñanza-aprendizaje y que a partir de estas, se diseñen estrategias con las cuales se enseñe y aprenda con las TIC.

La elaboración del proyecto de intervención, se realizará a partir del campo de orientación educativa, por lo cual se dará una explicación más a fondo sobre este campo. El campo de orientación, tiene como objetivo intervenir de manera pedagógica y educativa, a partir de la reflexión, análisis, comprensión, síntesis y la aplicación de los conocimientos, habilidades y

actitudes para la transformación de la realidad que se enfrenta hoy en día, la orientación toma en consideración cuatro pilares, aprender a ser, aprender a conocer, aprender a hacer y aprender a convivir, desde este campo el sujeto debe ser contemplado de manera multidimensional y no unidimensional, en el cual se debe poner énfasis en el desarrollo humano, lo cual se propone desarrollar un proyecto de características preventivas, desarrollo y acción social.

La orientación educativa desde sus surgimientos ha tenido varias transformaciones a partir de diversos autores, que han contribuido para la construcción de ella, dada la complejidad de este término, es muy difícil dar una definición muy completa, para ello se debe hacer una exhaustiva revisión y análisis de su significado.

De acuerdo a Codes (1998) señala que “la orientación ha sido tratada desde diferentes perspectivas, como un tipo de ayuda hacia las personas, para tomar decisiones vocacionales (p.27), lo cual es de gran ayuda para los individuos, para tomar una decisión, la cual debe ser analizada y reflexionada, para posteriormente pasar a la acción.

La orientación es un proceso sistemático de ayuda, dirigida a todas las personas en periodo formativo, de desempeño profesional y de tiempo libre, con la finalidad de desarrollar en aquellas conductas vocacionales que los preparen para la vida adulta, mediante una intervención continua y técnica, basada en los principios de prevención, desarrollo e intervención social con la implicación de los agentes educativos y socio profesionales (Álvarez, 1995, p.148).

Bajo las perspectivas de los autores anteriormente abordados, es muy evidente que la orientación, es un hecho enfocado a la orientación profesional y a la orientación como un proceso de ayuda o guía del sujeto, para tomar decisiones de manera crítica y reflexiva, analizando todas las posibilidades y recursos, así como las oportunidades.

Con respecto a Tyler (1978), plantea que “la orientación intenta descubrir el potencial de cada sujeto y ver que cada uno tenga su oportunidad para desarrollar ese potencial al máximo, en lo que pueda ofrecerse a sí mismo y al mundo” (p.87), el autor con esto se refiere a que el sujeto, debe de desarrollar al máximo sus capacidades, conocimientos, de sí mismos y de los demás.

El trabajo se centra en la orientación educativa, que de acuerdo a Bisquerra (1996) define la orientación como “un proceso de ayuda continuo a todas las personas, en todos los aspectos, para potenciar la prevención y el desarrollo humano en toda la vida” (p.152). Por lo que este tipo de orientación, se desarrolla mediante programas de intervención psicopedagógica, basados en principios científicos y filosóficos.

“La orientación educativa es un conjunto de conocimientos metodologías y principios teóricos que fundamentan la planificación, diseño, aplicación y evaluación de la intervención psicopedagógica preventiva, comprensiva, sistemática y continuada que dirige a las personas, instituciones y contexto comunitario” (Vélaz de Medrano, 1998, p.38). De acuerdo a la cita, la orientación educativa es la que permite facilitar el desarrollo integral de los sujetos, a lo largo de la vida, junto con la implicación de diferentes agentes educativos, como los orientadores, tutores, profesores, y familia.

Estas definiciones expresan a la orientación educativa, como un proceso de ayuda que debe llegar a las personas y que tiende a desarrollar el área personal, social y profesional del sujeto en su contexto, el tipo de orientación en la cual se está guiando, es la de carácter preventiva, ya que está basado en la necesidad de preparar a los sujetos, para la superación de diferentes crisis de desarrollo, el objetivo principal de esta, es tener conductas saludables, al igual que competencias personales, esto con el fin de evitar la aparición problemas.

Con respecto Conyne (1994) menciona que el principal objetivo de la prevención es “desarrollar la competencia funcional y social de la persona y su capacidad para afrontar situaciones y su fortalecimiento interior” (p.35). Esto quiere decir que el objetivo de la prevención, es reducir los factores de riesgo e incrementar los elementos que favorecen la defensa y la protección de la crisis, esta debe estar orientada al fortalecimiento personal, pretende la disminución de la frecuencia y la tasa de incidencia de los problemas.

2.2 Corrientes de pensamiento

El paradigma filosófico, en el cual se basa la tesis, es el humanismo, el cual proviene del “*humanista*” que significa amante de la ciencia, el saber y el culto a las letras, esta doctrina se basa en la integración de los valores humanos, a la libertad del pensamiento, el amor a la naturaleza, cultivo de la inteligencia, el humanismo en la educación consiste en que el docente permita que sus alumnos aprendan mientras impulsa y promueve todas las exploraciones, experiencias y proyectos que estos preferentemente inicien o decidan emprender a fin de conseguir aprendizajes.

De acuerdo al paradigma humanista, los alumnos son entes individuales, únicos, diferentes entre los demás, se consideran personas con iniciativa, con necesidades personales de crecer, con potencialidad para desarrollar actividades y para solucionar problemas creativamente. El propósito final del docente humanista, es formar estudiantes en la toma de decisiones dentro de ámbitos donde reine el respeto a los derechos de la persona y donde lo justo e injusto se cuestione.

De acuerdo a Hernández (1997), menciona que, desde la educación humanista, se enfoca a los estudiantes como “entes individuales, únicos diferentes de los demás, los cuales son personas con iniciativa, con necesidades personales de crecer, con potencialidad para desarrollar actividades y para solucionar problemas de forma creativa” (p.7). En su concepción de este autor, los estudiantes

no son seres que sólo participan cognitivamente, sino personas con afectos, intereses y valores particulares, a quienes debe considerarse en su personalidad total.

La intención que tiene realizar este trabajo es el fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la primaria Escudo Nacional, demostrando la importancia de la inteligencia emocional, promoviendo en los niños la autorregulación de las emociones.

Esta investigación es de suma importancia pues está encaminada a fomentar la autorregulación de las emociones, aporta a la educación una alternativa más que incrementa el proceso de aprendizaje, además promueve a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano. Es importante integrar a la educación formal el desarrollo emocional en los individuos, para lograr un correcto manejo de su inteligencia emocional y un amplio conocimiento de sus emociones, así como generar empatía, habilidades sociales, automotivación y sobre todo la autorregulación de las emociones, todo ello con el objetivo de aumentar un amplio conocimiento de sus emociones lo cual le permitirá llevar una vida plena y feliz.

2.3 Marco teórico

La investigación está enfocada en la autorregulación de las emociones, la cual está relacionada con la educación socioemocional, que tiene sus antecedentes en el siglo XX, que retoma ideas en “la expresión de las emociones en la obra de Darwin” (Chóliz, 1995, p.3), éste texto trata sobre la expresión de los sentimientos y las emociones, las cuales son consideradas de manera innata y universal, y que estas son producto de la evolución, pero lo que resalta de ésta investigación, es que, en aquella época, ya se pusiera énfasis en la identificación de las emociones.

Con respecto a Goleman (1995) menciona a la autorregulación, como “un conjunto de habilidades de autocontrol para modular y controlar las propias acciones, en una forma apropiada a la edad, la sensación del control interno, y la capacidad de motivarse a uno mismo” (p.8). Con esto él se refiere al entusiasmo, perseverancia, el autor considera que la identificación de las emociones es una habilidad que solo los seres humanos poseen, y es por esto que un individuo puede lograr un autocontrol de sus emociones, así también el poder generarse así mismo el entusiasmo, con esto el individuo puede motivarse de manera autónoma. Para Daniel Goleman, él autocontrol tiene una fuerte relación con los sentimientos, y que estos hacen que el individuo reaccione dependiendo de lo que este sintiendo, y que la meta es llegar a comprender el significado de la emoción.

La regulación emocional, es la capacidad para manejar las emociones de manera apropiada, tomar conciencia entre emoción, cognición y comportamiento, es la expresión de las emociones de manera correcta, manejando el autocontrol de la impulsividad y la tolerancia a la frustración, para prevenir estados emocionales negativos, desarrollando habilidades de afrontamiento y las competencias para generar emociones positivas. (Bisquerra, 2003, p.23).

De acuerdo a la cita, los estados emocionales repercuten, en el estado de ánimo y estas pueden regularse con el razonamiento y conciencia, se tienen que desarrollar en los individuos, habilidades, para afrontar emociones negativas, mediante estrategias de autocontrol, para experimentar de forma voluntaria y consientes emociones positivas, ante eventos adversos.

Para Mestre y Guil (2012) denominan a la autorregulación como un “conjunto de conductas o respuestas ante circunstancias conflictivas” (p.21). Por lo que se considera como un medio para optimizar, en la medida posible una adaptación personal y social, entonces con la autorregulación se hace referencia a los procesos implicados en el reconocimiento, uso, comprensión, y el manejo de los estados emocionales de uno mismo y de otros para resolver problemas y regular la conducta.

La educación socioemocional es muy importante para el desarrollo de los sujetos, y se considera como un proceso en el “cual niños, adolescentes, trabajan e integran en su vida conceptos, al igual que valores, actitudes, y habilidades, que le permitirán, manejar y comprender sus emociones”, (SEP, 2017, p.518), con lo mencionado anteriormente, se describe a la educación socioemocional, como un proceso de desarrollo en el cual el individuo, va a poder comprender y reflexionar acerca de sus emociones y actitudes, y de cómo estas tienen un impacto significativo en su vida, al saber autorregular sus emociones, estos podrán lograr sentirse mejor consigo mismos, ya que una persona que no sabe controlar lo que siente, es más propenso a generar conflictos y tener una actitud poco favorable, para establecer relaciones positivas o armoniosas con los de su alrededor.

“La educación socioemocional es considerada muy importante, dentro de la formación de los alumnos, y esta se debe ver reflejada o contextualizada” (SEP, 2017, p.516), se muestra en el apartado de áreas de desarrollo personal y social, el cual lleva el nombre de educación socioemocional y tutoría, en este se considera la educación socio-emocional como una herramienta que ayuda a propiciar en los alumnos a regular sus emociones ante las circunstancias de la vida, de manera sana, autónoma y productiva, en esta los estudiantes desarrollan habilidades, comportamientos, actitudes y rasgos de la personalidad que les permite conocerse a sí mismos, esto les ayuda a cultivar la atención, regular emociones, establecer metas y alcanzar metas positivas, tomar decisiones responsables, mostrar empatía con los demás y desarrollar relaciones interpersonales armónicas.

Lo abordado anteriormente, se enfoca en que los estudiantes deben ser capaces de afrontar los retos que le plantea la sociedad actual, y estos desarrollen un sentido de pertenencia a diversos grupos y valoren la diversidad cultural. La educación socioemocional se constituye de cinco dimensiones que en conjunto guían el enfoque pedagógico, así como las interacciones educativas,

el primero es el autoconocimiento, en el cual se hace mención a las habilidades sociales que debe desarrollar el alumno, dentro de esta dimensión se pretende la generación de la atención, la conciencia de las propias emociones, la autoestima, el aprecio, gratitud y el bienestar.

La segunda dimensión es la autorregulación de las emociones, que es “la capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente” (SEP, 2017, p.545). En esta dimensión es donde se centrará, para realizar el proyecto de intervención, esta dimensión es de mucha importancia ya que cuando una persona no logra regular sus emociones, actúa de una forma turbia, poco racional y violenta, al responder de esta manera se reduce la capacidad para tomar decisiones de manera consciente, responsable y correcta, esto puede provocar conflictos, poniendo en riesgo la integridad física y ética.

Entonces el alumno debe desarrollar habilidades, como la metacognición, la expresión de las emociones, la regulación de las emociones, la autogeneración de emociones para el bienestar y la perseverancia, al desarrollar esto, el alumno podrá tener la capacidad de regular sus sentimientos y conductas, y el mostrar y expresar emociones de manera apropiada equilibrada y consciente.

Con lo mencionado anteriormente, el individuo podrá modular sus impulsos, tolerar la frustración, perseverar en el logro de sus objetivos y el afrontar pacíficamente retos y situaciones de conflicto, la tercera dimensión es la autonomía en esta dimensión el alumno desarrolla la iniciativa personal, la identificación de necesidades y busca soluciones por lo que toma decisiones y compromisos y es auto eficiente.

La cuarta dimensión es la empatía, en esta dimensión el alumno debe tener bienestar y dar un trato digno a las personas, explica sus ideas en situaciones de desacuerdo y conflicto, reconoce la

diversidad cultural, tiene sensibilidad a los grupos o personas que sufren exclusión o discriminación, cuida de la naturaleza y de los seres vivos.

Por último, la quinta dimensión es la colaboración, en esta dimensión el alumno debe generar una comunicación asertiva, reconocer y asumir la importancia de la responsabilidad, y promueve que todos los integrantes de un equipo este incluidos, muestra una actitud flexible para la resolución de conflictos, genera la interdependencia, al crear un ambiente de respeto y colaboración, mostrando disposición para ayudar a los demás.

Estas cinco dimensiones, componen a las habilidades asociadas a la dimensión de la autorregulación, desarrollarlas es muy importante para el desarrollo de los alumnos, pues son parte de la vida cotidiana, ya que, desde un enfoque pedagógico, se debe favorecer las situaciones didácticas que guarden una estrecha relación con los estudiantes y con el contexto, utilizando las cinco habilidades que se acaban de abordar.

2.4 Estrategia De Solución

El taller se utilizará como estrategia de solución, en éste se realiza una actividad específica, en el cual los alumnos comparten experiencias, crean expectativas y estimulan la creatividad, lo cual les enseña a pensar activamente desarrollando la capacidad de cooperación, responsabilidad, autonomía, creación y sentimiento de grupo.

De acuerdo a Egg (1999), define el taller como un “sistema de enseña-aprendizaje”, el cual se refiere a la palabra taller, como lugar donde se trabaja, se colabora y se transforma algo para ser utilizado, lo cual consiste en enseñar y sobre todo aprender, mediante la realización de algo, que se lleva a cabo de manera conjunta (p.9).

En el taller todos tiene que aportar, para resolver problemas concretos y para llevar a cabo determinadas tareas, el cual se puede aplicar a nivel universitario, escuela técnica, nivel primario y secundario, el taller puede considerar problemas propios de disciplina, orientación, o bien vinculado con problemas de la vida, en algo que los individuos necesiten.

En el taller, deben de participar todos los integrantes, pues la participación activa es de todos, pues es un aspecto central del sistema enseñanza-aprendizaje, pues la enseñanza y aprendizaje se aprende a través de una experiencia realizada conjuntamente, en la cual todos esta implicados e involucrados, como sujetos y agentes.

Desde el punto de vista pedagógico se caracterizan al taller, por aprender haciendo, lo cual Montaigne, menciona que “es necesario educar no a través de libros sino a través de la experiencia de la acción, por lo que aprender consiste, en superar la división entre la formación teórica y formación práctica a través de la realización de un proyecto de trabajo.

Para Ander Egg, existen tres tipos de taller, como el taller total que consiste en incorporar a todos los docentes y alumnos de un centro educativo en la realización de un programa o proyecto, el segundo es el taller horizontal, el cual consiste en abarcar y comprender a quienes enseñan o cursan un mismo año de estudios, el tercero consiste en el taller vertical, el cual comprende cursos de diferentes años, pero integrados para realizar un proyecto en común.

En el taller se da prioridad a la utilización de una metodología de apropiación del saber, los conocimientos teóricos, métodos, técnicas y habilidades se adquieren principalmente en un proceso de trabajo, haciendo algo y no mediante la entrega de contenido, aunque esto también se lleva a cabo.

El taller es caracterizado por ser una forma de enseñanza es por ello que se realiza en las siguientes etapas: pretarea, tarea y proyecto. En la etapa de pretarea consiste en que el coordinador del taller debe a comenzar a pensar en la temática, o en las propuestas a discutir en su grupo, dependiendo de las necesidades detectadas, durante esta etapa se pone nombre al taller, se buscan materiales, distribuyen roles y se prepara el ambiente donde se realizara el taller.

En la etapa de tarea, el coordinador y los participantes se mantienen en un nivel de apertura, en el cual se necesita un grado de esfuerzo y de constancia en la búsqueda de realizaciones, en este momento de máximo aprendizaje a partir de la tarea, se opera una y otra vez el grupo enfrenta dificultades y las resuelven.

Por último, en la etapa del proyecto se desarrolla el conjunto de actividades planeadas y diseñadas de manera esquematizada que tienen como fin responder a las necesidades e intereses del desarrollo grupal del ser humano, en esta etapa se pone en abordo los contenidos de la capacitación y se hacen adecuaciones correspondientes.

En la conclusión del taller, se puede tener una duración más o menos prolongada, en este momento se realiza la crítica, se evalúan los aciertos y errores, en esta etapa cada integrante del grupo, reflexiona sobre lo aprendido. Por lo que el taller como estrategia de solución, enseña a relacionarse con la teoría y práctica, estableciendo una relación dialéctica entre lo pensado y lo realizado, a través de la solución de problemas concretos.

2.5 Evaluación

La evaluación del taller se realizará, mediante una rúbrica la cual son guías de puntuación usadas en la evaluación de desempeño de los estudiantes que describen las características específicas de

un producto, proyecto o tarea en varios niveles de rendimiento, con el fin de clarificar lo que se espera del trabajo del alumno.

Los tipos de rúbrica que hay son: la global u holística que consiste en hacer una valoración del conjunto de la tarea, mediante la utilización de unos descriptores que se corresponden a niveles globales, la siguiente es la rúbrica analítica, la cual se centra en tareas de aprendizaje más concreta la cual necesita de un diseño más pormenorizado, se utilizan cuando es necesario evaluar los distintos procedimientos, fases, elementos, componentes que constituyen un proceso o producto.

Las ventajas del uso de las rúbricas, es que los alumnos tienen más información que con otros instrumentos, en la retroalimentación, otra ventaja es que fomenta el aprendizaje y la autoevaluación, pues conocen los criterios con los que serán evaluados, otra característica es que facilitan la comprensión global del tema y la relación de las diferentes capacidades, por último, promueve a responsabilidad del alumnado, que en función de los criterios expuestos pueden revisar sus trabajos.

2.6 Enfoque pedagógico

Por otro lado, el enfoque pedagógico que dará sustento al proyecto de intervención, es la concepción constructivista, el cual se debe de entender como un marco explicativo que parte de la concepción social y socializadora de la educación escolar e integra todo un conjunto de aportaciones de diversas teorías que tienen como denominador común los principios del constructivismo.

Esta concepción de la educación, no hay que tomarla como un conjunto de recetas, sino más bien como un conjunto de postulados que permitan, dentro de lo posible, diagnosticar, establecer juicios y tomar decisiones sobre la enseñanza. Desde esta perspectiva, los principales responsables

son los profesores, los cuales necesitan para el desempeño de sus funciones asistirse de determinados referentes que justifiquen y fundamenten su actuación, puesto que en su trabajo manejan situaciones de enseñanza/aprendizaje cuya valoración es dificultosa debido al gran número de variables y situaciones con las que se debe de contar.

Al proponer la concepción constructivista del aprendizaje y la enseñanza, se dará un marco de análisis que será de utilidad para el análisis, la reflexión y la actuación del docente, lo cual a cada docente le atribuirá un sentido, significado, y podrá ejecutarlo en su desempeño laboral. (Coll, 1990, p.435).

Es por ello que los profesores deben de contar con marcos explicativos que les permitan interpretar, analizar e intervenir en la realidad. Necesita estas teorías para poder contar con los referentes adecuados a la hora de poder contextualizar y priorizar metas y finalidades, planificar sus actuaciones, analizar sus desarrollos y, si hace falta, modificarlos para que se adecue a los resultados que se esperan. por todo esto, es de esperar, que dichas teorías serán adecuadas o bien en función de que puedan o no ofrecernos alguna explicación acerca de los interrogantes que se nos plantearán a lo largo de nuestra acción educativa, o bien en la medida en que dicha explicación nos permita articular diversas respuestas dentro de un marco coherente.

Por lo que, en definitiva, la concepción constructivista asume que en la escuela los alumnos aprenden y se desarrollan en la medida en que pueden construir significados que estén de acuerdo con los contenidos que figuran en el currículum escolares. Esta construcción implica, por un lado, una aportación activa y global por parte del alumno y por otro una guía por parte del profesor que actúa de mediador entre el niño y la cultura.

De manera que el constructivismo se presenta como un marco de análisis a través del cual será posible, ofrecer al profesor un marco para analizar y fundamentar muchas de las decisiones que toma para planificar y encauzar el proceso de enseñanza y además proporciona algunos criterios o

indicadores que permitirán llegar a comprender lo que ocurre en el aula y permitan corregir o cambiar el rumbo de los acontecimientos.

2.7 Investigaciones Actuales Sobre El Tema

Se analizó la siguiente investigación, donde el tema central es “la importancia de la autorregulación y la empatía en la formación docente, en la universidad de Zaragoza, del país de Brasil” (Lacruz y Gloria, 2016, p.157). Este artículo analiza la autorregulación y la empatía percibidas por el alumnado de magisterio de educación infantil en la Universidad de Zaragoza en la práctica de situaciones motrices introyectivas, se utilizó un diario de prácticas de los estudiantes, como instrumento de recogida de datos y se realizó un análisis de contenido de éstos empleando el software NUD*IST.

Los resultados muestran una reducida presencia de la autorregulación y la empatía en los testimonios de los participantes, por lo que se confirma la necesidad de integrar prácticas motrices introyectivas en la formación docente para desarrollar competencias socio personales y se proponen algunas orientaciones pedagógicas para este fin.

Otras de las investigaciones que se analizaron, fue “la educación socioemocional: la autorregulación y el equipo de trabajo en equipo, en habitantes de Cuetzalan, Puebla, México, y en los alumnos de bachillerato de la Universidad Autónoma de Chapingo” (Aguilera, M., Méndez, N., Sandoval, S. 2015, p.23).

El objetivo de este trabajo de investigación era diseñar, implementar y evaluar un programa de intervención en competencias socioemocionales que potencien la autorregulación emocional y el trabajo en equipo de las personas del municipio de Cuetzalan, Puebla, que colaboran en los proyectos de investigación del CIISCINASyC, y, por otra parte, su aplicación a estudiantes de

bachillerato de la Universidad Autónoma Chapingo (UACH), enfocado a mejorar la convivencia social.

Debido a que se trata de un proyecto de continuación, la propuesta está basada en los resultados obtenidos en la evaluación diagnóstica realizada en el período 2013-2014, en la que se utilizó la escala de competencias socioemocionales (ECSE). Los resultados obtenidos en dicha evaluación reportaron que aproximadamente 50% de los participantes de la muestra, habitantes del Municipio de Cuetzalan, Puebla, y colaboradores de los proyectos del CIISCINASyC, han desarrollado habilidades socioemocionales en las áreas de autorregulación emocional y trabajo en equipo.

Pero el otro 50% requiere atención, para la cual se realizó un programa de intervención como propuesta general, el cual se desarrollará de manera más específica, implementará y evaluará en el presente año. El resultado de las anteriores investigaciones, es que hay una evidente necesidad por implementar en los individuos, el reconocimiento de sus emociones.

Se analizó la siguiente investigación, el cual por tema es “la autorregulación en estudiantes de secundaria: influencia de sexo, edad y apoyo familiar, en la ciudad de México” (Osés, R., Aguayo, J., Duarte, E., Manuel, J. 2011, p.38). Éste trabajo evalúa la influencia de las variables de sexo, edad y apoyo familiar, tanto en la percepción que tienen los estudiantes del tiempo en que reciben apoyo en sus tareas escolares, como de los familiares que los ayudan en las mismas, en función de las estrategias autor regulatorias.

Participaron 226 estudiantes del primer grado de una secundaria pública. Se usó una modificación del Cuestionario de Autorregulación de Flores Macías y Cerino Soberanis (2000), con cuatro componentes que miden, Estrategias de apoyo, estrategias meta-cognitivas, estrategias cognitivas y motivación.

Es una investigación aplicada, con un diseño pretest-postest de series de tiempo. Los resultados muestran que hubo un decremento en la motivación de las mujeres comparadas con los hombres. En las Estrategias de apoyo, los estudiantes de 12 años tuvieron ventaja sobre las demás edades, asimismo, hay una mejoría en las Estrategias cognitivas cuando el padre participa y cuando el apoyo son dos horas.

CAPÍTULO
III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Tipo de investigación

Después de haber hecho la revisión documental de distintas fuentes de información, y de ir al campo donde se va a efectuar la investigación, es necesario establecer qué tipo de investigación tendrá el proyecto de intervención, pues esta determinará el alcance que se tendrá, este análisis es importante, pues a partir del alcance del estudio, dependerá la estrategia de investigación, la cual puede tener o incluir elementos de los cuatro alcances, el exploratorio, descriptivo, correlacional y explicativo, ya que el estudio se inicia como exploratorio, para después ser descriptivo.

De acuerdo a Hernández, et al (2014) “existen dos principales factores que influyen para que una investigación se inicie como exploratoria, descriptiva, correlacional o explicativa, el conocimiento actual del tema de la investigación y la literatura que revela si hay piezas o trozos de teoría con apoyo empírico” (p.98). A partir de la revisión del conocimiento actual y la literatura, se determina qué tipo de estudio se realizará, considerando estos aspectos, el estudio es de carácter descriptivo.

El estudio descriptivo, detalla información respecto al fenómeno o problema, incluyendo la identificación de posibles variables a estudiar, su utilidad es mostrar con precisión las dimensiones de un fenómeno, también es conocida como investigación estadística, busca especificar las propiedades específicas importantes de personas, grupos o comunidades.

La finalidad de ésta, radica en formular nuevos planteamientos y profundizar en los hechos existentes, especificar las características de los perfiles de las personas, procesos u objetos sometidos al análisis. A través de este tipo de estudio se miden y se evalúan diversos aspectos, dimensiones, rasgos de la situación del fenómeno o situación a investigar, esto nos sirve para

explicar las características más importantes en lo que respecta a su aparición, frecuencia y desarrollo, para así conocer las situaciones, costumbres, a través de una descripción exacta.

Las etapas de la investigación descriptiva, es examinar las características del problema, la formulación de hipótesis definir términos claros, enunciar los supuestos en que se basa la hipótesis, elegir las fuentes apropiadas para elaborar el marco teórico y la selección de las técnicas. Por lo que la investigación descriptiva consiste en detallar las realidades de las personas, las situaciones, las actividades o los eventos del estudio y la investigación. Entre algunos de los ejemplos en los cuales se utiliza la investigación descriptiva, son en los censos de población, etnografía, encuestas para conocer opiniones, etc.

3.2 Tipo de Estudio y/o Enfoque

Para la recolección y tratamiento de los datos obtenidos se partirá de un método de carácter mixto, el cual ayudará en el proceso de recolección de datos, análisis y vinculación de datos cuantitativos y cualitativos, dentro de un mismo estudio para responder a un planteamiento de un problema, con el fin de obtener un panorama más amplio sobre el fenómeno. Otra bondad del método mixto es que formula el planteamiento del problema con mayor claridad, así como las maneras más apropiadas para estudiar y teorizar los problemas de investigación.

“La meta de la investigación mixta no es reemplazar a la investigación cuantitativa ni a la investigación cualitativa sino utilizar las fortalezas de ambos tipos de indagación combinándolas y tratando de minimizar sus debilidades potenciales” (Sampieri, 2010, p.544). Con esto el autor se refiere a tomar lo más significativo de cada método y posteriormente analizar el fenómeno de una

manera más amplia, lo cual ayuda a tener una extensa visión del problema y a producir datos más ricos y variados, lo que ayuda a tener indagaciones más dinámicas.

Las fortalezas de utilizar el método mixto es, utilizar las palabras, imágenes, la narrativa para entender los números, por su contraparte los números se utilizan para agregar precisión y entender las imágenes y la narrativa, de esta forma el investigador puede utilizar las fortalezas de un método para superar las debilidades de otro, por lo que la conjunción de técnicas cualitativas y cuantitativas producen un conocimiento más completo, una visión holística y logra mezclar la realidad objetiva y subjetiva.

Por lo que utilizar el método mixto, apoya a lograr una perspectiva más amplia y profunda del fenómeno, el planteamiento del problema queda más claro, utilizar esta metodología arroja datos más ricos y variados mediante la multiplicidad de observaciones, lo cual impulsa la creatividad teórica por medio de suficientes procedimientos y en efecto se efectúan indagaciones más dinámicas.

Una de las definiciones más significativas del método mixto, es que los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio. (Hernández Sampieri y Mendoza, 2010, p.546).

De acuerdo a la definición anterior, es evidente que el método mixto, se combina al menos con un componente cuantitativo y cualitativo, dentro de un mismo estudio o proyecto de investigación, pero ¿por qué utilizar los métodos mixtos?, esto se debe a problemas o fenómenos, tan complejos como, las relaciones interpersonales, las emociones, la depresión, la sociedad, enfermedades, valores, la pobreza, problemas psicológicos, los cuales actualmente son tan complejos para la

ciencia, por lo cual el uso de un solo enfoque, como cualitativo o cuantitativo, no es suficiente para comprender el problema desde su totalidad.

“A partir del método mixto, se obtiene una perspectiva más amplia y profunda del fenómeno, ya que al emplear dos métodos como el cualitativo y el cuantitativo, se incrementa la confianza, de lo que ocurre con el fenómeno estudiado” (Hernández, et al, 2014, p.550). Los problemas y fenómenos actualmente, exigen un trabajo con más multidisciplinariedad, lo cual implica acercamientos con metodologías diversas, que nos den un amplio panorama del fenómeno.

Otras de las ventajas del método mixto es el enriquecimiento de la muestra, ya que al mezclar enfoques se mejora, otro aspecto es que hace una integración de la intervención, asegurando su confiabilidad y optimiza los significados, lo que facilita una mayor perspectiva de los datos, consolidando interpretaciones y la utilidad de los descubrimientos. El método mixto se fundamenta en el pragmatismo, por lo cual puede retomar los estudios e investigaciones cualitativas y cuantitativas, de manera que se nutran entre sí y que de manera combinada se genere un mejor sentido de comprensión del fenómeno estudiado.

Retomando los párrafos anteriores, y reafirmando las fortalezas de utilizar el método mixto, sus beneficios son que las palabras, los materiales audiovisuales y otros elementos narrativos pueden ser usados para agregar significado a los números, y los números pueden ser utilizados para agregar precisión a las palabras, materiales audiovisuales y otros elementos narrativos, por lo que los investigadores pueden usar las fortalezas de un método para cubrir las debilidades del otro, pues se puede agregar mayor perspicacia y más elementos para soportar y entender el fenómeno estudiado, por lo que se produce un conocimiento más completo e integral para informar a la teoría y la práctica

3.3 Diseño de Investigación

Una vez de haber seleccionado el método mixto, es necesario mencionar que tipo de diseño se utilizara en la investigación, para determinar esto, es necesario analizar la prioridad o peso, ya que este se refiere a establecer, cuál de los dos métodos (cualitativo o cuantitativo), tendrá mayor peso en el estudio, también se debe considerar la secuencia o tiempos de los métodos o componentes, pues dependiendo de estas el investigador determinara que tipo de diseño se pondrá en marcha.

Con base a Pereira (2012) menciona que “los diseños mixtos han ido tomando protagonismo en la actualidad, ya que son aplicados en diversos campos, pero esencialmente en las ciencias sociales” (p.2). De acuerdo a este autor, considera el diseño mixto, como algo pertinente, pues ocupar éste método amplio un panorama de como analizar el fenómeno estudiado.

El diseño de la investigación, que se utilizara es el anidado o incrustado, en esta modalidad se recolectan los datos cuantitativos y cualitativos, en el cual se le da mayor peso a un método, pero los análisis pueden variar dependiendo de las preferencias del investigador y de lo que se quiere obtener.

“El diseño de investigación mixta colecta simultáneamente datos cuantitativos y cualitativos predominando un método” (Sampieri, 2010, p.571). De acuerdo a esta definición, lo cualitativo predominará en nuestro proyecto de intervención, y se les dará menos prioridad a los datos cuantitativos, por lo cual se hará el uso del diseño anidado o incrustado, los datos que se lleguen a obtener serán comparados o mezclados en la fase de análisis, ya que deben ser transformados para que posteriormente se puedan integrar para su análisis conjunto.

Por lo que el diseño de investigación anidado o incrustado, recurre a una recolección de datos, cualitativos o cuantitativos y deja a uno de manera predominante, el método que predomina en esta

investigación es el cualitativo, pues se le dará más peso en la parte subjetiva, por su parte el método que posee menor prioridad, es el cuantitativo, el cual quedara anidado o insertado dentro del que se considera central, que, en este caso, es la cualitativa.

Los datos recolectados por medio de este diseño de investigación, son comparados y/o mezclados en la fase de análisis, aplicar este diseño, tiene ventajas, pues proporcionan una visión más amplia del fenómeno estudiado, que, si solo se usara uno, ya que los datos cualitativos pueden enriquecerse con datos cuantitativos, de igual manera datos cuantitativos a los cualitativos.

Una ventaja de este modelo es que recolecta de manera simultánea, datos cualitativos y cuantitativos, el investigador posee una visión más amplia, completa y holística del problema de estudio, pues se obtienen fortalezas del análisis cuantitativo y cualitativo, beneficia las perspectivas que provienen de diferentes tipos de datos dentro de la investigación, se puede responder a una gama más amplia de preguntas.

El mayor desafío, del investigador es que los datos cuantitativos y cualitativos no se contradigan, ya que requieren de ser transformados de manera que puedan integrarse para un análisis en conjunto, por lo que se requiere un conocimiento más profundo del fenómeno y a una rigurosa revisión del estado del arte.

3.4 Técnicas e Instrumentos

Las investigaciones con diseños mixtos se han hecho muy útiles en campos como: La educación, enfermería, medicina, psicología y comunicación, está tiene un potencial en el uso de métodos cualitativos y cuantitativos, lo cual potencia la posibilidad de comprensión del fenómeno. En este sentido, cuando se implementa una investigación mixta es común utilizar técnicas e instrumentos utilizados tanto en los métodos cuantitativos como de los métodos cualitativos.

“Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas, respecto a una o más variables a medir” (Chasteauneuf, 2009, p.19). Para la recolección de datos se hará uso del cuestionario, pues estos se utilizan en encuestas de todo tipo como, por ejemplo, conocer las necesidades de las personas y evaluar la percepción ciudadana sobre ciertos problemas como la inseguridad.

El cuestionario se les aplico a los padres de familia (ver apéndice D), en el cual se plasmaron preguntas cerradas y preguntas abiertas, este tenía como objetivo: obtener información desde la perspectiva de los padres de familia sobre el comportamiento de su hijo, a los alumnos también se les aplico un cuestionario (ver apéndice C) el cual consistía en identificar desde la perspectiva de los estudiantes de quinto y sexto grado las relaciones que establecen con sus compañeros, el cuestionario tenía cuestionamientos sobre el comportamiento que tienen en la escuela, con sus compañeros y amigos.

El maestro del grupo 5 y 6 grado, el cual también desempeña el cargo de director de la institución, se le aplicó una entrevista (ver apéndice B) que tenía como objetivo identificar desde la percepción que tiene el docente, respecto a la autorregulación de las emociones de los estudiantes de quinto y sexto grado, grupo A, en la entrevista se le pregunto sobre su formación profesional, experiencia profesional y conocimiento de la autorregulación de las emociones.

“La entrevista es íntima, flexible y abierta, se define como una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona, el entrevistador y el entrevistado” (Janesick, 1998, p.35). De acuerdo a lo mencionado, la entrevista es fundamental para obtener información, de un individuo, una pareja o un grupo de personas, mediante el dialogo, de una manera flexible, realizando cuestionamientos acerca del fenómeno que se quiere estudiar.

Las entrevistas se dividen en estructuradas, semiestructuradas y no estructuradas o abiertas. En las primeras, el entrevistador realiza su labor siguiendo una guía de preguntas específicas y se sujeta exclusivamente a ésta (el instrumento prescribe qué cuestiones se preguntarán y en qué

orden). Las entrevistas semiestructuradas se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información.

Las entrevistas abiertas se fundamentan en una guía general de contenido y el entrevistador posee toda la flexibilidad para manejarla. Las entrevistas, como herramientas para recolectar datos cualitativos, se emplean cuando el problema de estudio no se puede observar o es muy difícil hacerlo por ética o complejidad (por ejemplo, la investigación de formas de depresión o la violencia en el hogar).

Por último, se realizó una guía de observación dirigida hacia los alumnos (ver apéndice A) , la cual su principal objetivo era identificar si los alumnos de 5 y 6 grado poseen habilidades con respecto a la autorregulación de las emociones, al igual que se aplicó una guía de observación dirigido hacia el contexto de la comunidad, (ver apéndice E), este último instrumento tenía como objetivo conocer las características, sociales, culturales, económicas y educativas de la comunidad de Huexoteno, Atempan, Puebla, para reconocer aspectos de incidencia en la educación socioemocional, dentro de la guía de observación se contempló ámbitos, como lo social, cultural, económica y educativamente.

“La investigación cualitativa, su principal característica es la observación, sus propósitos son: explorar y describir ambientes, comunidades, subculturas y los aspectos de la vida social, analizando sus significados y a los actores que la generan” (Eddy, 2008; Patton, 2002; y Grinnell, 1997, p. 15). Por lo que la investigación cualitativa ayuda a comprender procesos, vinculaciones entre personas y sus situaciones, experiencias o circunstancias, los eventos que suceden al paso del tiempo y los patrones que se desarrollan, identificar problemas sociales y generar hipótesis para futuros estudios.

CAPÍTULO

IV

PROYECTO DE INTERVENCIÓN

4.1 Antecedentes de la propuesta

La propuesta surge a partir de las observaciones que se realizaron en campo, en la escuela primaria Escudo Nacional de la comunidad de Huexoteno, Atempan, Puebla, dentro de dicha institución se realizó un diagnóstico de carácter psicopedagógico, en el cual se obtuvo información sobre los actores sociales que interactúan dentro de dicha institución, como los alumnos, docentes, directivos, padres de familia y contexto.

Se realizaron instrumentos de observación para detectar algo que estuviera afectando dentro de la comunidad escolar, algunos de los instrumentos aplicados fue una guía de observación, dirigida hacia los alumnos de quinto y sexto grado, también un cuestionario, la escuela donde se realizó la investigación es de carácter multigrado, al docente con cargo de director de la institución, también se le aplicó una entrevista, a los padres de familia se les aplicó un cuestionario sobre el comportamiento de sus hijos, por último se efectuó una guía de observación dirigida hacia el contexto.

Se tomó en consideración fuentes primarias como los hechos de la realidad y los sujetos que viven dentro de ella, así como comentarios u opiniones de los sujetos. A partir de la aplicación de los instrumentos de observación, se recopiló información, la cual se analizó y reflexionó, para darle una interpretación. Los datos que se obtuvieron a partir de la aplicación de los instrumentos de observación señalan que los alumnos tienen poca autonomía emocional, para autorregular sus emociones.

Ya que, en la guía de observación y el cuestionario, que se les aplicó a los alumnos, se pudo constatar a partir de indicadores, categorías y cuestionamientos, las causas que origina que los alumnos no controlen sus emociones, el docente a partir de la entrevista que se le aplicó, menciona

que los padres de familia ponen poco interés a sus hijos, al igual que la comunidad donde se encuentra ubicada la escuela, pues tiene altos márgenes de marginación, pues los padres de familia tienen que salir a trabajar lejos, por lo cual la mayoría de alumnos se quedan solos en casa o a cargo de algún familiar, el docente también hace hincapié a que prefiere trabajar materias como español o matemáticas, pues las considera las más importantes.

A los padres de familia, de acuerdo al cuestionario que se les aplicó, los resultados obtenidos resaltan que no les dedican tiempo a sus hijos, ni para ayudarlos en actividades escolares o trabajos de la escuela, otro aspecto importante que se obtuvo es que casi no le ponen atención al área emocional de sus hijos.

La importancia de saber autorregular las emociones, es que un sujeto, que sabe manejar sus emociones, es más eficiente, pues desarrolla empatía con los demás, esto contribuye a generar individuos con capacidad para trabajar y relacionarse con la sociedad de manera armónica. En su contraparte los individuos que no saben expresar sus emociones, toman decisiones que le pueden perjudicar o poner en peligro su integridad, ya que les cuesta relacionarse con las demás personas, o para resolver algún conflicto actúan de manera más espontánea.

Una vez detectado el problema, las causas que lo originan y la importancia de saber autorregular las emociones, se buscó información para plantear una estrategia que atendiera y solucionara el problema detectado. La estrategia que se planteó como solución es el taller, en éste se realiza una actividad específica, en la cual los alumnos comparten experiencias, desarrollando la cooperación, responsabilidad y autonomía.

4.2 Descripción de la propuesta

El taller se utilizará como estrategia de solución, pues se utiliza como forma de enseñanza y de capacitación, en éste se realiza una actividad específica, en el taller todos los participantes tienen que participar, para aportar algún comentario, o llevar a cabo determinadas tareas, el taller se puede aplicar a nivel primario, secundario y universitario, dentro del taller se pueden abordar varias temáticas como la orientación, disciplina, o bien vinculado con problemas de la vida, o en algo que los individuos necesiten.

Las características del taller son: la participación, el espacio crítico y de discusión, el trabajo colaborativo. Una de las principales características del taller es que se pone énfasis en la práctica sin dejar de lado lo teórico, dentro del taller se pueden combinar actividades individuales y grupales, durante la realización del taller, debe haber comunicación, dialogo y discusión, también se pueden integrar diferentes estrategias para la enseñanza, promoviendo con esto la participación.

Los propósitos que persigue el taller es el involucrar a los participantes en un proceso experimental, en el cual permitan expresar sus conocimientos, creatividad, experiencia y sensibilidad mediante la realización de una tarea específica, el resolver algunos casos o actividades planteadas dentro del taller, también su función es capacitar al participante en la búsqueda, construcción y ejecución de soluciones y desarrollar procesos de relaciones interpersonales con aprendizajes sociales.

Los elementos claves para diseñar el taller, son los aprendizajes que se quieren lograr, el diseño de actividades, problemas o estudios de casos, los cuales deben de estar relacionados con las actividades propuestas y lo más importante es que llame la atención del participante, durante la

realización del taller se deben de establecer relaciones con el entorno (contexto) y los conocimientos previos.

Para la estrategia del taller se deben contemplar algunas características, como el diagnóstico ya que, a partir de éste se identifican las necesidades dentro del aula, otra característica es tomar en cuenta los conocimientos previos de los alumnos. Para poder lograr implementar el taller y cumplir satisfactoriamente con su función, es importante partir de unos objetivos claros, que guíen el actuar del docente y de las necesidades identificadas.

La estructura del taller se realizará en las siguientes etapas: pretarea, tarea y proyecto. En la etapa de pretarea consiste en que el coordinador del taller debe a comenzar a pensar en la temática, o en las propuestas a discutir en su grupo, dependiendo de las necesidades detectadas, durante esta etapa se pone nombre al taller, se buscan materiales, se distribuyen roles y se prepara el ambiente donde se realizara el taller.

En la etapa de tarea, el coordinador y los participantes se mantienen en un nivel de apertura, en la cual se necesita un grado de esfuerzo y de constancia en la búsqueda de realizaciones de las tareas, éste es el momento de máximo aprendizaje, pues a partir de la tarea, se opera una y otra vez al grupo, pues se enfrentan a dificultades o retos, los cuales ellos resuelven, a partir del análisis de la actividad planteada y de la reflexión de la misma.

Por último, en la etapa del proyecto se desarrolla el conjunto de actividades planeadas y diseñadas de manera esquematizada que tienen como fin responder a las necesidades e intereses del desarrollo grupal del ser humano. En la conclusión del taller, se puede tener una duración más o menos prolongada, en este momento se realiza la crítica, se evalúan los aciertos y errores.

Desde el punto de vista pedagógico se caracterizan al taller, por aprender haciendo, lo cual Montaigne, menciona que “es necesario educar no a través de libros sino a través de la experiencia de la acción”, a lo que se refiere es aprender, superando la división que hay entre la formación teórica y la formación práctica a través de la realización de un proyecto de trabajo.

4.3 Sustento de la propuesta

El taller se utilizará como la estrategia de solución, en la cual los alumnos comparten experiencias, se crean expectativas y se estimula la creatividad, de acuerdo a Egg (1999) menciona que “el taller es como un sistema de “enseñanza aprendizaje”, en el cual se refiere a la palabra taller, como un lugar donde se trabaja, se colabora y se transforma para ser posteriormente ser utilizado, lo cual consiste en enseñar y sobre todo aprender, mediante la realización de algo, que se lleva a cabo de manera conjunta” (p.9).

Con esto se refiere el autor, a que el taller es como un medio por el cual se obtiene una enseñanza-aprendizaje, pues se debe mantener un estado activo con los estudiantes, realizando actividades en las cuales los alumnos trabajen de manera colaborativa y relacionen lo visto con su contexto, ya que la relación de la teoría-práctica es fundamental en el taller pues intenta superar la antigua separación entre la teoría y la práctica al interactuar el conocimiento y la acción, en el taller se busca la reflexión, el análisis de la acción y de la teoría.

Durante el taller todos los participantes deben de aportar alguna ideas o comentarios que contribuyan a resolver los problemas que se plantean durante el taller, o las tareas, el taller se puede aplicar en los niveles educativos, como la universidad, escuela técnica, nivel primario y secundario.

La temática que puede abordar el taller pueden ser temas como la disciplina, orientación, o vinculado con problemas de la vida, o con algo que los alumnos necesiten.

El taller tiene función principal la utilización de una metodología de apropiación del saber, los conocimientos teóricos, métodos, técnicas y habilidades que se adquieren principalmente en un proceso de trabajo, haciendo o realizando algo y no solo por la entrega de algún contenido. De acuerdo a Mirebant, menciona que el taller es una reunión de trabajo, en el cual se unen los participantes en pequeños grupos o equipos, para hacer aprendizajes prácticos, de acuerdo a los objetivos que se proponen y el tipo de asignatura que los organice.

Mediante el taller, los docentes y los alumnos desafían en conjunto problemas específicos buscando también el aprender a ser, el aprender a aprender y el aprender a hacer se den de manera integrada, como corresponde a una autentica educación o formación integral.

Por lo que el taller es un espacio para la convivencia, la reflexión y la conceptualización, como síntesis del pensar, sentir y el hacer, ya que es el lugar para la participación y el aprendizaje, por lo cual se convierte en un lugar de participación, la comunicación y, por ende, una producción social de objetos, hechos y conocimientos.

4.4 Planeaciones

A continuación, se explicará de manera general la estrategia del taller, que se utilizara para atender el problema que se detectó, éste se realizara mediante la aplicación de cinco sesiones, las cuales contarán con una hora de duración, dentro de las cuales se toma en consideración un objetivo general, al igual que específicos, se plasma el nombre de la actividad, las secuencias didácticas y las actividades, el tiempo, los recursos didácticos y los indicadores de desempeño.

Se tomó en consideración actividades lúdicas, así como dinámicas o juegos que interesaran a los alumnos, lo importante al diseñar cada sesión es que las actividades realizadas debían tener relación con su entorno, así como la función de rescatar conocimientos previos y experiencias de los alumnos. De acuerdo a lo explicado anteriormente y de manera general, se muestran las siguientes planeaciones que se diseñaron y se dará una breve explicación de cómo aplicarlas y de cómo evaluar.

En esta primera sesión, se parte a partir del objetivo general y el específico, los cuales indican que es lo que se espera lograr con los alumnos, el nombre de la actividad se llama mi cuerpo habla, se toma en cuenta tres momentos fundamentales en la secuencia didáctica/ actividades, los cuales son el inicio, desarrollo y cierre, el tiempo que se tiene para implementar la primera sesión, es de una hora.

Para el inicio se contemplan 15 minutos, en el cual se inicia con una dinámica (telaraña), la razón por la cual se debe utilizar esta dinámica es para organizar al grupo y la recuperación de conocimientos previos, pues se le preguntara al alumno sobre una situación en la cual hayan ocupado una emoción, posteriormente para el desarrollo se dispondrán de 30 minutos, en los cuales se plantea las actividades y trabajo más importante, en éste momento las actividades de desarrollo tienen como función, que los alumnos reflexionen como expresan sus emociones en su cuerpo, por último al cierre se le dispone de 15 minutos, es éste se rescata que fue lo que se hizo en la sesión, al igual que se busca que los alumnos reflexionen, que fue lo que se abordó durante toda la clase.

| | |
|---------------------|---|
| Objetivo General | Fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la primaria Escudo Nacional, mediante un taller para mejorar el desarrollo emocional |
| Objetivo Específico | Reconoce y maneja sus emociones ante diversas situaciones |

| Nombre De La Actividad | Secuencia Didáctica/Actividades | Tiempo | Recursos Didácticos | Indicadores De Desempeño |
|------------------------|--|------------|--|--|
| Mi cuerpo habla | <p>Inicio Se da la bienvenida a los alumnos y se les explica sobre el contenido y expectativas del taller, a continuación, se realiza la dinámica llamada la telaraña, la cual se dispone de una bola de estambre, que se va ir desmadejando según se pase entre los integrantes del grupo, los alumnos tendrán que decir su nombre y alguna situación en la cual hacen uso de sus emociones, este ejercicio se deberá repetir hasta que todos los integrantes del grupo hayan participado. Una vez terminada la dinámica los alumnos regresaran a sus lugares y se les explicara sobre la importancia de las emociones.</p> | 15 minutos | Bola de estambre | <p>Presta atención</p> <p>Guarda silencio</p> |
| | <p>Desarrollo Se repartirá una hoja a los alumnos, que contestaran de manera individual, en la cual se les pide que describan que es lo que experimentan en su cuerpo ante diversas situaciones, dependiendo de la emoción señalada. Un ejemplo cuando me avergüenzo se me ponen las mejillas rojas. Se les pedirá a los alumnos que compartan sus trabajos y comparen sus respuestas, se invita a que de manera voluntaria un alumno comparta una situación vivida, y explique qué emoción experimento y cómo se reflejó en tu cuerpo. Se les reparte a los alumnos una hoja en la cual tiene una silueta de una persona, en dicha hoja tendrán que relacionar una</p> | 30 minutos | Hoja Colores Lapicero Lápiz Goma | <p>Atiende la explicación</p> <p>Participa</p> |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| | emoción con una parte del cuerpo, dependiendo de lo que sientan. | | | |
| | <p>Cierre</p> <p>Se reflexionará y dialogara con los alumnos sobre cómo se manifiestan las emociones en el cuerpo, se les presentará algunas imágenes en las cuales se escribirá en una línea la emoción que creen que se manifieste en cada una. Se cerrará la sesión reiterando la importancia de reconocer en que partes del cuerpo se refleja lo que sienten para que lo expresen de forma asertiva.</p> | 15 minutos | <p>Hoja</p> <p>Imágenes</p> <p>Lápiz</p> <p>Lapicero</p> | |
| Evidencias | | Instrumentos de evaluación | | Producto |
| <ul style="list-style-type: none"> • Hoja con silueta de emociones • Hoja con recuadro de situaciones | | <ul style="list-style-type: none"> • Diario de campo • Rúbrica | | <ul style="list-style-type: none"> • Cartel |

La evaluación de la primera sesión se realizará mediante una rúbrica, la cual son guías de puntuación usadas en la evaluación de desempeño de los estudiantes, pues se describen las características que los alumnos deben alcanzar, la ventaja del uso de las rúbricas, es que facilitan la comprensión global del tema y la relación de las diferentes capacidades al igual que promueven la responsabilidad del alumnado, el objetivo de la rúbrica, es valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo A, las categorías que se tomaron en cuenta son cuatro.

Objetivo: Valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo A

| Categoría | Excelente | Bueno | Regular | Deficiente |
|---------------------------------|--|--|---|---|
| Presta atención | Presta atención, durante toda la clase y muestra interés. | Si presta atención, pero hay momentos en el que evade la clase. | No presta atención, pero hay momentos en el que muestra interés. | No presta, atención y molesta a los demás. |
| Guarda silencio | Guarda silencio de forma autónoma, sin que se le dé la indicación y respeta los turnos para hablar. | Si guarda silencio, pero solo cuando se le pide. | No guarda silencio, pero calla cuando se le llama atención. | No guarda silencio nunca y falta el respeto a compañeros continuamente. |
| Atiende a la explicación | Atiende a la explicación que se le da durante la clase, para realizar de manera eficiente sus actividades. | Si, parece que atiende a la explicación, aunque la cabeza la tiene en otro lado. | No atiende a la explicación, pero molesta a los demás. | No atiende a la explicación, prefiere hacer otra tarea. |
| Participa | Participa de manera constante y aporta ideas valiosas al contenido que se está abordando. | Si participa, pero solo cuando se le pregunta. | No participa voluntariamente, pero hace comentarios puntuales del tema. | No participa ni aporta ideas. |

Otro instrumento de evaluación que se utilizara para la evaluación de la primera sesión es el diario de campo, es un soporte que nos permite registrar datos, información u observaciones recabadas a lo largo que se lleve a cabo el taller (cinco sesiones), el diario de campo puede ser utilizada como una agenda o anotador, su principal función es dejar registro de todo lo que pueda

ser útil en la investigación y así convertirse en un instrumento fácil, seguro y eficiente para consultar datos o información.

Diario de campo

Objetivo: Registrar datos e información sobre el proceso de los alumnos durante el taller.

La segunda sesión tiene como objetivo específico a que los estudiantes reflexionen acerca de la importancia de saber expresar sus emociones ante eventos tristes, traumáticos, negativos o felices para una mejor relación con los demás, el nombre de la actividad se llama expresando mis emociones, se toma en cuenta una hora, y se divide en tres momentos de la secuencia didáctica, inicio, desarrollo y cierre. Para el inicio se dispone de 15 minutos, se realiza una dinámica llamada piñas y naranjas, la cual tiene como función el recuperar ideas de la anterior sesión, haciendo participar a los alumnos, de una manera más dinámica y divertida.

Para el desarrollo se tomará en cuenta 30 minutos, en los cuales se realizará una actividad a partir de unas fichas, las cuales representan caritas con gestos de diferentes emociones, se explicará y se les hará unos cuestionamientos a los alumnos, las razones de las actividades propuestas en el desarrollo son para resaltar la importancia de saber expresar las emociones ante una situación. Para el cierre se dispone de 15 minutos, de los cuales se les pedirá a los alumnos dibujar alguna carita, con esto se intenta hacer reflexionar a los alumnos sobre la importancia de saber expresar sus

emociones, ante las diferentes circunstancias que se presenten en la vida, para expresarse y actuar de forma correcta, lo cual lo compartirán ante el grupo.

2 SESIÓN

| | | | | |
|--------------------------|--|------------|---------------------|---|
| Objetivo general | Fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la primaria Escudo Nacional, mediante un taller para mejorar el desarrollo emocional | | | |
| Objetivo específico | Que los estudiantes reflexionen acerca de la importancia de saber expresar sus emociones ante eventos tristes, traumáticos, negativos o felices, para una mejor relación con los demás. | | | |
| Nombre de la actividad | Secuencia Didáctica/Actividades | Tiempo | Recursos Didácticos | Indicadores De Desempeño |
| Expresando mis emociones | <p>Inicio</p> <p>Se les da la bienvenida a los alumnos, y se les pide que formen un círculo con sus sillas, para realizar la dinámica llamada piñas y naranjas, en la cual el docente o instructor se pondrá en medio y dirá piña señalando a un jugador, ese alumno deberá decir el nombre de su compañero de su izquierda rápidamente y si dice naranja el jugador tendrá que decir el nombre de su compañero de la derecha. Si tarda más de 2 o 3 segundos tendrá que ocupar el centro del círculo y recordar que fue lo que se abordó en la anterior sesión. Si esta persona que se encuentra en el centro dice frutero revuelto, todos los jugadores tendrán que cambiar de sitio inmediatamente, buscando uno nuevo. Se realizará este ejercicio hasta que la mayoría de alumnos hayan participado.</p> <p>Después de haber realizado la dinámica, los alumnos volverán a sus lugares, para continuar con la sesión.</p> | 15 minutos | Sillas | <p>Permanencia en clase</p> <p>Participación</p> <p>Actitud</p> |

| | | | | |
|--|---|------------|--|--|
| | <p>Desarrollo</p> <p>A continuación, se les mostrara unas fichas con caritas a los alumnos y se les pedirá que las observen detenidamente, para que identifiquen las emociones expresadas, después se les solicitara que describan cada ficha en su libreta.</p> <p>Posteriormente se explica, que, según el estado de ánimo, nosotros también expresamos estas emociones con gestos de la cara. Se pregunta a los niños y niñas: ¿cómo se sienten cuando les quitan un objeto apreciado o cuando han perdido algo? ¿cómo se expresa en su rostro? (Se pide que lo expresen con gestos.</p> <p>Posteriormente se les pide que comenten acerca de:</p> <p>¿qué hacen cuando están molestos o tristes? ¿cómo se comportan? ¿qué dicen?</p> <p>¿cuándo se han sentido molestos o tristes? ¿por qué?</p> <p>¿cómo han hecho para volverse a contentar?</p> <p>¿qué pasa con las personas que están cerca de ustedes? ¿cómo se sienten?</p> <p>Lo importante de esta sesión es recalcar como expresar las emociones frente a una situación.</p> | 30 minutos | <p>Fichas que representen caritas con gestos de diferentes emociones.</p> <p>Libreta Lapiceros Plumón Pizarrón Hoja con cuestionario</p> | |
| | <p>Cierre</p> <p>Se pide a los estudiantes que expresen cómo se han sentido en esta sesión, dibujando una de las caritas expresivas vistas al inicio de la sesión, se reflexiona en grupo sobre la importancia de expresar las emociones ante las diferentes circunstancias que se presenten en la vida, la manera correcta de expresarse y actuar.</p> | 15 minutos | <p>Fichas que representen caritas con gestos de diferentes emociones.</p> | |

| Evidencias | Instrumentos de evaluación | Producto |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Descripción de fichas • Cuestionario • Dibujo | <ul style="list-style-type: none"> • Rubrica • Diario de campo | <ul style="list-style-type: none"> • Cartel |

La evaluación de la segunda sesión se realizará a partir de la rúbrica, que tiene por objetivo valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto y sexto grado, en la rúbrica se consideran tres categorías, la actitud, la participación de los alumnos y la permanencia en clase, las rúbricas son una herramienta que ayuda a evaluar el aprendizaje de los alumnos, haciendo que los mismos estudiantes también reconozcan sus errores mediante la autoevaluación, la rúbrica es un documento que describe distintos niveles de calidad de una tarea o proyecto.

Objetivo: Valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo A

| Categoría | Excelente | Bueno | Regular | Deficiente |
|----------------|---|---|--|---|
| Actitud | Mantiene una buena actitud, dentro del aula | Rara vez critica públicamente las ideas de otros. A menudo tiene una actitud positiva hacia el trabajo. | Ocasionalmente critica en público las ideas o el trabajo de los otros miembros del grupo. Tiene una actitud positiva hacia el trabajo. | Con frecuencia critica en público el proyecto o el trabajo de otros miembros del grupo. A menudo tiene una actitud positiva hacia el trabajo. |

| | | | | |
|-----------------------------|--|--|--|--|
| Participación | El estudiante se ofrece voluntariamente a contestar preguntas y trata de contestar de la misma manera las preguntas que se le hacen. | El estudiante se ofrece de voluntario una o dos veces y trata de contestar las preguntas que se le hacen de igual forma. | El estudiante no se ofrece de voluntario a contestar, pero trata con mucho gusto de contestar las preguntas que se le hacen. | El estudiante no se ofrece a participar, ni contesta a las preguntas que se le formulan. |
| Permanencia en clase | Permanece en clase y pide permiso para salir | Permanece en clase, de manera ocasionalmente | Permanece en clase, pero pide constantemente permiso para salir | No permanece en clase ni pide permiso |

Agregando otro instrumento que se utilizara para evaluar la segunda sesión, es el diario de campo, el cual tiene como función registrar aquellos hechos que son perceptibles de ser interpretados, en este sentido el diario de campo es una herramienta que permite sistematizar las experiencias para luego analizar los resultados.

Diario de campo

Objetivo: Registrar datos e información sobre el proceso de los alumnos durante el taller.

La tercera sesión tiene como objetivo específico, que las y los estudiantes se sientan valorados como personas y motivados a ver el presente y el futuro con optimismo, el nombre de la actividad, se llama yo valgo mucho y tú también, la secuencia didáctica tiene tres momentos principales, el inicio, desarrollo y cierre. Para el inicio se contemplan 15 minutos, en los cuales se inicia con una sopa de letras, la función de la sopa de letras, es recuperar conocimientos de la anterior sesión, a través del uso de palabras clave.

Para el desarrollo se plantean 30 minutos, en los cuales se desarrolla una actividad en la cual los alumnos escribirán en unos papeles las cualidades positivas de sus compañeros, después se les preguntara, cuáles fueron las cualidades que les escribieron, la función de esta actividad es motivar a los alumnos para identificar lo bueno de sí mismos, también se aprovecha la oportunidad para reforzar en cada uno de los alumnos sentimientos de satisfacción, confianza, seguridad y alegría al saber lo bueno que sus compañeros ven en ella o en él.

Por último, en el cierre se dispondrá de 15 minutos, en los cuales se reunirán a los alumnos en círculo para platicar sobre la actividad, la función del cierre es hacer reflexionar a los alumnos sobre conocer las cualidades positivas que poseen y utilizar sus fortalezas para encontrar soluciones.

3 SESIÓN

| | | | | |
|------------------------|---|--------|---------------------|--------------------------|
| Objetivo General | Fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la primaria Escudo Nacional, mediante un taller para mejorar el desarrollo emocional | | | |
| Objetivo Específico | Que las y los estudiantes se sientan valorados como personas y motivados a ver el presente y el futuro con optimismo | | | |
| Nombre De La Actividad | Secuencia Didáctica/Actividades | Tiempo | Recursos Didácticos | Indicadores De Desempeño |
| | Inicio | | | |

| | | | | |
|-----------------------------|---|---------------|---|--|
| Yo valgo mucho y tú también | Se da la bienvenida a los alumnos y se les reparte una sopa de letras, la cual contiene palabras clave de la anterior sesión, después de que hayan terminado se les preguntara sobre el significado de las palabras que encontraron, una vez terminado este ejercicio, se les pide a los alumnos que formen un círculo con sus sillas y se les da una breve explicación sobre la importancia que tienen como persona y acerca de sus cualidades o talentos. | 15 Minutos | Sopa de letras Lápiz Goma Sillas | Presta atención |
| | <p>Desarrollo</p> <p>A continuación, los estudiantes se les indica que deben pensar en una de sus cualidades positivas (lo bueno que tiene en su forma de ser). Se pide a voluntarios para que cuenten al grupo sobre esas cualidades. Es importante estar atentos a las expresiones de las y los estudiantes para motivar a los que tengan dificultades para identificar lo bueno de sí mismos.</p> <p>Posteriormente se indica a las y los estudiantes que se coloquen en la espalda una hoja de papel y se les entrega un lápiz o lapicero, o se les solicita que tengan a la mano uno.</p> <p>Luego, se les invita a caminar lentamente en diferentes direcciones. Se explica que cuando se dé una señal determinada (se les muestra la señal) deben detenerse, y al compañero o compañera que esté más cerca escribirle una cualidad positiva en el papel que tiene en la espalda. A otra señal (se les muestra) deben volver a caminar. El proceso se repetirá varias veces hasta que todos tengan por lo menos cinco cualidades positivas escritas en sus papeles.</p> <p>Después se realiza las siguientes preguntas: ¿Cómo se sienten al ver lo que les han escrito? ¿Les agrada? ¿Por qué? ¿Sabían que tenían todas esas cualidades positivas? Si la respuesta fuera sí: ¿Cómo lo supieron? ¿Quién más se los ha dicho?</p> | 30 minutos | Sillas Hoja Lapiceros Plumones Cinta adhesiva | Guarda silencio Atiende la explicación Participa |

| | | | | |
|--|--|--|--------|--|
| | Se aprovecha la oportunidad para reforzar en cada uno sentimientos de satisfacción, confianza, seguridad y alegría al saber lo bueno que sus compañeros ven en ella o en él. | | | |
| | Cierre Reunidos en círculo se refuerzan algunos mensajes sobre la importancia de: Conocer las cualidades positivas que tenemos y sentirnos bien por ello. Y el sentirnos capaces de enfrentar situaciones difíciles para poder encontrar soluciones inmediatas y efectivas. | 15 minutos | Sillas | |
| Evidencias | | Instrumentos de evaluación | | Producto |
| <ul style="list-style-type: none"> • Hoja de cualidades positivas • Sopa de letras | | <ul style="list-style-type: none"> • Rúbrica • Diario de campo | | <ul style="list-style-type: none"> • Cartel |

Los instrumentos de evaluación que se ocuparan para la tercera sesión, son la rúbrica, la cual tiene como objetivo valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto grado y sexto grado, grupo “A”, las categorías que se manejan son cuatro, de las cuales se maneja la participación que desarrolla el alumno en la clase, otra categoría es que si el alumno atiende a la explicación o indicaciones que el docente les encomienda, la siguiente es si guarda silencio de forma autónoma y respeta los turnos para hablar, la siguiente nos menciona si el alumno presta atención, dentro de la clase.

Objetivo: Valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo A

| | | | | |
|-----------|-----------|-------|---------|------------|
| Categoría | Excelente | Bueno | Regular | Deficiente |
|-----------|-----------|-------|---------|------------|

| | | | | |
|---------------------------------|--|--|---|---|
| Presta atención | Presta atención, durante toda la clase y muestra interés. | Si presta atención, pero hay momentos en el que evade la clase. | No presta atención, pero hay momentos en el que muestra interés. | No presta, atención y molesta a los demás. |
| Guarda silencio | Guarda silencio de forma autónoma, sin que se le dé la indicación y respeta los turnos para hablar. | Si guarda silencio, pero solo cuando se le pide. | No guarda silencio, pero calla cuando se le llama atención. | No guarda silencio nunca y falta el respeto a compañeros continuamente. |
| Atiende a la explicación | Atiende a la explicación que se le da durante la clase, para realizar de manera eficiente sus actividades. | Si, parece que atiende a la explicación, aunque la cabeza la tiene en otro lado. | No atiende a la explicación, pero molesta a los demás. | No atiende a la explicación, prefiere hacer otra tarea. |
| Participa | Participa de manera constante y aporta ideas valiosas al contenido que se está abordando. | Si participa, pero solo cuando se le pregunta. | No participa voluntariamente, pero hace comentarios puntuales del tema. | No participa ni aporta ideas. |

Para evaluar la tercera sesión, también se hará uso de un diario de campo, el cual nos servirá para la recolección de datos, la información se somete a varias evaluaciones e interpretaciones, el registro de los hechos se efectúa directamente en el espacio físico donde acontecen.

Diario de campo

Objetivo: Registrar datos e información sobre el proceso de los alumnos durante el taller.

La cuarta sesión, se partirá del objetivo específico en el cual se busca motivar a los estudiantes a dialogar con sus padres o personas adultas con las que conviven, sobre sus vivencias, alegrías, preocupaciones y miedos, el nombre que lleva la actividad es, me comunico con mis padres, la secuencia didáctica, tiene tres principales momentos, el inicio, desarrollo y final. Para el inicio se consideran 15 minutos, en los cuales, se realizará una lluvia de ideas, se les pedirá a los alumnos pasar al pizarrón, la función de esta actividad es que los alumnos recuerden lo visto en la anterior sesión, con el fin de darle un seguimiento a lo que ya se ha abordado en las anteriores sesiones.

Para el desarrollo se dispone de 30 minutos, en los cuales se les realizara a los alumnos unos cuestionamientos sobre la comunicación que tienen con sus padres o tutor, la función de realizar estos cuestionamientos es hacer reflexionar a los alumnos sobre la importancia de la comunicación, pues es parte fundamental pues brinda orientación para actuar, posteriormente en la siguiente actividad se les pedirá a los alumnos que en una hoja blanca dibujen a sus padres, la realización del dibujo tiene como fin escribir un mensaje dirigido a los padres, en el cual expresen lo que les gusta de ellos y lo que quisieran pedirles para estar mejor, propiciando la comunicación.

El cierre de la sesión tendrá como duración 15 minutos, el cual tiene como función hacer reflexionar a los alumnos sobre la importancia de contar con los padres, las cosas que le suceden,

el mantener una adecuada comunicación entre padres e hijos, el orientar hacia una forma adecuada de comunicación con los padres.

4 SESIÓN

| | | | | |
|-----------------------------|---|------------|--|---|
| Objetivo General | Fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la primaria Escudo Nacional, mediante un taller para mejorar el desarrollo emocional | | | |
| Objetivo Específico | Motivar a los estudiantes a dialogar con su mamá, papá (personas adultas con quienes viven) sobre sus vivencias, alegrías, preocupaciones y miedos. | | | |
| Nombre De La Actividad | Secuencia Didáctica/Actividades | Tiempo | Recursos Didácticos | Indicadores De Desempeño |
| Me comunico con mamá y papá | <p>Inicio Se da la bienvenida a los estudiantes y se les pregunta sobre lo visto en la anterior sesión, se realiza una lluvia de ideas, en la cual los alumnos pasaran al pizarrón a escribir que fue lo que lo más recuerdan, posteriormente tendrán que explicar la idea que anotaron, y se comentara en grupo.</p> <p>Después se realizará el juego de serpientes y escaleras, en equipos conformado por 6 integrantes, a partir de la dinámica llamada cien pies en la cual se canta una canción y dependiendo del número que se diga se realizaran los equipos, las serpientes y escaleras tendrá situaciones en las cuales se hace el uso de las emociones y el dialogo.</p> | 15 minutos | Pizarrón Plumones Serpientes y escaleras | <p>Permanencia en clase</p> <p>Participación</p> <p>Actitud</p> |

| | | | | |
|--|---|-------------------|--|--|
| | <p>Desarrollo</p> <p>A continuación, se les presentara a los alumnos las siguientes preguntas que contestaran de manera individual: ¿en qué ocasiones te acercas con tus padres para platicar?, ¿te acercas cuando deseas contarles lo que has hecho en el día?, ¿les cuentas cómo te sientes, que te preocupa o qué cosas te dan miedo?</p> <p>Se reflexiona acerca de la importancia de comunicarnos con personas adultas (mamá, papá, tutor u otro). Porque son las más cercanas y buscan nuestro bienestar. Ellos pueden brindar orientación para manejar algunas situaciones difíciles.</p> <p>Se le pide a los niños y niñas que en una hoja de papel dibujen a su mamá y en otra a sus papás (o las personas que están a cargo de ellos), que debajo de cada dibujo escriban lo que quisieran decirle a cada uno. Luego se pedirán voluntarios para que cuenten al grupo lo que escribieron (no se debe obligar a participar).</p> <p>Para terminar se les solicita que escriban una carta a estas personas (mamá, papá u otro familiar) donde se considere, que es lo que les gusta de ellos y lo que quisieran pedirles para estar mejor.</p> | <p>30 minutos</p> | <p>Hojas Colores Goma Lapiceros Lápiz Cuestionario</p> | |
|--|---|-------------------|--|--|

| | | | | |
|---|---|--|----------------------|--|
| | <p>Cierre Se recalca a los estudiantes la importancia de contar a mamá y papá las cosas significantes que nos suceden y aquello que sentimos. Aclarar que es necesario hablar con la familia tanto sobre las cosas que nos dan alegría, como las que nos entristecen o nos llenan de miedo. Explicar que solo el hecho de contar a alguien lo que nos preocupa nos hace sentir mejor y saber que no estamos solos. Se debe orientar hacia la forma adecuada de comunicación con los padres.</p> | 15 minutos | Pizarrón Plumones | |
| Evidencias | | Instrumentos de evaluación | | Producto |
| <ul style="list-style-type: none"> • Carta • Dibujo • Reflexión de preguntas | | <ul style="list-style-type: none"> • Rubrica • Diario de campo | | <ul style="list-style-type: none"> • Cartel |

Para la evaluación de la cuarta sesión se utilizará la rúbrica, la cual tiene como objetivo valorar el desarrollo y la aplicación de taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo “A”, la cual tiene tres categorías, la actitud que mantiene el alumno dentro del aula, la participación del estudiante dentro de la clase y la permanencia que tiene en clase. La rúbrica será una guía de puntuación para la evaluación del desempeño de los estudiantes, ya que describen las características específicas de un producto o tarea en varios niveles de rendimiento, con el fin de clarificar lo que se espera del trabajo del alumno y valorar su ejecución.

Objetivo: Valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo A

| Categoría | Excelente | Bueno | Regular | Deficiente |
|-----------------------------|--|--|--|---|
| Actitud | Mantiene una buena actitud, dentro del aula | Rara vez critica públicamente las ideas de otros. A menudo tiene una actitud positiva hacia el trabajo. | Ocasionalmente critica en público las ideas o el trabajo de los otros miembros del grupo. Tiene una actitud positiva hacia el trabajo. | Con frecuencia critica en público el proyecto o el trabajo de otros miembros del grupo. A menudo tiene una actitud positiva hacia el trabajo. |
| Participación | El estudiante se ofrece voluntariamente a contestar preguntas y trata de contestar de la misma manera las preguntas que se le hacen. | El estudiante se ofrece de voluntario una o dos veces y trata de contestar las preguntas que se le hacen de igual forma. | El estudiante no se ofrece de voluntario a contestar, pero trata con mucho gusto de contestar las preguntas que se le hacen. | El estudiante no se ofrece a participar, ni contesta a las preguntas que se le formulan. |
| Permanencia en clase | Permanece en clase y pide permiso para salir | Permanece en clase, de manera ocasionalmente | Permanece en clase, pero pide constantemente permiso para salir | No permanece en clase ni pide permiso |

Para la evaluación de la cuarta sesión, también se utilizará el diario de campo, ya que es un instrumento que permite registrar aquellos hechos que son susceptibles, para posteriormente registrarlos, en este sentido el diario de campo es una herramienta que permite sistematizar las experiencias para consecutivamente analizar los resultados.

Diario de campo

Objetivo: Registrar datos e información sobre el proceso de los alumnos durante el taller.

La quinta sesión y la última para concluir con el taller, tiene como objetivo específico, que los estudiantes identifiquen sus errores y que aprendan de los demás para enriquecer sus propios procedimientos para resolver un problema, la actividad lleva por nombre el dialogo y los acuerdos para la solución de conflictos, en la secuencia didáctica al igual que las actividades tienen tres momentos fundamentales el inicio, desarrollo y cierre.

Para el inicio de la sesión, se contempla 15 minutos, en los cuales se les da la bienvenida a los alumnos y organiza a los alumnos en equipos, para realizar la dinámica el teléfono descompuesto, la función que tiene esta dinámica es para resaltar la importancia de trabajar en equipo y de cómo resolver alguna situación o problema con la ayuda de los demás, también a través de la dinámica, se retoma lo que se abordó en la anterior sesión, sobre la importancia de la comunicación y el dialogo.

En el desarrollo de la sesión se contemplan 30 minutos, en el cual los alumnos realizaran un cartel, de lo que se ha abordado en el taller, al igual que contestaran unas preguntas que se les realizara sobre la importancia del dialogo y los acuerdos para la solución de conflictos, el motivo por el cual se realizará un cartel es para que los alumnos, resalten la importancia de tomar acuerdos al igual que se pretende que el cartel aborde lo que se ha visto en las anteriores sesiones. En el

cierre de la sesión se dispondrá de 15 minutos en los cuales se reflexionará sobre el conflicto como una situación que forma parte de la convivencia.

5 SESIÓN

| | | | | |
|--|---|------------|---------------------|---|
| Objetivo General | Fomentar la autorregulación de las emociones en los alumnos de quinto y sexto grado de la primaria Escudo Nacional, mediante un taller para mejorar el desarrollo emocional | | | |
| Objetivo Específico | Identifica sus errores y aprende de los demás para enriquecer los propios procedimientos para resolver un problema. | | | |
| Nombre De La Actividad | Secuencia Didáctica/Actividades | Tiempo | Recursos Didácticos | Indicadores De Desempeño |
| El dialogo y los acuerdos para la solución de conflictos | <p>Inicio Se da la bienvenida a los alumnos y el grupo se dividirá en dos, para realizar la dinámica llamada el teléfono descompuesto, se elegirá un representante de cada equipo y se les dirá una frase, el motivo de esta dinámica es para reconocer la importancia de la comunicación o el dialogo que se abordó en la anterior sesión. Se preguntará cual fue la frase y como se sintieron al realizar este ejercicio.</p> <p>Los equipos explicaran como lograron descifrar el mensaje que se les dio.</p> <p>Terminando la dinámica se les dará una breve explicación de la importancia de trabajar en equipo y de cómo resolver alguna situación o problema con la ayuda de los demás.</p> | 15 minutos | | <p>Presta atención</p> <p>Guarda silencio</p> <p>Atiende la explicación</p> |

| | | | | |
|------------------|---|-------------------|---|------------------|
| | <p>Desarrollo</p> <p>A continuación, se les pedirá a los alumnos que recuerden una situación en la que sus ideas, intereses o necesidades hayan entrado en contraposición con los de sus amigos y se les solicitará que respondan las preguntas de la hoja que se les proporcionará. Solicitar a los alumnos que elaboren un cartel, en el cual dibujen una situación en la cual dos personas estén dialogando para resolver algún conflicto, pueden agregar diálogos a su dibujo si lo consideran necesario.</p> <p>En el cual resaltarán la importancia de tomar acuerdos para solucionar los conflictos y mejorar la convivencia.</p> | <p>30 minutos</p> | <p>Cartulina Colores Recortes Tijeras Cinta adhesiva Revista o periódico Resistol Cartulina</p> | <p>Participa</p> |
| | <p>Cierre</p> <p>Reflexionar acerca del conflicto como una situación que forma parte de la convivencia, se compartirán los carteles con sus compañeros y comentara la importancia de llegar a acuerdos.</p> <p>Platicar sobre la importancia de solucionar conflictos mediante el diálogo de manera pacífica.</p> | <p>15 minutos</p> | <p>Fichas que representen caritas con gestos de diferentes emociones.</p> | |
| <p>Evidencia</p> | | <p>Evaluación</p> | | <p>Producto</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario • Cartel | <ul style="list-style-type: none"> -Rubrica -Diario de campo -Lista de cotejo | <ul style="list-style-type: none"> • Cartel |
|--|--|--|

Para la evaluación de la quinta sesión se utilizará la rúbrica, la cual tiene como objetivo valorar el desarrollo y la aplicación de taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo “A”, las categorías que se utilizan son cuatro, la participación del alumno, la atención del alumno, si guarda silencio de manera autónoma y si respeta los turnos para hablar, y si atiende a la explicación que se le da durante la clase, la rúbrica nos ayuda a hacer una valoración, pues se centra en tareas de aprendizaje más concretas, se utiliza cuando es necesario evaluar los distintos procedimientos, fases, elementos, componentes que constituyen un proceso o un producto.

Objetivo: Valorar el desarrollo y la aplicación del taller en los alumnos de quinto y sexto grado, grupo A

| Categoría | Excelente | Bueno | Regular | Deficiente |
|------------------------|---|---|--|---|
| Presta atención | Presta atención, durante toda la clase y muestra interés. | Si presta atención, pero hay momentos en el que evade la clase. | No presta atención, pero hay momentos en el que muestra interés. | No presta, atención y molesta a los demás. |
| Guarda silencio | Guarda silencio de forma autónoma, sin que se le dé la indicación y respeta los turnos para hablar. | Si guarda silencio, pero solo cuando se le pide. | No guarda silencio, pero calla cuando se le llama atención. | No guarda silencio nunca y falta el respeto a compañeros continuamente. |

| | | | | |
|---------------------------------|--|--|---|---|
| Atiende a la explicación | Atiende a la explicación que se le da durante la clase, para realizar de manera eficiente sus actividades. | Si, parece que atiende a la explicación, aunque la cabeza la tiene en otro lado. | No atiende a la explicación, pero molesta a los demás. | No atiende a la explicación, prefiere hacer otra tarea. |
| Participa | Participa de manera constante y aporta ideas valiosas al contenido que se está abordando. | Si participa, pero solo cuando se le pregunta. | No participa voluntariamente, pero hace comentarios puntuales del tema. | No participa ni aporta ideas. |

La evaluación de la quinta sesión también se realizará mediante el diario de campo, el cual tiene como objetivo registrar los datos e información sobre el proceso de los alumnos durante el taller, éste instrumento de evaluación, nos permitirá registrar lo que acontece dentro del aula, para posteriormente darle una interpretación a través del análisis, ya que es un escrito donde se evidencian los sucesos de todas las actividades que ocurren en un lugar determinado, en este caso son las evidencias observadas e importantes anotadas, durante la realización del taller, las cuales sirven de reflexión donde se realiza la investigación.

Diario de campo

Objetivo: Registrar datos e información sobre el proceso de los alumnos durante el taller.

Otro de los instrumentos que se utilizará es la utilización de una lista de cotejo, la cual tiene como objetivo evaluar el producto del taller (cartel), la lista de cotejo es una herramienta que sirve principalmente como mecanismo de revisión de aprendizajes obtenidos en el aula, se puede utilizar para evaluar el conocimiento, en función de los objetivos que se quiera cumplir con esta, las ventajas de utilizar las listas de cotejo, es que son sencillas de utilizar debido a que se elaboran a partir de lo que el docente espera de los alumnos, o de alguna actividad que se realiza.

Lista de cotejo

Objetivo: Evaluar el producto del taller (Cartel)

Nombre del alumno _____

Educador _____

| Criterios | Si | NO |
|---|----|----|
| Contenido, cumple con los objetivos previstos. | | |
| Mensaje: global, creativo, no muy extenso. | | |
| Información: es exacta, completa, útil y significativa | | |
| Imagen: Impactante, clara, referente al tema, creativa. | | |

CONCLUSIONES

El propósito de esta tesina, surge en respuesta a la necesidad, de la problemática detectada, este proyecto es para describir la importancia de la educación socioemocional, el autorregular las emociones, el poder sensibilizar sobre la importancia que juegan nuestras emociones, en nuestro día a día, ya que es fundamental en el desarrollo humano, pues es el eje de la formación integral, lo cual permite a los individuos consolidar un sano sentido de identidad y de dirección que les ayude a tomar decisiones libremente y de la manera más racional, a considerar su repercusiones sobre los demás, tanto como gente cercana como lejana, a establecer relaciones constructivas y a encontrar un sentido de vida, lo cual les permita un mayor nivel de bienestar emocional.

Actualmente la educación socioemocional ha tomado protagonismo, ya que, en las escuelas, no solo basta que los alumnos aprendan lo cognoscitivo, es importante impulsar desde las escuelas, ya que son los lugares más idóneos, pues diariamente conviven diferentes estudiantes, con diferentes intereses, al igual que provenientes de diferentes contextos, culturas, la escuela al igual que la familia desempeñan un papel importante en la formación de los estudiantes, pues gran parte de la vida de un estudiante se la pasa en la escuela.

Otro de los análisis positivos es que al presente hay varios estudios y documentos que abordan la importancia del manejo de las emociones, lo cual indica que este tema, ha ido tomando importancia y protagonismo. La fortaleza que tienen las habilidades socioemocionales, dentro de la escuela, es que beneficia al desarrollo personal y social de los alumnos, pues el desempeño de los individuos mejora de una manera muy considerable.

Otras de las fortalezas que también se puede mencionar, es que el estudio, no solo se puede aplicar en educación básica, sino que también puede ser aplicado en alumnos de media superior y superior, al igual que no solo se centra en el campo educativo, pues es un tema que puede ser

abordado de manera general en la vida de los individuos, ya que gracias a la educación socioemocional y la autorregulación, se tienen más posibilidades para enfrentar los obstáculos de la vida y de desarrollarse de una manera más completa y productiva, también puede ser utilizada como un mecanismo de prevención de riesgo, a los que constantemente están expuestos los jóvenes, niños, pero en especial en la etapa de adolescencia, por lo que, el saber expresar de manera correcta nuestras emociones, logra una armonía con los que nos rodean y con la sociedad.

Los principales desafíos a los cuales se enfrenta la educación socioemocional, es el apoyo de los padres, ya que, sin el apoyo de ellos, se tiene poca posibilidad de éxito, pues lo que se enseña en la escuela debe estar de acuerdo con lo que los niños viven en casa. Otro de los desafíos que se presentan son los libros de texto, ya que las explicaciones conceptuales y teorías de las emociones servirán de poco si la prioridad, no se centra en la vivencia emocional y su reflexión, lo que se requiere son actividades de aprendizaje experimental, lo cual fomente la interacción con los demás.

Otro de los desafíos a los que se enfrentan es a la formación de los docentes, ya que no llevan un control de forma sistematizada o planificada, pues lo consideran como algo muy fácil, que no requiere de alguna planificación, al igual que los docentes deben de predicar con el ejemplo, ya que son el modelo de sus alumnos, en cuestión de actitudes y comportamientos, por lo que el profesor al educar las emociones de sus alumnos, tendrá la oportunidad de educarse así mismo.

A pesar de los retos descritos en el apartado anterior, se está convencido que no solo vale la pena abordar a la educación socioemocional, sino que es imperativo hacerlo. Si la educación socioemocional quiere tener éxito, será preciso enfocar seriamente la escuela hacia el trabajo de la interioridad y asumir la perspectiva de la evaluación formativa.

La concentración, la atención focalizada, el silencio, la exploración de los propios estados anímicos, la identificación de los sentimientos y de los motivos que nos llevan a tomar una decisión, son ejemplos que implican la dimensión interna de este trabajo pedagógico. Esto es necesario para los estudiantes, pero resulta esencial para los maestros. Impulsar esta mirada será el reto para la escuela en los años por venir.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez, M. (1995). *Orientación Profesional*. Barcelona: Praxis.
- Aguilera, M., Méndez, N., Sandoval, S. (2015). *Educación socioemocional: la autorregulación y el trabajo en equipo en habitantes de Cuetzalan, Puebla, y en alumnos de bachillerato de la Universidad Autónoma Chapingo*. México: Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas
- Ander, Egg. (1999). *El taller una alternativa de renovación pedagógica*. Argentina: Magisterio del Rio De La Plata
- Astorga, A y Van, B. (1991) *Manual de Diagnóstico Participativo*. Buenos Aires: Humanitas
- Bisquerra. R. (1996) *Orígenes y desarrollo de la Orientación Psicopedagógica* .Madrid: Narcea
- Bisquerra. R. (1996) *Orígenes y desarrollo de la Orientación Psicopedagógica* .Madrid: Narcea
- Bisquerra, R. (2003). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Barcelona: Revista de Investigación Educativa.
- Cardona, M. Chiner, E y Lattur, A. (2006). *Diagnóstico psicopedagógico, conceptos básicos y aplicaciones*. España:Club Universitario
- Conyne, R.K. (1994). *Preventive counsellig. Cosellig and Human Development*. New York: Brunner-Routledge.
- Chóliz, M. (1995). *La expresión de las emociones en la obra de Darwin*. Valencia: Promolibro

- Coll, C. (1990). *Desarrollo psicológico y educación II*. Madrid: Alianza
- Delgado, B y Contreras, A. (2008) *Desarrollo social y emocional*. España: McGraw-Hill
- Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Estados Unidos Americanos: Bantam Books
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). México: Editorial Mc Graw-Hill.
- López Carrasco, M. Á. (1991). *El psicologismo dentro de la práctica cotidiana del orientador educativo*. México: Diorama Educativo.
- Lacruz, C y Glòria, R. (2016). *La importancia de la autorregulación y la empatía en la formación docente*. Brasil: Movimento
- Luján, I., Rodríguez, H., Hernández, G., Torrecillas Martin, A., Machargo, J. (2011). *Autorregulación Emocional Y Éxito*. España: International Journal of Developmental and Educational Psychology
- Mestre, J. y Guil, R. (2012). *La regulación de las emociones: una vía a la adaptación personal y social*. Madrid: Pirámide
- Martínez de Codés, M. (1998). *La Orientación Escolar*. Madrid: Sáenz y Torres.
- Molina, D. L. (2002). Concepto De Orientación Educativa: Diversidad Y Aproximación. *Revista Iberoamericana De Educación*, 1-12.
- Osés, R., Aguayo, J., Duarte, E., Manuel, J. (2011). *Autorregulación en Estudiantes de Secundaria: Influencia de Sexo, Edad y Apoyo Familiar*. México: Psicología Iberoamericana, 19 (2), 38-46.

- Pereira, Z. (2011). *Los diseños de método mixto en la investigación en educación: Una experiencia concreta*. Costa Rica: Educare
- Rojas, R. (1977). *Guía para realizar investigaciones sociales*. México: Plaza y Valdes
- Rendón, A. (2015) *Educación de la competencia socioemocional y estilos de enseñanza en la educación media*. Colombia: Sophia
- Sampieri, R. (2010). *Metodología de la investigación* (5ªed). México: McGraw-Hill Interamericana
- Secretaria de educación pública. (2017). *Plan de estudios de educación pública*. México: Autor
- Tyler, L. (1978). *La Función Del Orientador* . México: Trillas.
- Vélaz de Medrano Ureta, C. (1998). *Orientación e intervención psicopedagógica. Concepto, modelos, programas y evaluación*. Málaga:Aljibe

APÉNDICES



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

GUÍA DE OBSERVACIÓN A LOS ALUMNOS

Objetivo: Identificar las habilidades que presentan los alumnos de 5 y 6 grado, con respecto a la autorregulación de emociones

| A.O | Categorías | Indicadores | Lo hace con facilidad | Lo realiza con dificultad | Lo realiza con alguien | No lo realiza |
|------------------------|----------------------|--|-----------------------|---------------------------|------------------------|---------------|
| Aula y recreo | Interés emocional | Da nombre a sus emociones | | | | |
| | | Comprende las emociones de los demás. | | | | |
| Aula y recreo | Regulación emocional | Expresión emocional apropiada | | | | |
| | | Genera emociones positivas ante situaciones adversas | | | | |
| Aula | Autonomía emocional | Autoestima positiva | | | | |
| | | Automotivación | | | | |
| | | Responsabilidad | | | | |
| | | Actitud positiva | | | | |
| Aula, recreo y comedor | Habilidades sociales | Buena relación con los demás | | | | |

| | | | | | | |
|---------------------|--|--|--|--|--|--|
| | | Respeto hacia los demás | | | | |
| | | Buena comunicación | | | | |
| | | Se expresa de forma correcta | | | | |
| | | Es cooperativo | | | | |
| | | Es asertivo | | | | |
| | | Prevención y solución de conflictos | | | | |
| Aula | Habilidades para la vida y el bienestar | Fija objetivos adaptativos | | | | |
| | | Es participativo en clase | | | | |
| | | Toma decisiones | | | | |
| | | Busca ayuda y recursos | | | | |
| | | Es responsable | | | | |
| Comentarios: | | | | | | |



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

ENTREVISTA AL DOCENTE CON FUNCIÓN DIRECTIVA

Objetivo: Identificar la percepción que tiene el docente respecto a la autorregulación de las emociones de los estudiantes de quinto y sexto grado, grupo A

Formación profesional

¿Cuál es su formación profesional?

¿Qué experiencias negativas y positivas ha tenido en su formación?

¿Qué otros cursos, talleres, diplomados ha cursado?

Experiencia profesional

¿Cuántos años lleva en el servicio profesional?

¿Qué dificultades ha tenido en el ejercicio de su profesión?

¿Qué experiencias agradables y desagradables ha tenido en su labor?

¿Cuántos años lleva laborando en la escuela Escudo Nacional?

¿Cuáles han sido los principales problemas en la escuela Escudo Nacional?

¿Cuántos años lleva ejerciendo el papel de directivo?

Conocimiento sobre la autorregulación de las emociones

¿Considera importante la autorregulación de las emociones? ¿Por qué?

¿Qué estrategias educativas utiliza para fomentar la autorregulación en los alumnos?

¿Realiza actividades específicas para que los alumnos tomen conciencia de sus respuestas emocionales ante diferentes circunstancias?

¿Cómo se debe trabajar la autorregulación en los alumnos incluyendo a todos los actores?



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

CUESTIONARIO HACIA LOS ALUMNOS

Objetivo: Identificar desde la perspectiva de los estudiantes de quinto y sexto grado las relaciones que establecen con sus compañeros

Nombre: _____

Grado _____ Grupo: _____ Edad _____

Sexo: Masculino () Femenino ()

Marca con **X** en SI o NO de acuerdo a tú comportamiento dentro de la institución y explica el por qué.

1. ¿Cómo te sientes en la escuela?

a. Bien _____ b. Regular _____ c. Mal _____

¿Por qué?

2. ¿Tienes buenos amigos en la escuela?

Sí. _____ No. _____

¿Cuántos? _____

3. ¿Cómo son las relaciones que estableces con tus compañeros?

a. Buenas _____ b. Regulares _____ c. Irregulares _____

¿Por qué?

4. ¿Qué haces en la hora de recreo?

5. ¿Qué es lo que más te gusta de asistir a la escuela? _____

6. ¿En ocasiones discutes con tus compañeros de clase?:

a. Sí _____ b. No _____

¿Por qué?

6. ¿Algunas veces utilizas lenguaje ofensivo para comunicarte con tus compañeros, maestros o padres?:

a. Sí _____ b. No _____

¿Por qué?

7. ¿Molestas a tus compañeros de clase?:

a. Sí _____ b. No _____

¿Por qué?

8. ¿Cuándo pierdes en los juegos, o no te dan lo que quieres te molestas con los demás?:

a. Si _____ b. No _____

¿Por qué?



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

CUESTIONARIO A PADRES DE FAMILIA

Objetivo: Obtener información desde la perspectiva de los padres de familia sobre el comportamiento de su hijo

Identificación

Grado: _____ Grupo: _____ Fecha: _____

Nombre del niño: _____ Edad: _____

Domicilio: _____ Telefono: _____

Datos familiares

Nombre del padre: _____ Edad: _____

Ocupación: _____

Nombre de la mamá: _____ Edad: _____

Ocupación _____

Constitución familiar de su hijo(a)

No de hermanos: _____ Lugar que ocupa: _____

No de personas que integran su familia _____

Situación legal de la familia

Casados: _____ Divorciados: _____ Unión libre: _____ Madre soltera: _____

Abuelos: _____ A quien corresponde la tutela del menor: _____

Dinámica familiar de su hijo(a)

¿Con quién toma los alimentos: _____ ¿Cuánto tiempo ve televisión? _____

¿Qué tipo de programas ve? _____

¿Con quién juega y a que?: _____

¿Qué le gusta?: _____ ¿Qué no le gusta?: _____

¿En casa juega con papá o mamá? _____ ¿Cuánto tiempo? _____

Educación y emociones de su hijo(a)

1. ¿Qué espera de este grado escolar para su hijo?

a. Satisfactorio _____ b. Adecuado _____ c. Que cumpla con lo requerido _____

2. ¿Le ayuda a su hijo a realizar tareas y actividades de la escuela? Sí _____ No _____

¿Por qué? _____

3. ¿Cuál es la disposición de su hijo(a) para realizar tareas o trabajos de la escuela?

a. Buena _____ b. Regular _____ c. Mala _____

¿Por qué? _____

4. ¿Se preocupa por el estado emocional de su hijo(a)? Sí _____ No _____

¿Por qué? _____

5. ¿Qué tan sociable es su hijo?:

a. Lo realiza con facilidad _____ b. Lo realiza con dificultad _____ c. No lo realiza _____

6. ¿Le enseña usted a su hijo a relajarse como una forma de enfrentar el estrés, el dolor o la ansiedad? Sí _____ No _____

¿Por qué? _____

7. ¿Interviene usted cuando su hijo experimenta dificultades para resolver un problema relacionado con sus emociones? Sí _____ No _____

¿Por qué? _____

8. ¿Alienta usted a su hijo a seguir tratando aun cuando se queje de que algo es demasiado difícil o inclusive cuando fracasa? Sí _____ No _____

¿Por qué? _____

9. ¿Insiste usted en que su hijo mantenga una dieta saludable y ejercicio? Sí _____ No _____

¿Por qué? _____

Observaciones importantes sobre el comportamiento de su hijo: _____

NOMBRE Y FIRMA DEL PADRE O TUTOR



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 212

TEZIUTLÁN, PUE.

GUIÓN DE OBSERVACIÓN CONTEXTO

Objetivo: Conocer las características, sociales, culturales, económicas y educativas de la comunidad de Huexoteno, Atempan, Puebla, para reconocer aspectos de incidencia en la educación socioemocional

| Ámbito | Observación |
|-----------|-------------|
| SOCIAL | |
| CULTURAL | |
| ECONÓMICA | |
| EDUCATIVA | |