

CENTRO REGIONAL DE EDUCACIÓN NORMAL
“PROFRA. AMINA MADERA LAUTERIO”
CLAVE: 24DNL0002M



GENERACIÓN 2018-2022

TESIS DE INVESTIGACIÓN

**ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA PROMOVER EL AUTODOMINIO EN
ALUMNOS DE CUARTO GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

PRESENTA

LAURA BEATRIZ MORALES LUNA

Dictamen

Dedicatoria

A ustedes mis padres por haberme forjado como la persona que soy, puesto que gracias a todo ello muchos de mis logros han sido consecuencia del apoyo incondicional que me han brindado, entre ellos destacan este.

Ustedes que me formaron con ética moral, donde las reglas estrictas siempre fueron presentes, más sin embargo siempre me motivaron para alcanzar cada uno de los objetivos que me haya planteado, y que poco a poco se logren no solo para mí sino para compartíroslos con ustedes, mi familia.

A ti vida mía que me apretaste demasiado por muchas ocasiones, pero también me diste los motivos para querer salir, caminar, avanzar. Me diste muchas razones para sonreír y querer simplemente que esos motivos se quedaran, por esas ganas de estar aquí.

Agradecimientos

Primero que algo, agradezco a Dios por darme la dicha de la vida, por guiar mis pasos sobre el camino del bien, cuidar de mí, cuidar de mi familia, por permitirme soñar y luchar por este triunfo, orgullosa de ser una persona de bien, con principios que me caracterizan positivamente.

A mis padres, Agustín Morales Flores y Ma, de Lourdes Luna Espinoza por darme la oportunidad de vivir, el brindarme una infancia llena de momentos felices, incluyendo valores que me han ayudado a avanzar, por los hermanos tan maravillosos que en momentos difíciles han demostrado y brindado hacia mí su apoyo incondicional para salir adelante venciendo obstáculos, Sergio, San Juana, Guadalupe.

A Paola, la amistad que conocí después de vivir un pasado oscuro, mi alma compartida quien me entiende de alguna manera aun cuando no conozca de lo que pasa, que sabe cómo me siento, que nunca dejo de motivarme, de darme su cariño, su lealtad y su amistad.

A todos mis profesores no solo de la carrera sino de toda la vida, gracias porque de alguna manera forman parte de lo que ahora soy. En especial a la maestra Alma Roció Paredes que me acompañó durante este largo proceso de conseguir alcanzar el trabajo requerido dentro de mi formación final.

A la escuela Normal “Amina Madera Lauterio”, que gracias a esta he descubierto el mundo maravilloso que se vive dentro de las aulas, con la que compartí historias de vida, conocí mis debilidades y también mi fuerza, porque me dio la oportunidad de viajar, conocer nuevos lugares, nuevas personas que se quedaron marcadas en el corazón, por darme formación y los conocimientos para afrontar las creces de la vida y lograr vivirla en plenitud.

Gracias a esas personas especiales que llegaron a mi vida, apareciendo en el momento oportuno para iluminar mi camino, por los buenos consejos que de ellos recibí, por los momentos inolvidables tanto felices como tristes, por compartir de su tiempo conmigo, por permitirme acercarme a sus vidas, por soportar mis molestias, por celebrar mis logros y por enseñarme el significado real del amor y la amistad verdadera.

¡Gracias!

Índice general

Resumen	9
Introducción.....	10
Capítulo 1 planteamiento del problema	13
1.1 Antecedentes	13
1.1.1. Marco legal y normativo.....	14
1.1.2 Estado del arte	22
1.2 Definición del problema	37
1.2.1 Contextualización del problema	41
1.3 Justificación	46
1.4 Propósitos	48
1.4.1 Propósito General	49
1.4.2 Propósitos Específicos	49
1.5 Preguntas de investigación.....	50
1.5.1 Pregunta General:	50
1.5.2 Preguntas derivadas:	50
1.6 Supuesto personal.....	51
Capítulo 2 Fundamentación teórica	52
2.1 Marco conceptual	52
2.1.1 Educación Socioemocional de acuerdo a los Planes y programa de estudios	53
2.1.2 Concepto de Estrategia (Frida Díaz Barriga)	55
2.1.3 Didáctica (Frida Díaz Barriga.).....	55
2.1.4 Competencias emocionales.....	55
2.1.5 Autodominio.	56
2.1.6 Inteligencia emocional.	57
2.1.7 Autocontrol.	58
2.1.8 Importancia del autocontrol.....	60
2.1.9 Emoción.....	62
2.1.10 Estrategia didáctica.	64
2.1.11 Función de las emociones	64
2.1.12 Estructura de las emociones.....	66
2.1.13. Educación emocional.....	68
2.1.14 Importancia de promover la educación socioemocional.....	69

2.2 Marco histórico	70
2.3 Marco teórico.....	73
2.3.1 Importancia de la educación emocional en la última década.....	73
2.3.2 Importación de la educación socioemocional en la actualidad.	74
2.3.4 Como se llevaba a cabo la educación socioemocional	74
2.3.5. Estrategias para promover el autodomio	75
2.3.6 Repercusiones del autodomio en el desempeño académico.	75
Capítulo 3 Diseño metodológico	77
3.1 Metodología de la investigación.....	77
3.1.1 Enfoque	77
3.1.2 Método.....	78
3.1.3 Tipo	79
3.1.4 Paradigma	81
3.1.5 Metodología de análisis.....	82
3.1.6 Técnicas	84
3.1.7 Instrumentos	85
3.1.8 Población.....	86
4 Diseño, aplicación y análisis	97
4.1 <i>Diseño de instrumentos de investigación</i>	97
4.2 Aplicación de los instrumentos	119
4.3 <i>Análisis de los instrumentos de la investigación</i>	120
Conclusiones	124
Referencias	126
ANEXOS.....	130

Índice de tablas

Tabla 1. Test de estilos de aprendizaje:.....	90
Tabla 2. Diagnostico “Cuestionario dirigido a alumnos de 4 “B” sobre el autodomio emocional.	97
Tabla 3. Registro de observación grupal de alumnos de 4 “B”	99
Tabla 4. Situación didáctica I “Crear una pelota anti estrés”	102
Tabla 5. Situación didáctica II “Espacio de la calma”	105
Tabla 6. Situación didáctica III “Mi cara refleja”	106

Tabla 7. Situación didáctica IV “Contando anécdotas”	108
Tabla 8. Situación didáctica V “¿Qué tanto me conozco? I”	111
Tabla 9. Situación didáctica VI “¿Qué tanto me conozco? II”	112
Tabla 10. Situación didáctica VII “Diario de las emociones”	114
Tabla 11. Situación didáctica VIII “Calendario de las emociones”	116

Índice de gráficas

Gráfica 1. ¿Qué sientes al saber que debes responder un cuestionario?	120
Gráfica 2. ¿Qué sientes por las mañanas cuando llegas a la escuela?	121
Gráfica 3. ¿Cómo te sientes al iniciar la clase de español?	121
Gráfica 4. ¿Cómo te sientes al trabajar en clase de Matemáticas?	122
Gráfica 5. ¿Qué sientes cuando la maestra solo te pone a leer en la clase de Historia?	122
Gráfica 6. ¿Qué sientes cuando tienes hambre y aún no termina la clase?	123
Gráfica 7. ¿Cómo te sientes en los días que no te toca venir a la escuela?	123

Índice de anexos

Anexo A. Ubicación de la escuela Col. República
Anexo B. Croquis de la escuela “Rosario Castellanos”
Anexo C. Escuela “Rosario Castellanos
Anexo D. Aula de clases de 4° “B”

Resumen

La investigación está planteada en base a una problemática identificada en la escuela primaria "Rosario Castellanos", previamente para que esta fuera detectada se optó por realizar un análisis de los autores de esta institución educativa, específicamente en el aula de 4° "B", así mismo se investigó en diferentes fuentes las posibles causas de esta problemática, así como comparar con otras teorías de diferentes autores que su especialidad es el tema, la inteligencia emocional, siendo esta una de las razones de suma importancia, puesto que de esta depende el bienestar de los alumnos.

Con respecto, al aprovechamiento académico de cada uno de los alumnos de este grupo, sin dejar de lado la situación que recientemente se lleva a cabo, es decir, el proceso de salud por el cual todo el mundo presenta caos, y básicamente después de problemas de salud, problemas educativos, ya que las estrategias planteadas para que el ámbito educativo siguiera adelante, no funcionó de la manera en que se esperaba, debido a que no todos los alumnos contaban con las herramientas necesarias para aprovechar los medios que se brindaban.

A partir de ello, se proponen algunas estrategias interesantes que ayudan a controlar y dominar las emociones por las que se están dejando de lado ciertas acciones de gran importancia. Se consideran diversos objetivos a analizar partiendo de esta investigación.

Palabras clave

Inteligencia emocional, Autodominio, Estrategias, Emociones, Educación.

Introducción

En la presente investigación se pretende dar a conocer la importancia de la práctica profesional, dada que desde mi punto de vista personal es la enseñanza y que con ello se genere el aprendizaje significativo en los alumnos.

Por lo tanto, es importante el desarrollo de la práctica profesional que permite a los alumnos en formación adquirir nuevas estrategias de autodomio emocional que les permitirá centrarse en logros académicos desarrollando de esta manera sus actividades como mejor se planteen para trabajar, además se mejorará su rendimiento escolar.

Este tema es relevante debido a que el autodomio de la inteligencia emocional es uno de los problemas más desarrollados hoy en día y que es muy necesario atender sobre todo en edades pequeñas para que al enfrentarse a las situaciones de la vida en las sociedades resulte más sencillo su desenvolvimiento profesional. Por ello se interpreta que a edades tempranas resulta trascendente conocer y comprender cómo el niño regula sus emociones a través de los procesos cognitivos, debido a que, ello afectará el curso de su desarrollo emocional (Garnefski, 2007 pp. 119-121)

La práctica de la presente investigación se realiza en la escuela “Rosario Castellanos” ubicada en el Municipio de Matehuala, S. L. P., con un grupo de cuarto grado sección “B” con un total de 25 alumnos de los cuales 14 son niñas y 11 son niños, el cual a través de un panorama de observación y ayudantía realizada dentro del grupo ya mencionado se obtuvo la problemática.

El Objetivo General de esta investigación fue “Diseñar estrategias de enseñanza que permitan promover el autodomio para mejorar el rendimiento académico de los alumnos de cuarto grado de la educación primaria” con la intención de que los alumnos aprendan a controlar sus emociones, mismas que influyen en los procesos escolares.

Por lo tanto, las competencias desarrolladas durante la práctica profesional son la capacidad de atención, así como la identificación y puesta en práctica de sus fortalezas personales para autorregular sus emociones y estar en calma para jugar, aprender, desarrollar empatía y convivir con otros. Agregando el diseño y creación de proyectos de corto y mediano plazo (por ejemplo, mejorar sus calificaciones o practicar algún pasatiempo).

La estructura de esta tesis expone a continuación el capítulo uno, encaminado al planteamiento del problema; en el que se hace referencia al contexto del centro de trabajo, la justificación; los objetivos generales y específicos que se pretenden lograr, así mismo integra las preguntas de investigación que se pretenden resolver con el avance.

De tal manera integra el supuesto personal al igual que la metodología que se usa para esta tesis integrando además el enfoque, el método utilizado, el tipo, los paradigmas, las técnicas e instrumentos que serán empleados para evaluar las estrategias didácticas y las características de la población de la que se está tomando referente para propiciar esta investigación.

Posteriormente se avanza al capítulo dos, donde se hace mención de la fundamentación teórica, en la que se describen características de los marcos, se abordan las definiciones de las palabras claves dentro de la investigación que se abordan y permiten conocer más a fondo, además dan una apertura a las nuevas relaciones acuerdo al tema, la importancia de esta las formas de asistir dichas situaciones, etc.

En el marco histórico se dan a conocer diferentes puntos de vista de distintos autores, que hablan y se enfocan teóricamente en la inteligencia emocional, las emociones, la importancia, los orígenes, el autodomio emocional, conectores y estrechas relaciones que de alguna manera se vinculan con el tema de investigación.

Este análisis permite identificar como desde años anteriores se conoce y se ha seguido de cerca este acompañamiento a los alumnos o diferentes personas que no logran regular sus sentimientos, de manera que estos influyen en gran medida en sus decisiones personales. En este caso influyen en el proceso académico de los alumnos de 4to grado de educación primaria ya mencionada.

Goleman (1995) uno de los autores más involucrados en esta investigación por lo tanto en base a sus teorías fueron diseñadas diversas estrategias que permiten la puesta en práctica del autodomio de emociones en alumnos de 4º, enfatizada al grupo donde se desarrolla la práctica. Aunque dichas estrategias propuestas no son puestas en práctica, se considera relacionado con la investigación y son muy buenas herramientas para el autodomio emocional en infantes, sobre todo por el aprender a controlar los sentimientos que influyen en la relación de su desarrollo académico.

Capítulo 1 planteamiento del problema

1.1 Antecedentes

Dentro de una investigación educativa los antecedentes se utilizan para hablar de una circunstancia o acción que sirve para referenciar o comprender de mejor manera un suceso o hecho, así mismo sucede en las investigaciones que se realizan para lograr un determinado objetivo, al igual que en la revisión de documentos, información o análisis de lectura de libros de la biblioteca, todo ello con la intención de buscar herramientas que permitan mantener y llevar a cabo dicha investigación relacionada al tema central.

Por ello se considera que es importante y muy necesario tener presentes los antecedentes del problema, que permitan identificar los interrogantes que apoyen a la resolución de los conflictos que se puedan presentar. Dentro de este marco, para abarcar los presentes se tiene contemplado, tomando como base los planes y programas de estudio del grado al que se atiende, al igual que los acuerdos relacionados con la educación y la presencia de la Ley general de educación hacia el servicio profesional y la puesta en prácticas de estrategias que suelen ser implementadas.

Por tanto, en la presente investigación se atenderá el tema “Autodominio emocional” mismo que se introduce en la materia de Educación Socioemocional misma que hasta hace algún tiempo no se llevaba a cabo en la malla curricular de educación primaria. Sin embargo, en los últimos años ha sido una prioridad llevarla a las aulas de las escuelas primarias ya que el hecho de que los alumnos se desarrollen en ambientes emocionales estables influye fuertemente en el rendimiento académico que puedan desempeñar en el resto de sus materias y sus logros académicos.

En relación a la idea anterior y tomado este tema de acuerdo a la necesidad de estabilidad emocional identificada durante las observaciones y el desarrollo de actividades

a distancia de los alumnos de 4° "B" de la escuela primaria "Rosario Castellanos", ubicada en el municipio de Matehuala, S.L.P. para ello se proponen atender mediante el desarrollo de estrategias de enseñanza que se puedan implementar en el aula, de manera que se favorezca la concientización, reflexión, y cambio en las actitudes de cada uno de los niños que se involucran en dicho proceso.

En primer momento se hablará sobre el marco legal y normativo, el cual se refiere a la consulta de diferentes documentos que permiten conocer desde lo legal, las normas y los lineamientos que se establecen para que se lleve a cabo el proceso educativo relacionado con la educación socioemocional.

Partiendo de los planes de estudio con la intención de alcanzar ciertas metas definidas y establecidas, es así que es necesario conocer información establecida y relacionarla con lo aprendido a lo largo de la formación profesional tomando a consideración las reglas, leyes, y normas que influyen en la regulación del quehacer docente y su colaboración para atender situaciones problemas como la que en esta investigación se plantea.

1.1.1. Marco legal y normativo

Competencias genéricas:

Con base a las competencias genéricas que desde mi punto de vista personal me he forjado y he desarrollado a lo largo de mi preparación docente son las siguientes:

- Tiene capacidad de atención.
- Identifica y pone en práctica sus fortalezas personales para autorregular sus emociones y estar en calma para jugar, aprender, desarrollar empatía y convivir con otros.

- Diseña y emprende proyectos de corto y mediano plazo (por ejemplo, mejorar sus calificaciones o practicar algún pasatiempo).

Competencias profesionales:

Las competencias profesionales que he desarrollado a lo largo de mi formación académica son las siguientes:

- Selecciona estrategias que favorecer el desarrollo intelectual, físico, social y emocional de los alumnos para procurar el logro de los aprendizajes.
- Evalúa el aprendizaje de sus alumnos mediante la aplicación de distintas teorías, métodos e instrumentos considerando las áreas, campos y ámbitos de conocimiento, así como los saberes correspondientes al grado y nivel educativo.

Partiendo de las competencias anteriores desarrolladas a lo largo de la vida académica y tomando como referente las normas y leyes que establece la constitución para que los ciudadanos podamos mantenernos en convivencia sana, dado que los derechos humanos son normas que reconocen y protegen la dignidad de todos los seres humanos.

Estos derechos rigen la manera en que los individuos viven en sociedad y se relacionan entre sí, al igual que sus relaciones con el estado las obligaciones del mismo hacia ellos. Que para esta investigación aporta grandes e importantes elementos así mismo se realiza un análisis del derecho a la educación, principal ámbito que interesa conocer es el Artículo 3º constitucional, puesto que en él se habla de la educación donde se establece lo siguiente:

En el artículo 3º constitucional establece que toda persona tiene derecho a la educación, el Estado, Federación, Ciudad de México y Municipios impartirá y garantizará

la educación inicial, preescolar, primaria, secundaria, media superior y superior. Educación que estará basada en respeto de la dignidad de la persona, con enfoque en los derechos humanos e igualdad sustantiva. Tenderá a desarrollar armónicamente las facultades del ser humano, fomentando el amor a la patria, respeto a los derechos humanos, libertades, cultura de paz, justicia, promoverá honestidad, valores y mejora de la enseñanza-aprendizaje.

El Estado priorizará el interés en niños, niñas, adolescentes y jóvenes en el acceso, permanencia y participación en los servicios educativos. La educación es un derecho de la niñez, responsabilidad del estado concientizar sobre la importancia y garantizarla conforme a lo dispuesto en la Ley general de educación. Que propone que la educación además de ser obligatoria tendrá especial énfasis en el estudio de la realidad y las culturas nacionales, eliminando toda forma de discriminación y exclusión, así como las condiciones que se convierten en barreras para el aprendizaje y la participación, por ello se atenderán las capacidades, circunstancias, necesidades, estilos y ritmos de aprendizaje. (Artículo 3° Constitucional, 2020)

Eliminará las barreras para el aprendizaje y la participación que enfrentan cada uno de los educandos, por lo que la autoridad educativa adoptará medidas a favor de la accesibilidad y los ajustes razonables. De esta manera en el artículo 11 que habla de las funciones de la nueva escuela mexicana señalando que el Estado, a través de la nueva escuela mexicana, buscará la equidad, la excelencia y la mejora continua en la educación, para lo cual colocará al centro de la acción pública el máximo logro de aprendizaje de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

Tendrá como objetivos el desarrollo humano integral del educando, reorientar el Sistema Educativo Nacional, incidir en la cultura educativa mediante la corresponsabilidad e impulsar transformaciones sociales dentro de la escuela y en la comunidad. Por otro

lado en la educación básica se propone que la educación y su desarrollo este basado en la identidad, el sentido de pertenencia y el respeto de la interculturalidad, así mismo promueve la convivencia armónica entre personas y comunidades para fortalecer el respeto, reconocimiento, responsabilidad ciudadana sustentada en valores como la honestidad, la justicia, la solidaridad, la reciprocidad, la lealtad, la libertad.

Además pretende mantener una participación activa en la transformación de la sociedad empleando el pensamiento crítico a través del análisis, la reflexión y el dialogo para el mejoramiento de los ámbitos social, cultural y político.

En el artículo 15 de La Ley General de Educación se postula que la educación debe contribuir al desarrollo integral y permanente de los educandos para que estos puedan ejercer de manera plena sus capacidades a través de la mejora continua del Sistema Educativo Nacional. Así como promover el respeto de la dignidad humana para mejorar la convivencia social en un marco de respeto, inculcando el enfoque de los derechos humanos de la igualdad sustantiva promoviendo los conocimientos y el mismo trato y oportunidades para las personas.

Propone las actitudes solidarias en el ámbito internacional, independencia y en la justicia para fortalecer el ejercicio de los derechos de las personas, el cumplimiento de sus obligaciones dirigiendo de esta manera formar a los educandos en la cultura de la paz, el respeto, la tolerancia, los valores y la búsqueda de acuerdos para solucionar conflictos y generar buena convivencia en marco de respeto.

Partiendo de la Ley de la Educación Emocional del País suscrita por diputadas y diputados de diferentes parlamentos con fundamento en el artículo 71 de la fracción II de la política de los estados unidos mexicanos establece como principio que la educación emocional puede resolver las situaciones de violencia, acoso escolar, adicción y

embarazos adolescentes, por ello es necesario considerar medidas en el ámbito educativo que darán frutos a mediano y largo plazo puesto que representan cambios trascendentales para los individuos y la sociedad.

Por ello se considera es importante en los procesos de enseñanza aprendizaje se incluya el conocimiento y manejo de las emociones puesto que permite comprender como resolver los conflictos que se puedan presentar sin violencia, de esta manera se puede lograr la formación de adultos capaces de vivir en un contexto social con más seguridad y respeto, ya que de ello trata la educación socioemocional.

Con base a los criterios e indicadores para docentes se aporta que los maestros y maestras son agentes fundamentales del proceso educativo, por ello se reconoce su contribución para transformar la sociedad. Así mismo tienen derecho de acceder a sistemas de integración de información, capacitaciones y actualización retroalimentada por evaluaciones que permiten cumplir los objetivos y propósitos del sistema Educativo Nacional. (Ley General Educación, L.G.E, 2020).

La ley establecerá disposiciones en el sistema para técnicos docentes y personal con funciones de dirección y de supervisión coordinadas con las entidades federativas y los criterios de la educación. Referente a los dominios, criterios e indicadores del perfil docente se apoya en una maestra, que conoce a sus alumnos para brindarles una atención educativa con inclusión, equidad y excelencia y una maestra, un maestro que participa y colabora en la transformación y mejora de la escuela y la comunidad. Que la maestra o el maestro aportan al desarrollo y aprendizaje de los alumnos cuando tiene como referente básico sus características y sus condiciones de vida.

Por lo tanto este dominio refiere que para conocer mejor a sus alumnos, la maestra además de tener una interacción empática y respetuosa con ellos, requiere

contar con diferentes estrategias que le permitan conocerlos mejor, como la observación, un método empleado durante las jornadas de práctica profesional y ayudantía adquirida en dicha escuela, se pretende con base a ello partir del conocimiento sobre los alumnos y sus predomios emocionales, crear nuevas estrategias que permitan promover en los alumnos el autodominio.

Favoreciendo de tal manera el rendimiento escolar de cada uno de los alumnos, de manera que sus emociones no influyan en un nivel máximo en las decisiones a considerar dentro de las actividades escolares. Es por ello que la admisión, promoción y reconocimiento del personal docente, directivo o de supervisión se realizará a través de selección en igual de condiciones y establecidos en la ley de manera pública, transparente, equitativa e imparcial considerando y sobre todo tomando en cuenta sus conocimientos, las habilidades, aptitudes y experiencias en el aprendizaje y desarrollo de los educandos.

Es importante mencionar que también influyen los planteles educativos ya que son estos los espacios que constituyen lo fundamental para los procesos de enseñanza-aprendizaje. Es por ello que el Estado garantizará que los materiales didácticos, la infraestructura educativa, su mantenimiento y las condiciones del entorno, sean idóneos y contribuyan a los fines de la educación.

Planes y programas de estudio vigentes como el 2011 y 2018 para educación primaria determinados en la fracción II del artículo tercero que determinan los principios rectores y objetivos de la educación, para tal efecto se considera la opinión de los gobiernos de las entidades federativas y actores involucrados en la educación, el contenido de los proyectos y programas educativos que contemplen las realidades y contextos tanto regionales como locales.

La educación emocional es una estrategia de promoción de la salud que tiene por objetivo mejorar la calidad de vida de las personas a partir del desarrollo de habilidades emocionales. El Estado debe velar para que estas herramientas sean puestas a disposición de todos los estudiantes. Por dicha razón en los programas y planes de estudio se aborda que en los tiempos actuales es importante enfocar la educación desde una visión humanista, colocándola en el centro del esfuerzo formativo, lo que implica tomar en cuenta una serie de valores para orientar los contenidos y procedimientos formativos de acuerdo a los contextos y sistemas educativos.

Gaitán (2017) sostiene que el autodominio es otra competencia personal muy relacionada con el autoconocimiento. El autodominio determina cuando uno decide actuar o no actuar. Es dependiente de la autoconciencia, ya que consiste en la habilidad de usar el conocimiento de las propias emociones para ser flexible y poder dirigir el comportamiento en forma positiva. Esto implica manejar las reacciones emocionales de acuerdo a las distintas situaciones y personas.

En esta circunstancia el autodominio se manifiesta en la habilidad para tolerar la exploración de las emociones propias. Una vez que se comprenda las emociones propias y que se sienta cómodo con ellas, el curso de acción se nos aparecerá por sí solo. La noción de control emocional no significa reprimir o negar los verdaderos sentimientos. El “mal genio” por ejemplo tiene sus usos; el enojo, la tristeza y el miedo pueden ser fuentes de creatividad y energía. (Gaitán 2021, pp. 75-90)

De acuerdo con el seguimiento que ha tenido la UNESCO (2020) se encuentra que en el mundo existen 258 millones de niñas, niños y adolescentes que ya no asisten a la escuela debido a la situación de pandemia que el mundo atravesó, pero como o de qué manera se enfrenta esta realidad, en si se realiza desde distintas variables críticas a la educación a distancia, considerada que no es la mejor opción para que se produzca el

aprendizaje, sin embargo esta opción es la mejor para el cuidado del proceso educativo que se produce en el aprendizaje más allá de la memorización de datos.

El autodomínio en palabras de Porporatto (2014) considera como una de las herramientas básicas del autodomínio la comunicación, ya que se deben tener connotaciones de amabilidad y serenidad evitando de cualquier manera las confrontaciones emocionales. Puesto que el autodomínio es aún fuerza interior que nos impulsa a modificar aquellas tendencias de nuestra personalidad que nos conducen a realizar acciones inadecuadas que son causadas por el estado de ánimo negativo.

Sin autodomínio se cae en excesos de rompimiento de la armonía de la convivencia laboral, familiar y social. El autodomínio es una especie de señorío sobre nosotros mismos, que hace madurar el carácter en un proceso continuo. Es así como los comportamientos sociales, laborales, escolares y familiares pueden ser corregidos de manera positiva empleando una actitud de autodomínio, creando tiempos y relaciones más saludables. El autodomínio se contrapone a la inseguridad de la personalidad, la dependencia psicológica, el bajo autoestima, los comentarios de imprudencia o conductas irracionales. (Porporatto 2014, pp. 271 - 283)

En cuanto a las estrategias de regulación emocional las mismas pueden definirse como las respuestas cognitivas, que permiten modificar la magnitud, la experiencia emocional o al evento que generador de emocionalidad. En la infancia dicha regulación se logra mediante dos tipos de factores: Factores externos (la familia, docentes y el entorno) y los factores endógenos, tales como la maduración de las redes atencionales, las funciones ejecutivas, la maduración del cerebro, las capacidades motoras y cognitivo-lingüísticas. (Porporatto 2014, pp. 271 - 283)

Refiriéndonos al personal de educación cumple un rol protagónico en la educación integral de sus estudiantes, modelando, enseñando y entrenando en el reconocimiento emocional teniendo como objetivo un mayor bienestar personal y social, convirtiéndose en una figura muy significativa. Los educadores serán quienes enseñen a sus alumnos estrategias de regulación emocional, afrontamiento, resolución de conflictos, desarrollo de la empatía y tolerancia a la frustración.

Para ello, es imprescindible que logren generar un adecuado clima escolar, ya que ellos ayudarán a mejorar el aprendizaje y disminuir conductas disruptiva de los estudiantes, la regulación emocional como se expresó anteriormente se encuentra íntimamente relacionada con la comprensión lectora, al igual que de otros contenidos y asignaturas permitiendo un adecuado aprendizaje (Bisquerra, 2015, p. 88).

1.1.2 Estado del arte

El estado del arte parte de los trabajos de investigación que abordan aspectos relacionados con el tema a tratar; promover el autodomínio emocional con la intención de mejorar el rendimiento escolar de los alumnos. La construcción del estado del arte es relevante para este proyecto de investigación, y que para ello es necesario consultar otros trabajos que abordan temas relacionados.

A continuación, se presentan cuatro investigaciones que se encontraron en diferentes ámbitos, como el internacional, nacional, estatal y local.

A nivel internacional:

En el título que para esta investigación denominada: Estrategias de enseñanza para promover el autodomínio en alumnos de cuarto grado de educación primaria. A nivel internacional he rescatado de las autoras Gina Padilla Jaraba y Liliana Valdés Ocampo en

sus temas definidos Inteligencia emocional para la convivencia escolar publicados en la Institución Francisco José de Caldas del Municipio de Soledad, Atlántico.

Dicha investigación fue realizada en el año de 2019 incluyendo como palabras clave; inteligencia emocional y autoconciencia, aportando como objetivos analizar la incidencia de la inteligencia emocional en la convivencia escolar de los alumnos, al igual que justificando su investigación como un ambiente escolar sano, óptimo y armonioso es aquel que permite que los fines últimos de la educación planteados en la Constitución Nacional y La Ley General de Educación se lleven a cabo y a su vez, estos traen consigo múltiples ventajas ya que abren camino a la materialización de procesos como el trabajo en equipo, relaciones socio afectivas pacíficas y de enseñanza-aprendizaje.

Por ello en un salón de clases donde hay conflictos de convivencia escolar, agresiones, dificultades para la resolución pacífica de conflictos dichos procesos no se efectúan de la mejor manera. En palabras de Gutiérrez y Pérez (2015), dando fundamentación teórica en los autores Prat y George (2018), Esteban Tocaren (2019).

Con la metodología para organizar el rumbo de la presente investigación, se parte desde la definición de las dos categorías que soportan la formulación del problema de investigación: Inteligencia Emocional y Convivencia Escolar. La anterior investigación tiene para esta tesis un alto grado de vinculación e importancia la autora Gina Padilla que la inteligencia emocional tiene una fuerte influencia en el aprendizaje de los alumnos. Puesto que toma en cuenta los procesos de formación de la comunidad, tomando en cuenta el nivel emocional de los alumnos, lo que serviría como justificación para este tema.

Como segunda investigación encontré el tema: Inteligencia emocional en estudiantes de 4° grado de primaria de una institución educativa pública del distrito de

Santiago de Surco, con la autora Bachiller Araceli Janina Vera Anselmo, publicado en Lima- Perú en el año de 2019, utilizando como palabras clave; Estudiantes, Inteligencia emocional, adaptabilidad, estado de ánimo y manejo de estrés, determinando como objetivo general el determinar el nivel de inteligencia emocional en los estudiantes de sexto grado de primaria de una institución educativa pública.

Por otra parte habla en su justificación que el educar emocionalmente es pieza clave para la formación de actitudes sociales, las cuales son el fundamento de aceptación y respeto a uno mismo y a las personas que los rodean garantizando una interrelación apropiada con el medio.

Los resultados que se obtengan del nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de sexto grado de primaria, apoyará a la correcta interacción y a la satisfacción personal, favoreciendo la mejora de la calidad de las relaciones sociales, así mismo en su metodología propone la base de dicha investigación considerada es de tipo descriptiva la cual implica observar y especificar el comportamiento de un sujeto sin influir sobre este de ninguna forma. Para sostener ello, el autor Fidias G. Arias (2012), este tipo de investigación se basa la determinación de un acontecimiento, hombre o grupo, con el propósito de constituir su estructura o comportamiento.

El producto de la investigación se sitúa en una categoría intermedia en cuanto a los conocimientos que se refiere. En sus conclusiones finales la autora señala que el nivel intrapersonal, que prevalece en los estudiantes de sexto grado de educación primaria de una Institución Educativa Pública del distrito de Santiago de Surco, se encuentra en la categoría promedio.

El nivel de Manejo de estrés que prevalece en los estudiantes de sexto grado de educación primaria de una Institución Educativa Pública del distrito Santiago de Surco, se

encuentra en la categoría muy bien desarrollada. El nivel de estado de ánimo que prevalece en los estudiantes de sexto grado de educación primaria de una Institución Educativa Pública del distrito Santiago de Surco, se encuentra en la categoría Promedio.

En dicha investigación la autora menciona que la inteligencia emocional dentro de los centros educativos es un motivo que se requiere abordar, puesto que es una forma preventiva de afrontar desde la escuela a la sociedad vinculada con la ausencia de valores hacia la diversidad, agresiones a la mujer, homofobia, discriminación, así mismo dichas características influyen en el nivel de enseñanza de las diferentes materias que demandan el progreso continuo del estudiante.

Dentro de la información recabada en la tercera investigación de carácter internacional, partiendo del tema; Estrategias educativas basadas en la teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman, para mejorar la participación activa en el nivel inicial de la autora Sarita Nathali Salvatierra García con lugar de publicación en Perú, en el año de 2019, utilizando como palabras clave; estrategias educativas, inteligencia emocional y participación activa, partiendo de los objetivos a continuación mencionado de manera general como; conocer los procesos de las estrategias para desarrollar las inteligencias emocional para mejorar la participación activa en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas del nivel inicial, centrando su tema en la justificación derivada.

Dentro del enfoque crítico reflexivo, donde implica que el docente debe reflexionar críticamente de manera permanente sobre su propia práctica pedagógica para mejorarla, autorregularla y resignificarla. Esta situación implica que el docente debe investigar para mejorar, innovar y producir un saber pedagógico. A medida que va reflexionando en la acción va modificando su práctica pedagógica. Utilizando como fundamentación teórica a tres autores como (Rodríguez, et al, 2019) que sustentan sus teorías además toma como

metodología el modelo de estrategias metodológicas basadas en la teoría de la inteligencia emocional:

Estrategias educativas disposiciones, de apoyo, de comunicación, meta cognitivas, de regulación y socializadoras para mejorar la participación activa de los niños y niñas del nivel inicial. El Docente con la aplicación de la propuesta generará un clima de clase estimulante para que los niños se sientan motivados a participar activamente en la construcción de su aprendizaje.

Finalmente en conclusiones postula la mayoría de las dificultades que se presentan en el proceso de enseñanza aprendizaje, es por falta de la aplicación de estrategias educativas pertinentes por parte del Docente, para que de esta manera se propicie la participación activa.

El Docente desconoce la Teoría de la Inteligencia Emocional, por lo que las estrategias educativas que utiliza son tradicionales, orientadas al individualismo y a la pasividad en el aula. Partiendo de los referentes presentados y que para esta tesis aportan y sustentan que los procesos de estrategias para el desarrollo de la inteligencia emocional es una base fundamental para mejorar la participación activa de los alumnos mediante el proceso del desarrollo educativo, partiendo de la reflexión crítica del docente sobre su propia experiencia pedagógica que propone mejorar la autorregulación de las emociones partiendo de la investigación, la innovación y la producción de los saberes pedagógicos a medida que se active la participación de los niños, niñas y adolescentes del colectivo de instituciones primarias.

Partiendo de estas teorías y tomando en consideración los modelos de las estrategias metodológicas basadas en la teoría de la inteligencia emocional propongo

para trabajar el autodominio en los alumnos de 4° grado el desarrollo de estrategias didácticas que permita se genere un mejoramiento en el rendimiento escolar.

A nivel nacional:

En la primera investigación se encontró que en el tema Inteligencia emocional en estudiantes de sexto de primaria de una institución educativa nacional del Porvenir desarrollado por las autoras Rodríguez Aliaga Carmen Maritza y Tolentino Aguilar Silvia Emilia publicado en Quintana Roo en el año 2018, que como palabras clave uso los términos Inteligencia emocional, inteligencia, emociones, partiendo del objetivo general que consiste en Describir el nivel de inteligencia emocional de los alumnos de sexto grado de primaria de una institución educativa estatal del distrito El Porvenir de Trujillo.

Se justifica en el desarrollo de la inteligencia emocional nos permite armonizar componentes cognitivos y afectivos, nos proporciona herramientas para el éxito a largo plazo tanto a nivel personal como social, especialmente en la escuela (Goleman, 2000). La mayoría de las conductas humanas se transmiten socialmente a través de ejemplos que proporcionan personas influyentes para un sujeto, el cual las observa y las reproduce (Bandura, 1982 citado en Mester & Fernández, 2007, p. 456).

En gran medida el éxito de la persona en la relación con los demás y con su trabajo se debe a la inteligencia emocional Simmons & Simmons, (1998). Usando como autores en referencia a Goleman (2000) y Bandura (2007), proponen como metodología percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Estos psicólogos mencionaron cuatro componentes primarios de la inteligencia emocional: la percepción, evaluación y expresión de la emoción; la facilitación emocional del pensamiento; la comprensión, análisis y el empleo del conocimiento emocional; y el

control de las emociones para promover el crecimiento emocional e intelectual, que para mi tesis aporta fundamentos esenciales considerando que la inteligencia emocional proporciona herramientas para la obtención del éxito.

Lo que me lleva a la reflexión sobre si un alumno se encuentra bien en estados emocionales, le satisface la necesidad de aprender de forma autónoma, lo que conlleva a buenos resultados de aprendizaje y por tanto de buenas experiencias para con sus docentes así como el ritmo de las enseñanzas acordes al nivel educativo considerando que dicha investigación se enfoca a alumnos de 6° para esta tesis permite considerar se puede lograr los mismos objetivos con alumnos de 4° que con los alumnos de 6° ya que se van asimilando sus características como alumnos del centro educativo.

En la segunda investigación encontré en el tema la inteligencia emocional y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes del sexto grado de primaria con las autoras Maritza Lorena Reynoso Colana Silvia Francisca Jiménez publicado en Monterrey, Nuevo León en octubre de 2019, que se sustenta en palabras clave como Educación, Aprendizaje, Enseñanza, Inteligencia emocional, Rendimiento académico.

Planteando como objetivos determinar la relación que existe entre la inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes del sexto grado de educación básica. Partiendo de la justificación la elaboración y aplicación del presente programa se justifica en dos aspectos importantes: en la necesidad que tienen los padres, en el proceso formativo de sus hijos, en conocer las estrategias de cómo tratar ciertos problemas que se presentan como consecuencia de su crecimiento.

Sus fundamentos los mantiene en referencia a los autores, Vara Horna (2008) y Vásquez (2018) puesto que en su metodología partiendo del enfoque metodológico para

el presente estudio de investigación es el enfoque cuantitativo, se basa en fenómenos observables que sean susceptibles de medición, análisis estadístico y control.

Esta investigación permite conocer de manera cuantitativa numérica y porcentual los niveles de inteligencia emocional que tienen estudiantes y cuáles son los niveles de rendimiento académico que tiene los mismos, así considera bajo las conclusiones finales las cuales pretende plasmar en este programa de escuela para padres estrategias dirigidas a cambiar la visión del padre de familia respecto a su rol y su misión como padre y como miembro de una sociedad moderna y competitiva.

Que para mi tesis aporta las estrategias o puntos de reflexión para trabajar la inteligencia emocional desde el hogar, es decir, desde la educación por parte de los padres de familia, ya que ellos deben tener un rol dentro de los procesos de desarrollo del alumnos, y la comunicación afectiva que se lleve a cabo dentro de los roles de la familia son un buen fundamento que puede repercutir en los aprendizajes educativos, por ello me aporta de manera positiva la dinámica social y por ende los valores de la familia que convierten al alumno en un ciudadano de bien, aprovechando al máximo su intelectual dentro de los sistemas educativos, laborales, etc.

Dentro de la tercera investigación en el tema inteligencia emocional en estudiantes del 5° grado de primaria de la autora Sandra Encinas Flores publicado en 2019 que usa como palabras clave Inteligencia emocional, actitudes, pubertad, vida social, conflictos familiares.

Con el objetivo de determinar el nivel de inteligencia emocional de los estudiantes de 5° grado de primaria de forma intrapersonal, interpersonal, el estado de ánimo y el manejo del estrés. Mismo en el cual justifica que la inteligencia emocional abarca distintas aptitudes no cognitivas que poseen los individuos para afrontar situaciones adversas y

salir airosos de ellas. Estas aptitudes son desarrolladas desde los primeros años de vida y van a influir en el manejo de decisiones del individuo, así como su manera de enfrentar las dificultades.

Es necesario conocer el nivel de inteligencia emocional de los niños, ya que ellos son muy vulnerables a esta edad, y se debe conocer como sobrellevan los cambios ocurridos en sus cuerpos, los conflictos familiares y la vida social, entre otros, para que así la Institución Educativa Pública, (IEP.), docentes, padres de familia puedan brindar el apoyo necesario que los ayude a afrontar con éxito esta etapa de su vida.

Ayudados de autores como Goleman (1996) y Bisquerra (2012) que para sustentar su metodología empleada se basa en Bizquera quien afirma que la inteligencia emocional no es estática, por lo que va cambiando a lo largo de los años, siendo en la niñez en donde se forma. A pesar de que puede ser mejorada a través de talleres y terapias, es importante que desde pequeños se tenga una educación sobre las emociones, para que así en un futuro no se tengan que recurrir a sesiones para mejorarla.

El modelo de Goleman posee 5 componentes son: Interpersonal, Intrapersonal, Adaptabilidad, Manejo del estrés, Estado de ánimo, en general existen muchísimos modelos referidos a la inteligencia emocional, sin embargo como se ha mencionado antes se han considerado la más importantes, las cuales pertenecen al modelo mixto (Goleman, 1998) y al modelo de habilidades (Mayer y Salovey, 2001, p. 276).

Así mismo concluye que la inteligencia emocional de los niños del 5° grado de primaria es promedio ya que el 69,23% de los niños se ubicó en este nivel, esto quiere decir que la inteligencia emocional que poseen les permite tener buen dominio de sus emociones sabiendo reaccionar asertivamente, seguidamente el nivel alto de inteligencia emocional obtuvo resultados del 23,08%, los niños que obtuvieron esos resultados tienen

un manejo excepcional de sus emociones, finalmente, el resultado obtenido del nivel bajo de inteligencia emocional fue del 7,69% en el que se ubica 1 estudiante.

La anterior tesis aporta la relación que existe entre las etapas de la adolescencia y la pubertad así como los problemas sociales a los que se enfrentan los alumnos para mantener relación con las maneras en las que aprenden así como la relación de sus emociones con la toma de decisiones, lo que me serviría como supuesto para el planteamiento del problema.

A nivel estatal:

Dentro de este rango de investigaciones encontré el tema Desarrollo de la autoconciencia emocional mediante estrategias didácticas que favorecen la sana convivencia en alumnos de tercer grado de primaria de la autora Xóchitl Guadalupe Cobos Sánchez, publicado en san Luis potosí, SLP el 7 de julio de 2018, aportando palabras clave como autoconciencia Inteligencia emocional, estrategias, emociones, autodominio, presentando en el objetivo general donde se favorece la autoconciencia emocional.

Pretende abordar cinco capacidades básicas que la conforman de acuerdo a Daniel Goleman (1995) las cuales son: descubrir las emociones y sentimientos propios, reconocerlos, manejarlos, crear una motivación propia y gestionar las relaciones personales; de no atender esta problemática las áreas de oportunidad de los estudiantes pues no reportarían avances en su inteligencia emocional para enfrentar las problemáticas sociales de convivencia que hoy en día están rebasando los límites, cada vez con mayor frecuencia la violencia comienza a naturalizarse de tal manera que pareciera “normal” el ser intolerante, agresivo, depresivo, pero la intención es de apoyo para promover el autodominio emocional dentro de la presente investigación.

Fortaleciendo su tema en la justificación que se presenta en el capítulo II: expone la base teórica que da sustento a la investigación. Incluyendo la información que aporta elementos clave para el desarrollo de la investigación para dar paso al proceso de inserción teórico metodológico. Su metodología dictamina que el enfoque de la investigación es cualitativo. Hernández, (2006) que describe, comprende e interpreta las fenómenos a través de las percepciones y significados producidos por las experiencias de los alumnos a través de la realidad extendida hacia los contextos de interacción con las emociones descubriendo la relación entre sí.

Por otra parte el método utilizado es a una investigación acción a la que Eliot (1993) define como el estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma problemática abordada, desarrollando autoconciencia emocional en los niños para favorecer las relaciones de grupo, y de esta manera lograr mejorar la práctica.

En sus conclusiones de manera finalizada considera que lo anterior me hizo reflexionar acerca de la importancia que debería tener que los maestros tomen cursos y capacitaciones para poder enseñar a sus alumnos a comprender y comunicar sus emociones de manera asertiva lo que traerá repercusiones favorables en muchos aspectos de su desarrollo así como también ayudaría a los alumnos a “volverse innecesariamente vulnerables a los conflictos de los demás” (Shapiro, 2006, pp. 256- 270)

Después de analizar todas las intervenciones puedo concluir que se lograron cumplir todos los objetivos planteados al inicio de la investigación debido a que se logró Identificar las competencias emocionales presentes en los alumnos de tercer grado. Por otra parte se reconocieron los factores que desarrollan y obstaculizan el desarrollo de la inteligencia emocional descubriendo que la autoconciencia es el principal factor que

permite desarrollar la inteligencia emocional de acuerdo a lo establecido (Goleman, 1995, p. 674).

La investigación ya mencionada de igual manera habla sobre la convivencia entre los alumnos y sus docentes dentro de los grupos de práctica, así como de la comunicación y la expresión de emociones que nos ayudan a vincular los estados de ánimo con los aprendizajes y la adquisición de los, ya que considero los alumnos deben sentirse emocionalmente completos, para que su desempeño académico sea productivo.

En la segunda investigación dentro de este ámbito encontré en el tema actividades de inteligencia emocional en niños con problemas de aprendizaje: su desarrollo e implementación de la autora Bianca Yamina Avalos García publicado en Villa de Juárez, Colima en julio de 2018 usando como palabras clave: Inteligencia emocional, Capacidad, Habilidad, Emocionalmente inteligente; partiendo de los objetivos generales que los docentes implementen en las aulas las actividades de inteligencia emocional para fortalecer el desarrollo emocional y cognitivo de los alumnos con problemas de aprendizaje.

Por otro lado centra su teoría en la justificación de Goleman (2000) expresa que la inteligencia emocional habla de la necesidad de comprender y ser capaz de aplicarla, debido a que es esencial para tener éxito en la vida y que el analfabetismo emocional hace difícil afrontar las tensiones y los problemas de la vida en las escuelas, puede expresarse mediante el aburrimiento, la mala conducta o el retraimiento. Sustentando su trabajo en dos autores considerados importantes de acuerdo con el planteamiento que se propone con (Guilera, 2019, p. 46)

Su metodología parte de la realidad o bien, en la actualidad hablar de emociones es normal, pues hoy, cada vez más docentes, padres, madres y expertos relacionados

con la educación empiezan a reconocer que no existe educación integral sino se recupera y se pone en valor el mundo de las emociones, de los afectos y sentimientos en cada persona.

Para aprovechar todos los beneficios que se generan en el aula por parte del docente, cuanto esto sucede, el alumno trabaja acorde a su inteligencia emocional y comienza a acceder a los saberes compartidos por su maestro (López y González, 2003), y que para esta tesis aporta que el cerebro de cada ser humano es un todo compuesto por cinco dimensiones esenciales: los instintos, las emociones, las intuiciones, los razonamientos y las planificaciones para el futuro.

Las personas se deben centrar en todas las dimensiones para lograr el mejor rendimiento a las capacidades mentales con que cuentan. López y González (2003) comentan que una persona puede estar clasificada como muy inteligente pero no ser exitosa en algunas áreas de su vida.

La inteligencia es una dimensión que cada ser humano posee en la medida en que se expresa su interés por conocer, comprender o reflexionar en cualquier actividad que realice. Partiendo de esta idea de la autora y sus referencias me satisface agregar a mi tesis como el abordaje de los objetivos, ya que la educación emocional es considerada como una parte esencial del aprendizaje y desarrollo de los alumnos.

En la tercera investigación con el tema la implementación de la musicoterapia para favorecer las habilidades del pensamiento reflexivo, crítico y analítico en alumnos de 5° grado de una escuela primaria de la autora Jessy Elizabeth Ramírez Aguirre, publicado en la Escuela normal del estado de San Luis Potosí el 26 de junio de 2018 que como palabras clave agrega Musicoterapia, el pensamiento, habilidad reflexiva, habilidad analítica, habilidad crítica, resolución de problemas, parte de ellas para plantear el

objetivo como analizar cómo la musicoterapia favorece la generación de habilidades reflexivas, críticas y analíticas necesarias en alumnos de 5° grado de la escuela primaria 16 de septiembre en el ciclo escolar 2017-2018.

Así mismo su justificación la rescata sobre la realidad cotidiana, puesto hoy en día la sociedad, requiere y exige de individuos más capaces y especiales ante su desarrollo e implementación de sus habilidades del pensamiento para enfrentar problemáticas de cualquier índole de ámbito social, familiar así como escolar.

Su metodología parte de que las investigaciones cualitativas es la susceptibilidad de influencia ante las actitudes, reacciones y acciones de los sujetos de estudio, ante esto fue importante mantenerse alerta a las respuestas de los alumnos durante la reproducción de la musicoterapia para la resolución de actividades donde implicó la resolución de problemas, favoreciendo las habilidades del pensamiento, por lo que fue conveniente tener un diario de investigador, para registrar cualquier impresión que se presente al momento del plan de intervención. “El qué y el cómo” son cuestiones sustanciales.

Como conclusiones finales aporta que el aprendizaje, los conocimientos siempre serán herramientas importantes y fundamentales para nuestro desenvolvimiento en una vida llena de exigencias y expectativas que se estandarizan por medio de la RIEB así como los planes de estudios 2011 de educación básica.

Para esta tesis aborda una estrategia importante que me puede resultar útil para llevar a cabo el autodomínio emocional, la empatía, la inclusión partiendo de estas estrategias, o bien los alumnos pueden expresarse a través de la música, como en otras situaciones lo hace el dibujo, en este caso la música sería un gran influencia y oportunidad para rescatar el nivel emocional o bien los problemas que cada alumno aborda.

A nivel local:

Importante mencionar que debido a que sobre el tema dominio emocional o bien basado en la educación socioemocional son únicamente dos tesis de diferentes autoras que se relacionan al tema de la presente investigación, de tal manera que en las investigaciones a nivel local solo fue posible rescatar controversias y relaciones de dos tesis.

Aunando a esta investigación el trabajo de la autora Diana Guadalupe De León Tovar con el tema ¿cómo potenciar la inteligencia emocional, para favorecer el proceso de alfabetización inicial? que parte de la intención de Potenciar la inteligencia emocional a través del proceso de la alfabetización inicial en 6 alumnos rezagados de 2° "A" de la escuela Club Rotario desarrollada en la escuela Club Rotario T.M. , con ubicación en Matehuala S.L.P. investigación de tipo cuantitativa concluye además que la autorregulación emocional está rodeada de una falta de practica dentro del hogar y dentro del ámbito escolar, así como en el desarrollo de la sociedad en la que los alumnos se ven inmersos día con día.

Que para esta tesis aporta una connotación propia sobre las conductas disruptivas que hacen referencia a un conjunto de conductas inapropiadas dentro del aula y estas suelen retrasar o impedir el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje puesto que afecta el rendimiento de los alumnos es por ello que existen las clases negativas donde generan situaciones incómodas tanto para docentes como para el resto de los alumnos, lo que me sirve como fundamento teórico para postular que tratar y llevar a cabo la enseñanza y autodomínio de las emociones es un elemento muy importante.

Finalmente en la segunda investigación donde se propone el tema la influencia de la educación emocional en el desempeño académico de los estudiantes de quinto grado

de educación básica primaria de la institución educativa técnica Sumapaz del municipio de Melgar en el departamento del Tolima de la autora Diana Patricia Castañeda Rojas publicado en 2017.

Basado en palabras clave como Educación emocional, estrategias, emociones, autodominio, partiendo del objetivo de determinar la influencia de las estrategias de educación emocional en el desempeño académico de los estudiantes de grado quinto de básica primaria de la Institución Educativa Técnica Sumapaz de Melgar, en el departamento del Tolima, donde justifica que el desarrollo de la inteligencia emocional es importante en la vida de los seres humanos, puesto que permite el establecimiento de relaciones sanas, el control de las emociones, la capacidad de tomar buenas decisiones y la motivación, Goleman (1995). En los niños y niñas la educación debe estar encaminada a su desarrollo integral, lo cual es indispensable para su éxito personal y escolar.

Apoyado por autores como Goleman (1995), ley de infancia y adolescencia (2006) donde posterga que la revisión de investigaciones, fue realizada teniendo como eje central la educación emocional en espacios educativos y las implicaciones de ésta en el proceso de enseñanza aprendizaje en la comunidad educativa de la Institución Educativa Técnica Sumapaz, siendo este el tema central del trabajo, cada una de las investigaciones presentan escenarios y desarrollos desde diversos enfoques permitiendo así contemplar las múltiples posibilidades para el desarrollo de la presente tesis.

1.2 Definición del problema

La contextualización es el producto de la observación que se realizó oportunamente en jornadas frente a grupo, con la intención de buscar una situación problema que predominara en el aula, misma situación que se fundamenta en cómo se desarrolla la acción, así como las principales causas de qué y cómo se origina, los actores

que en ella intervienen y que se ven realmente involucrados para buscar la manera de mejorar o bien solucionar la situación que se presenta. Es por ello que se abordaran los datos más relevantes que fueron rescatados dentro de la problemática así como sus repercusiones de manera nacional, estatal y local.

Centrando la idea, menciono que el autodomínio que deben desarrollar los alumnos en el contexto dentro del cual se desarrollan es muy importante para que los niños y niñas mexicanos se puedan desarrollar de mejor manera dentro de los procesos de desarrollo académico y estabíldades emocionales que la sociedad demanda deben ser desenvueltos de acuerdo a las necesidades de cada uno de los alumnos y alumnas.

A continuación se tratará sobre la observación al grupo de cuarto grado sección B, de la escuela “Rosario Castellanos”, misma que dio oportunidad a encontrar las dificultades que desvían los procesos de enseñanza y aprendizaje, es decir, esta relación es el punto importante en los procesos educativos de cada uno de los alumnos, sin embargo estos se ven afectados debido a los desniveles emocionales que sufren los alumnos.

Recabando datos orales de los alumnos, se considera que la pandemia que actualmente atraviesan todas las personas a nivel mundial ha generado una alteración en las relaciones de familia, formado únicamente familias disfuncionales, mismas que emplean pautas insanas para relacionarse, y ello conlleva un deterioro claro de la salud mental, emocional o física de sus miembros. Esto ocurre, en muchas ocasiones, porque los padres atraviesan situaciones problemáticas que no se llegan a resolver y se perpetúan en el tiempo, mismo suceso por el cual la mayoría de los alumnos está enfrentando en su hogar, lo que repercute en las áreas académicas, puesto que no se genera el mismo nivel de desempeño o de concentración.

La estabilidad emocional es un factor muy importante en el desarrollo del ser humano puesto que gozar de estabilidad emocional es fundamental no solo para desarrollarse en emociones, sino para mantener un control personal sobre la vida. Es por ello que se considera que la estabilidad emocional es la capacidad de una persona de gestionar las emociones de forma positiva para que no afecten a su vida cotidiana.

Es decir, se trata de la habilidad de no dejarse llevar por los sentimientos negativos aunque las condiciones personales o profesionales no sean perfectas. Y como en todas las personas se pueden manejar los sentimientos para que estos no dominen la toma de decisiones, es aquí donde se lleva a cabo el proceso de autodomínio. Así mismo al ser un sujeto emocionalmente estable, se convierten en personas más tranquilas, pacientes, y por tanto con más atención a los procesos de su vida, en este caso a un aprendizaje más significativo y prolongado para los alumnos.

Así mismo, se considera que la estabilidad emocional es fundamental para poder llevar una vida sana en todos los sentidos, de esta manera se pretende promover el autodomínio en los niños en edades pequeñas de entre los 8 y 9 años de edad. De lo contrario podemos vernos seriamente afectados cada vez que las cosas no funcionen como nosotros deseamos, ya que cada contratiempo, por pequeño que sea, puede disparar un torrente de negatividad, de frustración, tristeza, rabia, ansiedad.

Estas descargas de sentimientos negativos diarios, a la larga, pueden volvernos sujetos pasivos, irresolubles, miedosos, resentidos y catastrofistas, y pueden hacer que olvidemos muy rápidamente las cosas positivas de la vida y nos centremos en las negativas hasta no poder escapar de ellas.

Esta combinación, fruto de la falta de inteligencia emocional desemboca en problemas de estrés, desgana, insomnio, fobias e incluso depresión. Por ello la

intención es el control de todos estos mecanismos que alteran las diversas promoviendo el autodominio emocional en los alumnos de 4° grado. Un punto muy importante es mediante la creación de estrategias que permitan a los alumnos desarrollar de manera autónoma el autodominio referente a estas ramas de la educación emocional (Goleman, 2017, p. 97)

En la actual pandemia no todos los alumnos asisten a la escuela por los protocolos de salud, sin embargo para aquellos alumnos que se quedan en casa, también es necesario y fundamental enviar actividades para realizar, pero dichas indicaciones no son seguidas por los apoyos, es decir por los padres de familia, debida a la misma situación. Existen otras ocupaciones como las laborales, que requieren tiempo ya que generar el sustento de los hogares, por ello algunos niños no cumplen con las actividades a realizar en casa, y el día que les corresponde asistir a la escuela desconocen los temas, por la falta de relación con los mismos.

Por último, se detallarán las razones personales que me llevaron a escoger esta temática, ya que desde mi edad temprana he observado y sido participe de como las relaciones emocionales que se desarrollan en las familias toma gran influencia en las acciones educativas de las escuelas, no solo en nivel primaria, por ello me interesa conocer la manera en la que se pueden crear estrategias que permitan a los docentes poder colaborar estas pautas que intervienen en los procesos de enseñanza y aprendizaje de los alumnos y alumnas.

Así mismo hacer partícipes a los padres de familia para el apoyo intelectual desde casa para que los alumnos se enfoquen en sacar adelante su formación académica, no en notas calificativas, sino en aprendizajes que les ayuden al desenvolvimiento en las necesidades que la sociedad demanda día con día.

Por lo tanto, el tema de estudio lo enuncio de la siguiente manera:

¿Cómo diseñar estrategias didácticas para el autodomínio emocional de los alumnos de cuarto grado del nivel primaria?

1.2.1 Contextualización del problema

Dicha problemática identificada en el municipio de Matehuala, S.L.P. en la escuela primaria Rosario Castellanos, en el aula de cuarto grado “B”, donde se percibe una amplia variedad de descontrol emocional. Caracterizado de esta manera porque algunos alumnos no hablan en las sesiones clase presenciales, aun cuando el docente solicita su participación en la lectura de algún texto, donde quienes se quedan en casa no realizan las actividades correspondientes día con día, donde a los llamados de la institución hay padres que no asisten y en su lugar asisten los abuelos de los niños quienes los tienen a cargo.

El hecho de que no asistan todos los niños de manera escalonada a la escuela es por la falta de comunicación entre padres y por motivo de que no llegan a algún acuerdo sobre la educación de los niños, deciden dejarlos en casa, bajo el cuidado de otras personas. Por ello según estudios realizados por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), quien declaró que tanto las niñas como los niños son víctimas ocultas del coronavirus, puesto que se han generado numerables cambios en los hogares desde los hábitos, como las rutinas. Durante la ocurrencia de la pandemia las mujeres, las niñas y los niños se encuentran expuestos a vivir o ser víctimas de situaciones de violencia, maltrato, abuso o explotación (UNICEF, 2020 pp. 700-712).

Por otro lado, se integra la pérdida repentina de familiares que afecta la capacidad financiera de los padres de familia, por lo que se debe acceder a disponer de los bienes y servicios esenciales para satisfacer las necesidades de niñas y niños. Es esta una

importante razón por el cual después de que se han mejorado y controlado los casos de COVID-19, los padres de familia han optado por ingresar a sus trabajos de manera diaria, dejando de lado la importancia de la escuela, y por ende la educación de sus hijos.

Por otro lado, se presenta en los padres de familia el miedo de que los alumnos regresen a las aulas, temor a que se presente algún contagio dentro de la institución pese a que los alumnos en su mayoría anhelan el regreso a clases presenciales aunque sea de manera escalonada. Situación que dentro del plantel se lleva a cabo en un horario de 8:15 am a 11:15 am. De manera que se evita el receso escolar para evitar precisamente que los alumnos se quiten el cubre bocas, consuman alimentos dentro del plantel, compartan, etc.

Además, debido a los desniveles en la economía que se presentó en todas las familias de la región y que también afecta la sociedad infantil, puesto que se demuestra que las niñas y los niños perciben lo que ocurre a su alrededor y reaccionan ante ello, consciente o inconscientemente: pueden responder al estrés de diversas formas, por ejemplo, mostrándose más dependientes, preocupados, angustiados, enfadados o agitados, encerrándose en sí mismos o volviendo a conductas que ya no mostraban, como mojar la cama.

Situaciones como desastres naturales, las crisis sociales y sus efectos en el hogar les afecta y puede generarles sentimientos de ansiedad y estrés tóxico que también pueden dañar su salud, y por ende sus resultados en las actividades que se desarrollan dentro de la institución. De igual manera que las actividades que deben desarrollarse desde casa.

Este aporte me permite identificar de acuerdo a las observaciones realizadas al trabajo de los alumnos, es que verdaderamente están pasando situaciones preocupantes

para los sectores escolares o bien los docentes, donde “Me parece importante situar el tema de la movilidad en un arco más amplio, que tiene que ver con la ausencia de política pública de cuidado con la niñez en el contexto de la pandemia”, es parte de lo que plantea Camilo Morales (1990) académico del Programa de Estudios Interdisciplinarios sobre la Infancia, respecto al abordaje público que se le ha dado desde la institucionalidad a este grupo de la población.

Esto porque, como analiza el psicólogo y académico de la Facultad de Ciencias Sociales, solo ha estado remitido a lo normativo. “El ‘quédate en casa’ tiene un valor de protección, pero en el fondo es como ‘quédate en casa... ¿haciendo qué?’; por eso me parece importante visibilizar esta crisis en términos de los derechos de la niñez”, lo que como explica el experto tiene que ver con que “a los niños se les visibilice como sujetos y que eso también implique, por ejemplo, escuchar sus opiniones, sus experiencias, cómo se han sentido”.

Según Morales (1990) importante señalar además que quienes más se han visto afectados desde el punto de vista de la restricción del ejercicio de sus derechos, son las niñas, los niños y los adolescentes (NNA). Por mencionar dos: primero, la educación, sobre todo en aquellos casos donde no hay condiciones para mantener la educación a distancia -por el acceso a internet, porque las condiciones habitacionales no lo permiten, porque no hay adultos que acompañen-; y segundo, relacionado con la movilidad, el derecho al juego, la recreación, el esparcimiento.

En la actualidad para muchos niños el pensar en la escuela en casa, es sinónimo de agotamiento, estrés y largas horas de tareas y que en muchos casos ha afectado incluso el vínculo con sus padres, quienes tienen ahora el deber de enseñar y hacer las tareas con sus hijos. Padres que en muchos casos no suelen tener conectividad, medios tecnológicos, conocimiento específico del tema y sin dejar de lado que también se

encuentran inmersos en una situación desconocida, dónde los cambios económicos, laborales y sociales se hacen sentir.

Por lo anterior, podemos afirmar que los niños cuando son pequeños no pueden regular sus estados emocionales a través de sus cogniciones y pensamientos de manera independientes, sino que se trata de un proceso gradual (Garnefski, 2007), que sufre una transición en el cual cómo se expresó las figuras parentales juegan un rol fundamental.

A edades tempranas resulta importante conocer y comprender cómo el niño regula sus emociones a través de los procesos cognitivos, debido a que, ello afectará el curso de su desarrollo emocional, la salud mental, los procesos de socialización, el aprendizaje y la comprensión lectora. De este modo comprender a los alumnos de 4° resulta más fácil el proceso de enseñanza y aprendizaje ya que estando en buen estado emocional su desempeño académico sería más favorable. La función de la familia y los docentes resultará esencial para lograr dicho objetivo (Ceballos et al, 2020, pp. 19 - 23).

Es así como la educación en la pandemia se ha vuelto una novedad histórica, puesto que se vieron obligadas las instituciones en conjunto con sus gobiernos a modificar la forma en la que funcionaba su sistema educativo para transitar al momento en el que las telecomunicaciones son las protagonistas para llevar a cabo los procesos educativos.

Este cambio tan radical ha afectado en gran medida sobretodo el bienestar emocional de los alumnos al igual que de sus padres, puesto que al iniciar el regreso a clases híbrido, algunos alumnos que asistían a la escuela se mostraban distraídos, pensativos, fuera de contexto y en algunas ocasiones mencionaban que en sus hogares no los querían.

Necesario mencionar que debido a las separaciones familiares que surgieron algunos alumnos tuvieron que mudarse de casa, con algunos familiares, donde las bienvenidas no fueron del todo agradables para ellos, sin embargo se esfuerzan por mejorar las relaciones. En segundo lugar se menciona que en las aulas es necesario que los estudiantes logren expresar de forma adecuada y saludable sus estados emocionales, sin necesidad de ser suprimidos (Rodríguez et al, 2014), sino que se sientan en plena confianza de expresar sus emociones sin temor alguno.

Lo cual en el año 2020 resultó muy complejo debido a que el aprendizaje fue virtual por la pandemia, a pesar de que los docentes realizaban todo lo posible para acompañar a sus estudiantes, faltaba la presencia en las aulas, la mirada, la escucha atenta y el vínculo estrecho con los adultos y pares que conforman las instituciones escolares. Además, como pudo comprobarse en un estudio llevado a cabo en Argentina en el mes de abril, las emociones que predominaban eran la ansiedad, angustia, miedo e ira. Dichas emociones se encontraron desreguladas, lo que afectó de manera negativa al aprendizaje (Sevilla, et al, 2020 p. 87)

Partiendo de este supuesto, hacemos referencia en cuanto a esta investigación se refiere a los nuevos conocimientos actuales en base a la educación socioemocional, partiendo de ello se integran nuevos conocimientos para los alumnos de manera que ellos puedan mejorar su rendimiento escolar y se pueda promover el autodomínio emocional con la intención de saber controlar las emociones emitidas según las que predominan, de manera que estas no afecten al desarrollo de su aprendizaje.

Es así como en colectivo docentes y directivos de la institución Rosario Castellanos han buscado estrategias que permita sacar a los alumnos que se encuentran en rezago educativo, y como una rama importante, la estabilidad emocional ha sido una de las fundamentales bases para sacar adelante al alumnado.

1.3 Justificación

Los procesos de enseñanza de este tema “Estrategias didácticas para Promover el Autodominio en Alumnos de Cuarto Grado” está orientado a conocer las competencias que permitan a los alumnos atender las diferentes situaciones que se puedan presentar en el aula, en relación con las actividades educativas, rescatando las principales acciones que se pueden considerar como factores importantes dentro de la problemática identificada, para después construir técnicas que permitan atender la situación, que en dicho caso se trata de crear, diseñar o proponer estrategias de enseñanza que favorezcan las relaciones entre alumnos-alumnos, alumnos-docentes, alumnos-padres de familia, y con ello creando la confianza de expresión libre de participación y estabilidad emocional para el desarrollo de actividades educativas.

Así a través de este dominio o control emocional se benefician, los mismos alumnos para que se sientan estables emocionalmente y así puedan realizar sus actividades y desenvolverse de la manera más conveniente en el aula o bien desde su casa, en las actividades que aún se trabajan a distancia. Los beneficiados serán los alumnos en primera fase, seguido de los padres de familia, los docentes y claramente e incluida la institución.

Los alumnos porque, como ya se mencionó se desarrollaran educativamente en ambientes sanos, estables, y su rendimiento académico mejorara ya que se centraran su atención en los contenidos abordados, en comprender, en aprender a aprender. Los padres de familia, porque dichas estrategias podrían ayudar a sus hijos a salir de algún posible estado emocional negativo en el que se encuentren, es importante mencionar que no todos los padres atraviesan las mismas situaciones, sin embargo quienes lo hacen sentirán plena confianza puesto que sus hijos están aprendiendo de la mejor manera.

Los docentes, porque sus clases serán más enriquecidas con la motivación, el interés y colaboración de los alumnos, las clases no serían productivas simplemente, sino que muy interesantes tanto el docente alcanzara a abastecer a los alumnos de nuevos conocimientos así como los alumnos tendrán la oportunidad y sabrán aprovechar al máximo los conocimientos que la docente imparta para con ellos.

Los directivos o supervisores de la institución, ya que al funcionar dichas estrategias planteadas para con el cuarto grado, se optará por emplearlas en el resto de los grupos, ya que según los diagnósticos en cada grupo se presenta la misma problemática y seguido de ello en las evaluaciones que se obtengan de pruebas los alumnos obtendrán mejoramiento en sus rendimientos, lo que pondrá en alto a la institución por el desempeño académico de sus estudiantes y el reconocimiento de las buenas labores y desempeños de enseñanza de los docentes.

Lo que se prevé cambiar en la investigación son las actitudes de los alumnos en referencia al desempeño escolar, es decir, que sepan controlar sus emociones e inestabilidades para que los problemas o situaciones difíciles que viven en los contextos externos a la escuela no influyan de manera directa con los niveles de aprovechamiento de cada alumno dentro de la escuela.

Por otra parte los alumnos comprenderían y aprenderían a autorregular sus emociones, de manera que no permitan que estas influyan de forma negativa, si no emplearlas como motivación para seguir avanzando en su desarrollo académico. De igual manera se puede emplear el concepto de resiliencia, para aquellos alumnos que no precisamente pasan por situaciones como la mencionada, pero que sí podrían colaborar de manera muy productiva para con sus compañeros y así que entre todos los miembros se logre un cambio para el desempeño escolar de todos y cada uno de los alumnos, pese a las situaciones negativas o problemáticas que se puedan vivir dentro del hogar.

Esta investigación es muy significativa ya que de los resultados en el autodomio emocional de cada uno de los alumnos dependen el resto de las áreas de su vida, como ya lo mencionábamos anteriormente, la estabilidad emocional es un punto fundamentalmente importante del cual se deriva el resto de las actitudes y habilidades o destrezas que se pueden presentar en una persona, de ello depende las maneras de desempeñarse en otros ámbitos, de continuar o detenerse, de ser felices o bien salir adelante.

Su impacto en la sociedad es determinante ya que depende de la buena formación de los alumnos la manera en la que puedan ejercer fuera de la institución , buscando la manera de satisfacer las necesidades que demanda la sociedad actual o futura, por ello genera impacto en diferentes ámbitos, en el ético al volverse personas en formación más responsables en la toma de decisiones donde no influyen precisamente las emociones, ya que se pretende tener control de ellas, ciudadanos más consientes, estables, animados, motivados.

En la economía generan al igual impacto puesto que al sentirse bien emocionalmente tendrán la oportunidad personal de desenvolverse en cualquier ámbito importante o no que la sociedad demande, en este caso serán personas competentes que pueden lograr niveles de productividad, calidad y porque no cantidad de ingresos e inversiones que generen buenos frutos, no solo para ellos sino para el medio que les rodea.

1.4 Propósitos

La presente situación problema es con la intención de fomentar en los alumnos un autodomio emocional, derivado de ciertas situaciones puesto que como ya se concluyo es un tema que ha causado mucho revuelto para con las actividades escolares presentes

en los alumnos de la educación primaria, en este caso nos referimos a los alumnos de 4to grupo "B".

A continuación se presentan los objetivos, el general y los específicos que se pretenden perseguir durante el desarrollo de esta investigación para alcanzar un máximo nivel de conocimiento relacionado al autodomínio e inteligencia emocional que se perciben en los niños de 9 a 10 años de edad. Enseguida se presentan las preguntas de investigación que por consiguiente se abordaran en diversos momentos del desarrollo de esta investigación.

1.4.1 Propósito General

- Diseñar estrategias didácticas que permitan promover el autodomínio para mejorar el rendimiento académico de los alumnos de cuarto grado de la educación primaria.

1.4.2 Propósitos Específicos

- Conocer las emociones que los niños de 4° manifiestan durante su desempeño académico.
- Describir la influencia de las emociones que predominan en los alumnos del aula de 4° y su relación con el rendimiento académico.
- Explicar cuáles son las estrategias que promueven el autodomínio emocional en los alumnos de 4° de la educación primaria para mejorar su rendimiento escolar.
- Valorar la pertinencia de las estrategias de enseñanza que promueven el autodomínio emocional en los alumnos de 4° para mejorar su rendimiento escolar.

1.5 Preguntas de investigación

Las preguntas de investigación que se pretenden realizar para desarrollar esta investigación, están diseñadas partiendo de los objetivos que se pretenden abordar y satisfacer en el proceso de este documento.

1.5.1 Pregunta General:

¿Cómo diseñar estrategias didácticas para el autodomio emocional de los alumnos de cuarto grado de educación primaria?

1.5.2 Preguntas derivadas:

- ¿Qué tipo de emociones manifiestan los niños de 4° grado durante su desempeño escolar?
- ¿Cuál es la influencia que ejercen las emociones de los alumnos del aula de 4°?
- ¿Las emociones que expresan las niñas y niños de 4° de educación primaria impactan en su rendimiento escolar?
- ¿Cuáles son las estrategias que promueven el autodomio emocional en los alumnos de 4° de educación primaria?
- ¿Qué estrategias permiten mejorar el rendimiento escolar de los alumnos de 4° grado?
- ¿Son pertinentes las estrategias de enseñanza que promueven el autodomio emocional en los alumnos de 4° grado, para mejorar su rendimiento escolar?
- ¿Cuáles son los factores que determinan el rendimiento escolar de los alumnos de 4° grado?

1.6 Supuesto personal

Partiendo de mi experiencia en la vida escolar tanto como alumna y ahora docente frente a grupo de lo cual me permite apreciar dentro de las actividades escolares la mala interacción en familia, derivado de la pandemia que aún se encuentra actual, muchas de las familias perdieron su vínculo, y se convirtieron en familias de un solo núcleo, es decir, los alumnos están atravesando momentos difíciles en su estado emocional, que se remite de tal manera en las actividades escolares.

Dicho de otro modo bajaron en gran medida los logros académicos de los alumnos, por ello me permito proponer a partir de ello estrategias que sean satisfactorias y favorables para intervenir en el daño que se está produciendo. Es decir, producir y fomentar en los alumnos autodominio emocional, a través de estrategias didácticas que provengan de especialistas en la educación emocional.

Capítulo 2 Fundamentación teórica

Hernández, (2010) menciona que la fundamentación teórica se refiere más que nada a la información de manera documental para confeccionar el diseño metodológico de una investigación, es el momento en el que establecemos cómo y de qué manera recolectamos datos y analizamos la información. La información recogida en el marco teórico nos proporciona un conocimiento profundo de la teoría que le da significado a la investigación. Es una revisión crítica de los elementos teóricos que sirven de marco de referencia en una investigación.

Esta nos dice de donde viene nuestro problema y la dirección hacia la que se perfila. Presenta los alcances de un fenómeno en ciertas fechas determinadas, así como las posiciones y contradicciones que fundamentan los puntos de vista de todos aquellos autores que en la investigación intervienen.

2.1 Marco conceptual

El marco conceptual se entiende como un sistema de conceptos básicos, que constituye los fundamentos de los procesos epistemológicos que buscan plantear los problemas específicos del estudio, según la problemática planteada, en efecto a largo plazo, resolverlos mediante del desarrollo de las bases metodológicas, que generalmente lo complementan, proporcionando los métodos y procedimientos pertinentes. (Hernández, 2010, p. 456)

Según el marco conceptual es el conjunto de conceptos que expone un investigador cuando hace el sustento teórico de su problema y tema de investigación partiendo de este fundamento.

2.1.1 Educación Socioemocional de acuerdo a los Planes y programa de estudios

Tal y como lo mencionan en los planes y programas de estudio en la educación primaria, la Educación Socioemocional está diseñada como un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y las niñas, desarrollan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades, que les permitirán comprender y manejar las propias emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética.

En particular se busca que los alumnos de este nivel escolar, desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de las mismas, el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; así como adquirir estrategias para trabajar la tolerancia a la frustración y lograr postergar las recompensas inmediatas.

Con ello se busca que los alumnos comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y logren hacer de la vida emocional un detonante para la motivación, el aprendizaje y la construcción de relaciones sociales respetuosas y positivas a través del diálogo.

La Educación Socioemocional es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética.

Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida.

Investigaciones recientes demuestran que la Educación Socioemocional contribuye a que los estudiantes alcancen sus metas; establezcan relaciones sanas entre ellos, con su familia y comunidad; y mejoren su rendimiento académico. Se ha observado que este tipo de educación provee de herramientas que previenen conductas de riesgo y, a largo plazo, está asociada con el éxito profesional, la salud y la participación social. Además, propicia que los estudiantes consoliden un sentido sano de identidad y dirección; y favorece que tomen decisiones libremente y en congruencia con objetivos específicos y valores socioculturales.

Unos de los propósitos generales de la asignatura de educación socioemocional en los 4° de la educación primaria pretende que lograr el autoconocimiento basado en la exploración de motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias de cada alumno, de manera que el efecto de estas en la conducta y sus vínculos sean productivos tanto para el alumno como para su entorno.

Por otra parte y un punto importante es proponer que los alumnos de este ámbito aprendan a autorregularse emocionalmente y que a partir de ello generen las destrezas necesarias para solucionar conflictos de manera pacífica a partir de la mediación de estrategias para aprender a convivir en la inclusión y el aprecio por la diversidad. Al igual

que fortalecer la autoconfianza y la capacidad de elegir a partir de la toma de decisiones fundamentales.

Considera es importante desarrollar en los alumnos la capacidad de resiliencia para enfrentar a las adversidades y salir de ellas fortalecidos, de manera que se minimice la vulnerabilidad y prevenir tanto el estrés, la ansiedad, la depresión, la violencia, entre otros.

2.1.2 Concepto de Estrategia (Frida Díaz Barriga)

Las estrategias de aprendizaje son procedimientos (conjuntos de pasos, operaciones o habilidades) que un aprendiz emplea en forma consciente, controlada e intencional como instrumentos flexibles para aprender significativamente y solucionar problemas (Barriga et al., 1998).

2.1.3 Didáctica (Frida Díaz Barriga.)

La didáctica es una disciplina del campo pedagógico de carácter teórico-práctico, cuyo objeto de estudio son los procesos de enseñanza, cuya finalidad es la formación integral del estudiante a través del pasaje de un acervo cultural que podrá ser recreado por este. Es el arte de enseñar. Como tal, es una disciplina de la pedagogía, inscrita en las ciencias de la educación, que se encarga del estudio y la intervención en el proceso enseñanza-aprendizaje con la finalidad de optimizar los métodos, técnicas y herramientas que están involucrados en él. (Díaz et al., 1998, Pp. 187-198).

2.1.4 Competencias emocionales.

Las competencias emocionales son las habilidades básicas que el individuo necesita adquirir para desarrollar plenamente su personalidad y progresar de forma efectiva en su vida social y familiar. En consecuencia, no cabe duda de que las

competencias emocionales tienen una aplicación muy relevante dentro de la pedagogía. Son las aptitudes exclusivamente cognitivas como el razonamiento analítico o la experiencia técnica son las que combinan el pensamiento y la emoción. (Goleman 2011, p. 57)

2.1.5 Autodominio.

El autodominio es aquella capacidad humana que tiene una persona y que le permite controlar las emociones y los impulsos que lo afectan en determinado momento y ante un evento concreto, o en su cotidianidad. El autodominio se define como la capacidad de uno mismo para dominar los pensamientos, los sentimientos o las emociones.

Alguien capaz de auto controlarse manejará mejor cualquier situación porque, en primer lugar, es capaz de detectar las emociones que siente, y después, puede afrontar cualquier situación de una forma más beneficiosa. No se trata de un beneficio egoísta, se trata de que controlar la situación y mantener la calma (o la concentración) sea sin duda, la mejor forma de tomar una decisión que preserve nuestra estabilidad emocional y nuestro bienestar como individuos.

Por eso es tan importante fomentar el autocontrol en niños, desde la primera infancia. Los psicólogos afirman que esta capacidad para controlarse está directamente ligada al desarrollo de la inteligencia emocional. Por eso subrayan la importancia de impartir una educación emocional adecuada desde la edad infantil.

En la edad de los 14 años los alumnos presentan una relación directa y clara entre la capacidad para controlar impulsos en la infancia (niños de 4 años) y el comportamiento emocional y social en la edad adulta. En concreto, los niños que habían sido capaces de

controlarse y esperar su recompensa eran, en su edad adulta, más responsables, más aptos para el aprendizaje o para manejar las frustraciones y más hábiles socialmente.

Sin embargo, los más impacientes mostraron, años más tarde, que tenían una menor autoestima, menor capacidad para concentrarse, para manejar el estrés o la frustración, y una mayor tendencia al enfrentamiento, entre otras dificultades sociales. El autocontrol es un camino seguro hacia el éxito. A lo mejor no es el único pero, sin duda, lleva a una vida más exitosa y feliz.

Lo más importante es que esta capacidad para el autocontrol se puede aprender y ejercitar, y se debería utilizar para la consecución de objetivos concretos. Como padres, podemos ayudar a nuestros hijos a fomentar lo que siempre se llamó fuerza de voluntad a la hora de estudiar o de concentrarse en una tarea; siempre y cuando seamos conscientes de que los malos resultados académicos, por poner un ejemplo, no siempre se explican por una falta de esfuerzo o concentración. Antes de etiquetar a tu hijo como un vago, pregúntate si no hay otro desencadenante como el estrés o una baja autoestima.

2.1.6 Inteligencia emocional.

Goleman (2011) postula que la inteligencia emocional permite tomar conciencia de nuestras emociones, comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo, acentuar nuestra capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindará mayores posibilidades de desarrollo personal. Esta determina la capacidad potencial de que dispondremos para el aprendizaje de habilidades prácticas basadas en uno de los siguientes cinco elementos: la conciencia de uno mismo, la motivación, el autocontrol, la empatía y la capacidad de relación.

Por otra parte Piaget piensa que la inteligencia y el pensamiento no son cualidades que nos vienen dadas de nacimiento, sino que son complejos procesos cognitivos que, aunque tienen una base orgánica, son resultado de las relaciones que establece un sujeto que quiere activamente conocer el mundo social y cultural que lo rodea.

Según Piaget, los conocimientos no proceden ni de la sola experiencia con los objetos del entorno, ni de una programación innata preformada en el sujeto, sino de construcciones mentales sucesivas con constantes elaboraciones de nuevas estructuras que van dando lugar a niveles progresivos del desarrollo cada vez más complejos e integrados. Dentro de su teoría constructivista del desarrollo de la inteligencia podemos encontrar referencias a las emociones.

2.1.7 Autocontrol.

Es la habilidad y capacidad de una persona para gestionar adecuadamente nuestras emociones y nuestros impulsos conflictivos. Consiste en gestionar nuestros sentimientos y comportamientos. A través del control de las emociones positivas y negativas podemos experimentarlas y expresarlas adecuadamente. Da igual la edad ya que es necesario en cualquier etapa de nuestra vida.

El autodominio exige autoconciencia más autorregulación, componentes clave de la inteligencia emocional. Uno de los parámetros del autodominio es alcanzar el estado cerebral más adecuado para realizar una tarea. Si hablamos de eficiencia personal, tenemos que encontrarnos en el mejor estado interno para la labor que vayamos a realizar, y cada uno de ellos tiene sus puntos a favor y sus puntos en contra.

Por ejemplo, las investigaciones demuestran que las ventajas de estar de buen humor son tener mayor creatividad, resolver mejor los problemas, contar con una mayor flexibilidad mental y ser más eficientes en la toma de decisiones en muchos sentidos.

Por otro lado, estar de mal humor, o como mínimo de un humor más pesimista, tiene su lado positivo: entre otras cosas, se demuestra una mayor capacidad de prestar atención al detalle, incluso al hacer algo aburrido, lo que nos dice que es mejor ponerse serio antes de leer un contrato. De mal humor nos mostramos más escépticos, de forma que, por ejemplo, es menos probable que nos limitemos a confiar en las opiniones de expertos y seguramente haremos preguntas perspicaces y sacaremos conclusiones propias.

El principal inconveniente de estar de mal humor es, por descontado, que resulta molesto tanto para nosotros como para quienes nos rodean; pero existen otros perjuicios más sutiles: en el nivel cognitivo somos más pesimistas y, por ello, es más probable que tiremos la toalla cuando las cosas se tuerzan. Este nos predispone en contra de lo que estemos planteándonos y por consiguiente nuestros juicios se desvían hacia la negatividad.

Los planes y programas de estudio año 2011, proponen que el autocontrol emocional es la capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, de tal suerte que se pueda comprender el impacto que las expresiones emocionales y comportamientos pueden llegar a tener en otras personas y en uno mismo.

De modo que el área de educación socioemocional en primaria, tendrá una duración mínima de 30 minutos. Lo anterior, permitirá a cada escuela realizar los ajustes

pertinentes sin demerito de los tiempos destinados a receso escolar, así como para el tiempo de alimentación en las escuelas que brindan este servicio.

La autorregulación implica modular los impulsos, tolerar la frustración, perseverar en el logro de objetivos a pesar de las dificultades, aplazar las recompensas inmediatas, afrontar pacíficamente retos y situaciones de conflicto, manejar la intensidad y duración de los estados emocionales, y lograr experimentar de forma voluntaria emociones positivas o no aflitivas. Para ello es fundamental aprender a mantener una atención plena sobre los propios pensamientos y emociones, para ser auténticos protagonistas de las conductas (SEP., 2011, Pp. 345-361)

2.1.8 Importancia del autocontrol.

Cuando una persona no regula sus estados emocionales se refleja en su conducta y pensamientos, pues actúa de forma confusa, desorganizada, irracional y hasta errática. Esto disminuye su capacidad para responder y tomar decisiones de manera responsable, objetiva y reflexiva, y puede que incluso genere conflictos que involucren a otras personas, o pongan en riesgo su integridad física y ética. Cultivar la autorregulación forma personas reflexivas, capaces de escuchar, tolerantes y respetuosas, con lo cual se favorece el aprendizaje, y la prevención y manejo asertivo de conflictos.

La capacidad de autorregulación se puede cultivar mediante prácticas que produzcan un cambio en los procesos perceptuales y cognitivos asociados a esta capacidad, tales como la atención y la conciencia de las propias sensaciones y pensamientos, para expresar respuestas emocionales apropiadas y evitar respuestas impulsivas.

Ello implica aceptar la necesidad de regular los impulsos emocionales, las respuestas “automáticas” frente a estímulos específicos que, en ocasiones, despiertan

respuestas emocionales instintivas. Al inicio de un proceso de autorregulación es necesario primero aceptar que los sentimientos y las emociones deben ser regulados. En particular cuando se está en estados emocionales fuertemente asociados a respuestas impulsivas como el estrés, miedo o el enojo.

El control de la atención y la visualización del pensamiento, junto con el autoconocimiento, favorecen el desarrollo del pensamiento reflexivo, y con ello la capacidad de planeación y anticipación de los efectos que pueden generar los estados emocionales en la propia conducta y en la toma de decisiones. Para fortalecer la autorregulación, es imprescindible trabajar las capacidades para lidiar con los estados emocionales, lo que algunos autores denominan como habilidades de afrontamiento emocional.

La vida cotidiana y sus experiencias son el detonante del desarrollo socioemocional y cognitivo de las personas. Por lo tanto, desde el punto de vista pedagógico se deben favorecer situaciones didácticas que guarden una relación estrecha con la realidad de los estudiantes, de manera que se puedan ilustrar y poner de manifiesto las habilidades asociadas a la autorregulación. Además, es importante considerar los siguientes factores asociados a la autorregulación en un contexto educativo:

Aceptación de la necesidad de autorregulación. Para que inicie un proceso de autorregulación es necesario aceptar que los sentimientos y las emociones deben ser regulados, en particular cuando se experimentan estados emocionales fuertemente asociados a respuestas impulsivas, como el estrés, el miedo o el enojo. En este sentido, los estudiantes deberán reconocer en ellos mismos el beneficio de modular su expresión emocional.

Expresión emocional apropiada. La expresión apropiada se refiere no a un parámetro preestablecido de expresión emocional, sino a tomar consciencia de que un estado emocional puede modificar el propio comportamiento y el de otras personas, y comprender cómo estas expresiones se pueden enfatizar o moderar.

Tolerancia a la frustración. Este factor es muy común en el aula escolar debido a problemas, retos o situaciones de conflicto que no parecieran tener una solución evidente ni inmediata en el corto plazo; de ahí la necesidad de apoyar a los estudiantes para que aprendan a modular la sensación de insatisfacción o abatimiento, y generen emociones que conlleven a la calma a pesar de las dificultades.

2.1.9 Emoción

En el Diccionario de María Moliner encontramos la siguiente definición: Emoción (del lat. "emotio, -onis") f. Alteración afectiva intensa que acompaña o sigue inmediatamente a la experiencia de un suceso feliz o desgraciado o que significa un cambio profundo en la vida sentimental: "La emoción por el nacimiento de su primer nieto". Puede consistir también en interés expectante o ansioso con que el sujeto participa en algo que está ocurriendo:

"Seguía con emoción los incidentes de la lucha"; muy frecuentemente se trata de un estado de ánimo colectivo: "La emoción que precedió al estallido de la guerra. El pueblo esperaba con emoción la noticia del nacimiento del príncipe". Por fin, la alteración afectiva puede consistir en enternecimiento por sí mismo o por simpatía o compasión hacia otros; por una prueba de cariño o estimación recibida por el mismo sujeto: "La emoción no le permitió hablar para agradecer el homenaje"; por el espectáculo real o presentado en una obra de ficción, de la ternura, la abnegación o el dolor de seres humanos débiles o perseguidos por la desgracia.

Como vemos gracias a las aportaciones del reconocido psicólogo estadounidense Daniel Goleman, las emociones no se corresponden con un proceso cerebral separado e independiente, sino que son el resultado de múltiples mecanismos cerebrales. Aunque dentro de estos procesos neuronales cabe destacar la importancia de la amígdala, que juega un papel muy decisivo en el aprendizaje de las conductas emocionales. Este aprendizaje relacionado con las emociones es conocido como condicionamiento del contexto. (Goleman, 1995, pp. 30-42)

Los planes y programas de estudio del año 2011, consideran que la emoción es un componente complejo de la psicología humana. Se conforma de elementos fisiológicos que se expresan de forma instintiva y de aspectos cognitivos y socioculturales conscientes e inconscientes, lo que implica que las emociones, especialmente las secundarias (o los sentimientos), también son aprendidas y moduladas por el entorno sociocultural y guardan una relación de pertinencia con el contexto en el que se expresan (SEP., 2011 pp. 372-374)

Su función principal es causar en nuestro organismo una respuesta adaptativa, ya sea través de sensaciones de rechazo o huida, o bien de acercamiento y aceptación. Las emociones se pueden clasificar en emociones básicas de respuesta instintiva como la ira, la alegría, la tristeza, el miedo, el asco o la sorpresa, y en emociones secundarias o sentimientos que conllevan un componente cognitivo y cultural que complejiza su expresión y entendimiento como por ejemplo la gratitud, el respeto, el perdón, la benevolencia, la contemplación estética o bien la envidia, los celos, el odio, la frustración, la venganza, entre otros.

De ahí que para algunos autores, tanto las emociones básicas como las secundarias, se clasifiquen en dos grandes categorías: las positivas o constructivas que

producen estados de bienestar, o las negativas o aflictivas que producen estados de malestar.

2.1.10 Estrategia didáctica.

Díaz (1999), menciona que son las: acciones planificadas por el docente con el objetivo de que el estudiante logre la construcción del aprendizaje y se alcancen los objetivos planteados. Una estrategia didáctica es, en un sentido estricto, un procedimiento organizado, formalizado y orientado a la obtención de una meta claramente establecida. Su aplicación en la práctica diaria requiere del perfeccionamiento de procedimientos y de técnicas cuya elección detallada y diseño son responsabilidad del docente. Implica:

- Una planificación del proceso de enseñanza aprendizaje.
- Una gama de decisiones que él o la docente debe tomar, de manera consciente y reflexiva, con relación a las técnicas y actividades que puede utilizar para alcanzar los objetivos de aprendizaje.

2.1.11 Función de las emociones

Las emociones han desempeñado una función importante en la adaptación al ambiente a lo largo de la filogénesis. Esto es así tanto en las personas como en los animales. La función de adaptación se ve clara en el caso del miedo. Ante un peligro sentimos miedo, lo cual nos predispone a huir para asegurar la supervivencia.

Los investigadores han puesto un énfasis especial en argumentar y demostrar la función de adaptación a lo largo de la filogénesis. Pero también son importantes en la ontogénesis, en la medida en que unas personas tienen que coordinarse con otras, en procesos en los que intervienen constantemente las emociones. Bisquerra (1984)

enumera ocho comportamientos adaptativos: retirada, atacar, aparearse, pedir ayuda, establecer vínculos afectivos, vomitar, investigar, y parar (“quedar helado”).

Estos comportamientos se asocian con miedo, ira, alegría, tristeza, aceptación, asco, interés y sorpresa. De forma análoga, propone seis comportamientos adaptativos: búsqueda, agresivo, protector, abatido, triunfante y cariñoso, que se corresponden con seis emociones básicas: deseo, ira, miedo, tristeza, alegría y afecto. (Bisquerra, 1984 pp. 97-121)

Los comportamientos adaptativos son activados por las emociones, lo cual ilustra una de sus funciones. Si una emoción predispone a la acción, entonces una de las funciones es motivar la conducta. Las relaciones entre emoción y motivación han dado lugar a una extensa bibliografía como consecuencia de las investigaciones en este ámbito. La función de información ha sido señalada por los biólogos, según los cuales la función de la emoción es alterar el equilibrio intra-orgánico para informar (por ejemplo de un peligro).

Entramos así en la función social, según la cual las emociones sirven para comunicar a los demás cómo nos sentimos y también sirven para influir en los demás. Las emociones juegan un papel importante en la toma de decisiones. Cuando la información es incompleta para tomar decisiones, entonces las emociones pueden tener un papel decisivo.

Esto es así principalmente ante un peligro real e inminente, donde la rapidez en la toma de decisiones puede ser esencial para asegurar la supervivencia. En estos casos se toman decisiones automáticas a una velocidad vertiginosa antes de que la información haya podido ser procesada por la corteza cerebral. Pero, además, en muchos procesos

de toma de decisiones, considerados “más meditados”, en el fondo son las emociones las que tienen el peso decisivo.

Es así que, en decisiones importantes que se pueden tomar a lo largo de la vida, tales como qué estudios va a seguir, qué profesión va a ejercer, si se casa o no se casa, decidir tener hijos, qué piso me compro, qué coche me compro, a qué partido voy a votar, etc. En todos estos casos, si bien se analiza la situación, las emociones van a pesar más que las cogniciones. Las emociones tienen funciones en otros procesos mentales.

Pueden afectar a la percepción, a la atención, a la memoria, al razonamiento, a la creatividad y a otras facultades. Así, por ejemplo, se ha observado que estados emocionales relacionados con la felicidad hacen más flexible la organización cognitiva, produciendo más asociaciones neuronales que las normales. Esto tiene una aplicación en la creatividad artística, científica y en la resolución de problemas. En este sentido, las emociones pueden tener una función importante en diversos aspectos del desarrollo personal.

Las emociones sirven para centrar la emoción sobre temas específicos de interés particular y dedicarse a ellos con implicación emocional total. Las emociones tienen una función en el bienestar subjetivo, también denominado bienestar emocional, ya que se caracteriza por la experiencia emocional positiva.

2.1.12 Estructura de las emociones

A continuación se exponen las clasificaciones más relevantes que han sido elaboradas por el autor: Lazarus, 1991

Emociones positivas y negativas:

Cuando se da un listado de emociones a personas diversas con la instrucción de que las clasifiquen, la mayoría hacen dos categorías: positivas y negativas. En esto coinciden la mayoría de autores, que consideran que las emociones están en un eje que va del placer al displacer. Esto supone asignar una valencia a las emociones en función del lugar que ocupan en ese eje. Por tanto, se puede distinguir entre emociones positivas y negativas. Se trata de una clasificación en función de la valoración del estímulo que activa la respuesta emocional. Siguiendo a Lazarus (1991), las emociones se pueden clasificar del modo siguiente:

1. Emociones negativas: son el resultado de una evaluación desfavorable (incongruencia) respecto a los propios objetivos. Se refieren a diversas formas de amenaza, frustración o retraso de un objetivo o conflicto entre objetivos. Incluyen miedo, ira, ansiedad, tristeza, culpa, vergüenza, envidia, celos, asco, etc.

Las emociones negativas se experimentan ante acontecimientos que son valorados como una amenaza, una pérdida, una meta que se bloquea, dificultades que surgen en la vida cotidiana, etc. Estas emociones requieren energías y movilización para afrontar la situación de manera más o menos urgente.

2. Emociones positivas: son el resultado de una evaluación favorable (congruencia) respecto al logro de objetivos o acercarse a ellos. Incluyen alegría, estar orgulloso, amor, afecto, alivio, felicidad. Las emociones positivas, en cambio, se experimentan ante acontecimientos que son valorados como un progreso hacia los objetivos personales. Estos objetivos son, básicamente, asegurar la supervivencia y progresar hacia el bienestar.

La supervivencia y el bienestar tienen una dimensión personal y social. Es decir, no solamente para mí, sino también para las personas queridas; en este sentido se puede

extender a la humanidad entera. Las emociones positivas se experimentan cuando se logra una meta, cuando se percibe algún progreso o mejora. Estas emociones son agradables y proporcionan disfrute y bienestar.

3. Emociones ambiguas (bordelinde): su estatus es equívoco. Incluyen sorpresa, esperanza, compasión y emociones estéticas.

Las emociones ambiguas son aquellas que pueden ser positivas o negativas según las circunstancias. Por ejemplo la sorpresa. Una sorpresa puede ser positiva o negativa según lo que ocasione la sorpresa. La compasión supone una emoción positiva por lo que tiene de amor hacia la persona que sufre, pero al mismo tiempo implica una emoción negativa por el sufrimiento del otro.

La esperanza se experimenta ante un sufrimiento que se confía en que se pueda superar. Si bien Lazarus (1991) sitúa la compasión y la esperanza entre las emociones ambiguas, conviene decir que otros autores las consideran como positivas. Las emociones ambiguas se parecen a las positivas en su brevedad temporal y a las negativas en cuanto a la movilización de recursos para el afrontamiento. Algunos autores denominan a esas emociones problemáticas o bordelinde (Lazarus, 1991, pp. 278-289)

2.1.13. Educación emocional

La educación emocional se puede entender como un proceso educativo que pretende introducir el desarrollo de las competencias emocionales como elemento principal del aprendizaje de los alumnos. El debate y dilucidación del constructo de inteligencia emocional corresponde a la psicología, mientras que a la educación le corresponde la aplicación de las aportaciones y resultados de la investigación psicológica (Bisquerra, 2007 p. 15)

De acuerdo a lo que establecen los planes y programas de estudio de la educación primaria postulan que la educación socioemocional es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás.

Tradicionalmente la escuela ha puesto más atención al desarrollo de las habilidades cognitivas y motrices que al desarrollo socioemocional, porque hasta hace poco se pensaba que esta área correspondía más al ámbito educativo familiar que al escolar, o que el carácter o la personalidad de cada individuo determinan la vivencia y la expresión emocional; no se consideraba que estas dimensiones del desarrollo pudieran ser cultivadas y fortalecidas en la escuela de manera explícita.

2.1.14 Importancia de promover la educación socioemocional

Tiene como propósito que los estudiantes desarrollen y pongan en práctica herramientas fundamentales para generar un sentido de bienestar consigo mismos y hacia los demás, mediante experiencias, prácticas y rutinas asociadas a las actividades escolares; que comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y que logren que su vida emocional y sus relaciones interpersonales sean una fuente de motivación y aprendizaje para alcanzar metas sustantivas y constructivas en la vida.

De acuerdo a los planes y programas de estudio 2011, refiere que en la educación primaria, la Educación Socioemocional está diseñada como un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y las niñas, desarrollan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades, que les permitirán comprender y manejar las

propias emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética.

En particular se busca que los alumnos de este nivel escolar, desarrollen habilidades y estrategias para la expresión e identificación consciente de las emociones, la regulación y gestión de las mismas, el reconocimiento de las causas y efectos de la expresión emocional; así como adquirir estrategias para trabajar la tolerancia a la frustración y lograr postergar las recompensas inmediatas.

Con ello se busca que los alumnos comprendan y aprendan a lidiar de forma satisfactoria con los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y logren hacer de la vida emocional un detonante para la motivación, el aprendizaje y la construcción de relaciones sociales respetuosas y positivas a través del diálogo.

Es importante subrayar que entre los seis y los 12 años de edad los niños y adolescentes se encuentran en el proceso de desarrollar y reafirmar su autonomía y capacidad de agencia, de ahí que adicionalmente la Educación Socioemocional durante esta etapa escolar favorece el poder reconocer, apreciar y fomentar todo aquello que contribuye al bienestar personal y colectivo, así como a desarrollar una plena autoestima para conducirse con conciencia de sí mismo, seguridad, respeto, y robustecer con ello el sentido de autoeficacia y el ejercicio de la autonomía a través de la participación, la colaboración y la comunicación asertiva.

2.2 Marco histórico

Goleman (1995) psicólogo, filósofo y periodista, quien popularizó el concepto de I.E. tras el éxito de su "bestseller" mundial "Inteligencia Emocional" en 1995. Desde

entonces, ha sido uno de los constructos más difundidos e investigados, convirtiéndose en un tema de gran interés social y científico.

Sin embargo, no fue este autor el primero en hacer referencia a la I.E. Las primeras raíces del término nos trasladan a 1859, cuando Charles Darwin publicó su teoría y consideró la importancia de la expresión emocional para la supervivencia y adaptación de los seres vivos con el medio ambiente. (Rodríguez, 2010 p. 136)

Debido a la aparición del conductismo en 1912, en los años siguientes se frenó el estudio de los procedimientos no observables y la inteligencia y las emociones dejaron de ser objeto de interés. Hasta que no se debilitaron las posturas conductistas, no volvió a resurgir el deseo por conocer los procesos cognitivos. (Rodríguez, 2010 p. 137)

Encontramos entonces otra de las primeras ideas relacionadas con la I.E. que nos remonta al año 1920, ya que Thorndike ya anunció que la inteligencia social era la habilidad para poder entender a las personas y cooperar con ellas. Más tarde, en 1940, Wechsler defendió la influencia de los aspectos no cognitivos en la inteligencia de las personas. (Rodríguez, 2010 pp. 145-147)

En los años noventa el concepto de inteligencia adquirió una dimensión más amplia y realista. Entonces surgieron conceptos como el de las inteligencias múltiples, en el que Howard Gardner (1993) aconsejaba apreciar a aquellos individuos con diversos estilos de aprendizaje y potenciales e introdujo la inteligencia interpersonal. No obstante, quienes definieron por primera vez el concepto de I.E. como tal fueron los trabajos de En el primero afirmaron que la I.E. es "la capacidad de entender y controlar las emociones propias y ajenas, discriminar entre ellas y utilizar esta información para guiar el pensamiento y las acciones de uno" (Gadner, 1993 pp. 164-187).

En el segundo demostraron empíricamente cómo la cognición y la emoción pueden vincularse para realizar complejos procesamientos de la información. Aun así, como indicábamos anteriormente, no fue hasta 1995 cuando Daniel Goleman popularizó este concepto. Desde entonces, el constructor de I.E. ha evolucionado de forma indudable y actualmente no se considera el sistema emocional como un elemento perturbador de la inteligencia sino como potenciadora de la misma. Hoy en día, la I.E. es un tema de gran actualidad, convirtiéndose en objeto de interés y debate para muchos científicos, psicólogos y educadores.

Damasio (el neuro-científico en cuyo laboratorio se llevó a cabo el trabajo de Bar-On sobre los principios básicos de la I.E. en el cerebro) ha escrito sobre un caso neurológico que resulta revelador. Se trata de un excelente abogado de empresa que, desgraciadamente, sufrió un tumor cerebral, aunque por suerte se lo diagnosticaron pronto y lo operaron con buenos resultados. Según Damasio, para tomar una buena decisión tenemos que aplicar sentimientos a los pensamientos, Esos sentimientos proceden de los centros emocionales del cerebro medio, que interactúan con una zona concreta del córtex prefrontal.

Cuando pensamos algo, esos centros cerebrales lo evalúan de inmediato, de modo positivo o negativo. Eso es lo que nos permite establecer prioridades; por ejemplo, cuál es la mejor hora para acudir al médico. Si no contamos con ese factor, no sabemos qué sentir sobre lo que pensamos y no podemos tomar buenas decisiones.

El modelo genérico de la inteligencia emocional hacen referencia a la relación que tenemos con nosotros mismos: son la autoconciencia y la autogestión. Se trata de los principios básicos del autodomínio: la conciencia y gestión de nuestros estados internos.

Esas capacidades son las que permiten que alguien tenga un excelente rendimiento individual en cualquier campo y en el empresarial en concreto aporte magníficas contribuciones personales (es decir, que sea lo que llamamos una estrella solitaria). La autorregulación de las emociones y los impulsos depende en gran medida de la interacción entre el córtex prefrontal (el centro ejecutivo del cerebro) y los centros emocionales del cerebro medio, en particular los circuitos que convergen en la amígdala.

2.3 Marco teórico

Hernández (2010) señala que un marco teórico es un compendio escrito de artículos, libros y otros documentos que describen el estado pasado y actual del conocimiento sobre el problema de estudio. Nos ayuda a documentar como nuestra investigación agrega valor a la literatura existente.

Además, agrega que es “un proceso de inmersión en el conocimiento existente y disponible que puede estar vinculado con nuestro planteamiento del problema, y un producto que a su vez es parte de un producto mayor: el reporte de investigación. Ello implica exponer y analizar las teorías, las conceptualizaciones y los antecedentes en general, que se consideren válidos para el correcto encuadre del estudio. El marco teórico proporciona una visión de dónde se sitúa el planteamiento propuesto dentro del campo de conocimiento en el cual nos moveremos” (Hernández; 2006, p. 64)

2.3.1 Importancia de la educación emocional en la última década.

El concepto de emoción ha sufrido un gran desarrollo durante las últimas décadas, y desde su advenimiento en el campo de la psicología hasta su inmersión en el terreno educativo. La educación emocional ofrece una innovación pedagógica que pretende dar respuesta a las necesidades que quedan desatendidas en la educación formal. En las

emociones encontramos la clave de la motivación, la cual se puede considerar como el motor más potente en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.3.2 Importación de la educación socioemocional en la actualidad.

En palabras de Montañez (2005): la expresión de las emociones puede considerarse como una serie de estímulos discriminativos que facilitan la facilitación de las conductas apropiadas por parte de los demás. Las emociones se originan en el curso de nuestras interacciones con otros seres humanos y es evidente que juegan un importante papel en la construcción, mantenimiento y/o transformación del orden social.

Las emociones son procesos y productos sociales porque nuestros roles nos indican qué emociones debemos sentir y cómo debemos expresarlas en un contexto determinado. Por otro lado, la represión de las emociones también tiene su propia función social ya que en numerosas ocasiones es necesaria la inhibición de ciertas reacciones emocionales que podrían llegar a provocar una modificación en el funcionamiento de una relación.

Ley Educativa aprobada en España insiste en la necesidad de la adquisición de las competencias clave por parte de la ciudadanía como condición indispensable para lograr que los individuos alcancen un pleno desarrollo personal, social y profesional que se ajuste a las demandas de un mundo globalizado y haga posible el desarrollo económico.

2.3.4 Como se llevaba a cabo la educación socioemocional

Desde hace algunos años se mantiene intacto esta rama de la pedagogía, puesto que se considera las emociones relacionan tanto la emoción de una persona con sus estados motivacionales, y que en conjunto cumplen funciones para que el ser humano se adapte a diferentes acontecimientos que le suceden a lo largo de la vida, de modo que al

organizarse las emociones con los aspectos de la experiencia se logran cuatro aspectos relacionados con el aprendizaje como: Sentimientos: descripciones subjetivas, verbales, de la experiencia emocional.

- Disposición fisiológica: manera en que nuestro cuerpo se moviliza en sentido físico para cumplir con las demandas de una situación.

- Función: qué es específicamente lo que queremos lograr en ese momento. -
Expresión: cómo comunicamos públicamente nuestra experiencia emocional a los demás.

2.3.5. Estrategias para promover el autodomio

Existen algunas estrategias que permiten que los alumnos trabajen en el autodomio emocional, debido a que este punto se basa básicamente en las emociones que el niño desarrolla y experimenta, la importancia está en saber tomar decisiones antes de actuar sin implicar las emociones de manera que estas no empeoren las situaciones.

Las estrategias permiten que las personas razonen en sí mismo, y pongan a juicio lo que van a decidir, se puede recurrir a la empatía, es decir, poniéndose además en el lugar de la otra persona o de otros implicados, por otra parte se puede acceder a técnicas de relajación o meditación no solo cuando sea necesario sino que diario daría mejores resultados en el autodomio emocional. (Goleman, 2011 pp. 67)

2.3.6 Repercusiones del autodomio en el desempeño académico.

Entre los instrumentos para evaluar la Inteligencia Emocional es seleccionado en el presente estudio la concibe como habilidad, referido a cómo las emociones influyen en el funcionamiento cognitivo. Los modelos de autopercepción de dicha inteligencia se basan en concepción de Goleman. Adquirir competencias englobadas dentro del componente emocional se muestra fundamental para el aprendizaje significativo, el cual

es a su vez esencial para llegar a la deseada optimización de los resultados del proceso enseñanza-aprendizaje).

Esta realidad nos lleva directamente al concepto de Rendimiento Académico, referido al nivel de conocimientos y destrezas escolares exhibidos por los estudiantes. Como claro reflejo de éste, se emplearon las calificaciones escolares, siguiendo a En este sentido, la diversidad cultural que caracteriza a la sociedad actual es un elemento a tener en cuenta, dado que se registran diferencias en rendimiento entre diferentes grupos culturales.

Uniendo emociones negativas y rendimiento académico, las pautas de desarrollo emocional juegan un importante papel en el desempeño académico del sujeto. Dichos estados emocionales se manifiestan tanto interna como externamente. Por ello, son interesantes diferentes programas que busquen cambiar de forma efectiva la manera de educar las emociones.

En trabajos como donde se describen relaciones directamente proporcionales entre diferentes estados emocionales y el logro académico. Son menos numerosos los que relacionan rendimiento y miedo, de forma directa. Se establecen relaciones entre emociones negativas (miedo y estrés) y diferentes estados emocionales y personales. Desde esta perspectiva, se puede entender que las diferentes emociones pueden influir en la conducta y el desarrollo educativo del sujeto.

Capítulo 3 Diseño metodológico

3.1 Metodología de la investigación

Este apartado plantea la estructura en función de guía para describir la forma y los pasos para llevar a cabo esta investigación, dando especificidad al planteamiento del problema, los objetivos generales y específicos, los alcances, límites, la justificación y posteriormente la creación del marco teórico.

Según Hernández (2010), la metodología se define como la serie de métodos y técnicas de rigor científico que se aplican durante un proceso de investigación para alcanzar un relatado teóricamente válido. En este sentido la metodología funciona como el soporte conceptual que rige la manera en que aplicamos los procedimientos en una investigación.

3.1.1 Enfoque

En el enfoque se manejan tres tipos de enfoques, pero en esta investigación se persigue un enfoque cualitativo, puesto que se hará utilidad del instrumento; diario de campo. De acuerdo a Hernández (2010) el enfoque cualitativo es una recolección de datos sin necesidad de medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación y puede o no probar hipótesis en su proceso de interpretación.

El enfoque cualitativo busca principalmente la dispersión o expansión de los datos. Los estudios cualitativos no pretenden generalizar de manera intrínseca los resultados de las poblaciones más amplias, sino que se fundamentan en un modelo inductivo, es decir, partiendo de la exploración y descripción. También se guía por áreas o temas significativos de investigación. Utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación.

Es por ello que se presenta que esta investigación tendrá un enfoque cualitativo, ya que Hernández (2010) sostiene que el enfoque cualitativo es el que modela un proceso inductivo contextualizado en un ambiente determinado, así mismo se debe a la recolección de datos entre la relación con los participantes, sustrayendo sus emociones experimentadas en los últimos meses. En este enfoque no se miden las variables ya que la finalidad es manipular los fundamentos estadísticos.

El alcance final de estudio consiste en comprender los fenómenos ocurridos en los alumnos relacionados al ámbito emocional, es así que no se trata de sacar porcentajes sobre las emociones que predominan en la institución o el aula si no que se trata de una descripción profunda. Un análisis sobre lo que interviene en la problemática real en la que viven los alumnos, el contexto en el que se relacionan y que de igual forma influye, además se buscan posibles estrategias de enseñanza que puedan llevarse a cabo a largo plazo, con la intención de atender la situación, sin embargo no se interviene para con los alumnos buscando resultados, sino que se realizan anotaciones a partir de las observaciones a los alumnos identificando las actitudes que presentan.

3.1.2 Método

La teoría fundamentada utiliza un proceso sistemático cualitativo para generar una teoría que explique en un nivel conceptual una acción, una interacción o un área específica. Esta teoría es denominada sustantiva o de rango medio y se aplica a un contexto más concreto. Glaser y Strauss (1967) la distingue de la teoría formal. El planteamiento básico del diseño de la teoría fundamentada es que las proposiciones teóricas surgen de los datos obtenidos en la investigación, más que de los estudios previos. Es el procedimiento el que genera un entendimiento de un fenómeno.

La teoría fundamentada provee un sentido de comprensión sólida porque embona en la situación de estudio, se trabaja de manera práctica y concreta, es sensible a las expresiones de los individuos del contexto considerado, además puede presentar toda la complejidad descubierta en el proceso (Creswell, 2009 pp. 612-621)

Por ello para esta investigación se plantea el método de la teoría fundamentada debido a que no se buscan resultados cuantitativos, sino que a través y mediante la observación o registros del diario de campo en relación a la teoría ya fundamentada se pretenden abordar y conocer aspectos en el ámbito emocional, promoviendo de esta manera en alumnos de 4° grado un autodomínio emocional que permita gestionar una mejora en los rendimientos escolares de dichos alumnos.

3.1.3 Tipo

Existen diferentes tipos de investigación, por lo que es importante conocer algunos de ellos que permiten identificar el tipo de investigación que se realizará, en este apartado se hace mención del autor Hernández et al (2010), quien propone cuatro tipos de investigación.

Investigación exploratoria:

Se realiza cuando el objetivo consiste en examinar un tema o un problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen dudas o no se ha abordado antes.

Investigación descriptiva:

Se emplea cuando el objetivo es el detallar cómo son y cómo se manifiestan fenómenos, situaciones, contextos y eventos. Busca especificar las propiedades, las características y los rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Se

selecciona una serie de cuestiones y se mide o recolecta información sobre cada una de ellas, para de esta manera describir lo que se investiga.

Investigación correlacional:

Se utiliza cuando tiene como propósito conocer la relación existente entre dos o más conceptos, categorías o variables en un contexto en particular. Asocia variables mediante un patrón predecible para cierto grupo de pobladores.

Investigación Explicativa:

Pretende establecer causas de los eventos, sucesos o fenómenos que se estudian. Van más allá de la descripción de conceptos o fenómenos físicos o sociales.

De acuerdo a lo que nos marca este autor es necesario resaltar el tipo de investigación que se desarrollará en esta investigación es de tipo descriptiva-exploratoria puesto que busca especificar las características, los perfiles de los involucrados, grupos, comunidades o procesos Hernández (2010). La intención es describir los fenómenos, las situaciones, contextos o eventos que originan dicha problemática o alternan soluciones para generar y promover el autodomino.

Este tipo de investigaciones miden o recolectan datos sobre diversos conceptos, dimensiones o fenómenos a investigar, de los cuales a través de la recolección de información se describe lo que se ha investigado, en este caso las circunstancias que orillan a los alumnos a presentar un desnivel emocional, generando con ello la creación de diversas estrategias de enseñanza que permitan a los docentes promover en los alumnos, en específico a los del 4° grado el autodomino emocional, para poder mejorar los rendimientos académicos que se han estrado presentando.

3.1.4 Paradigma

El paradigma según Ritzer (1975) es una imagen fundamental del objeto de estudio dentro de una disciplina. Sirve para definir lo que debe estudiarse, qué cuestiones deben preguntarse, cómo debe preguntarse y qué reglas deben seguirse al interpretar las respuestas obtenidas. El paradigma es la unidad más amplia del consenso dentro de una ciencia y sirve para diferenciar una comunidad científica con otra. Define e interrelaciona los casos ejemplares, teorías, métodos e instrumentos que existen dentro de ella.

El investigador Guillermo Orozco, quien señala existen tres tipos de paradigmas; el positivista-cuantitativo, el interpretativo-hermenéutico y el socio-crítico. La principal diferencia es la intencionalidad que expresa el autor y el producir conocimientos. Para esta investigación se aplicará en el paradigma interpretativo-hermenéutico, de tal modo que esta teoría se fundamenta en el autor Hernández, Fernández, Bautista.

El paradigma interpretativo surge como respuesta al positivismo, su concepción es la hermenéutica; misma que constituye el arte y la teoría de la interpretación que tiene para aclarar el sentido de un texto partiendo de sus bases objetivas. El paradigma interpretativo trata de entender las prácticas y las situaciones averiguando lo que unas y otras significan según las ideas de los agentes, este enfoque de la ciencia educacional olvida las condiciones externas que distorsionan y el entendimiento de los agentes.

En este sentido, en sustento de Stephen (2011) el paradigma interpretativo-hermenéutico parte de reconocer la diferencia existente entre los fenómenos sociales y naturales, buscando la mayor complejidad y el carácter inacabado de los primeros, que están siempre condicionados por la participación del hombre. Abarca un conjunto de corrientes humanístico interpretativas, cuyo interés fundamental va dirigido al significado de las acciones humanas y de la vida social.

Concibe la educación como proceso social, como experiencia viva para los involucrados en los procesos y para las instituciones educativas, enfatiza que transformando la conciencia de los docentes, éstos transformarán su práctica educativa. En este sentido el paradigma interpretativo-hermenéutico parte de reconocer la diferencia existente entre los fenómenos sociales y naturales, buscando la mayor complejidad y el carácter inacabado de los primeros, que están siempre condicionados por la participación del hombre.

Abarca un conjunto de corrientes humanístico interpretativas, cuyo interés fundamental va dirigido al significado de las acciones humanas y de la vida social. Concibe la educación como proceso social, como experiencia viva para los involucrados en los procesos y para las instituciones educativas, enfatiza que transformando la conciencia de los docentes, éstos transformarán su práctica educativa.

3.1.5 Metodología de análisis

La metodología de análisis es útil para un análisis eficaz de las técnicas e instrumentos de investigación, en este caso, abordada por Cecilia fierro, que nos habla de la práctica docente y las relaciones que tiene con la dimensión académica, personal, institucional, social, didáctica, interpersonal y valorar, definiendo a continuación la consistencia de guía de observaciones cada una de ellas:

Dimensión Personal: En este ámbito, la reflexión se dirige a la concepción del profesor como ser histórico, capaz de analizar su presente con miras a la construcción de su futuro. Es importante mirar la propia historia personal, la experiencia profesional, la vida cotidiana y el trabajo, las razones que motivaron su elección vocacional, su motivación y satisfacción actual, sus sentimientos de éxito y fracaso, su proyección profesional hacia el futuro (Fierro, et al, 1999 p. 88).

Dimensión Valoral (valórica): La práctica docente no es neutra, inevitablemente conlleva un conjunto de valores. Cada profesor, en su práctica educativa, manifiesta (de modo implícito o explícito) sus valores personales, creencias, actitudes y juicios. En definitiva, el maestro va mostrando sus visiones de mundo, sus modos de valorar las relaciones humanas y el conocimiento y sus maneras de guiar las situaciones de enseñanza, lo que constituye una experiencia formativa (óp. cit.).

Dimensión Didáctica: Esta dimensión se refiere al papel del docente como agente que, a través de los procesos de enseñanza, orienta, dirige, facilita y guía la interacción de los alumnos con el saber colectivo culturalmente organizado para que ellos, los alumnos, construyan su propio conocimiento.

Dimensión interpersonal: La práctica docente se fundamenta en las relaciones de los actores que intervienen en el quehacer educativo: alumnos, docentes, directores, madres y padres de familia. Estas relaciones son complejas, pues los distintos actores educativos poseen una gran diversidad de características, metas, intereses.

Dimensión institucional: La escuela constituye una organización donde se despliegan las prácticas docentes. Constituye el escenario más importante de socialización profesional, pues es allí donde se aprenden los saberes, normas, tradiciones y costumbres del oficio. En este sentido, “la escuela es una construcción cultural en la que cada maestro aporta sus intereses, habilidades, proyectos personales y saberes a una acción educativa común” (Fierro, et al 1999 p. 88)

Dimensión social: La dimensión social de la práctica docente refiere a “el conjunto de relaciones que se refieren a la forma en que cada docente percibe y expresa su tarea como agente educativo cuyos destinatarios son diversos sectores sociales” (Fierro, et al 1999 p. 89)

De manera que se relaciona con el tema de dicha investigación ya que estas dimensiones abordadas por Fierro se relacionan con la práctica docente, la cual es la base intermedia para llevar a cabo los procesos de observación y registro sobre las conductas que presentan los alumnos, así como las maneras adecuadas de crear estrategias de enseñanza para aprender y promover en los alumnos el autodomínio emocional. Que también en estas dimensiones se observan diferentes situaciones que influyen y aportan de tal manera que generan desnivel emocional.

3.1.6 Técnicas

Las técnicas son un conjunto de reglas y procedimientos que permiten al investigador establecer la relación con el objeto o sujeto de la investigación.

Según Hurtado (2010), las técnicas de recolección de datos comprenden procedimientos y actividades que le permiten al investigador obtener la información necesaria para dar respuesta a su pregunta de investigación. Se pueden mencionar como técnicas de recolección de la información: la observación, la encuesta, la entrevista, la revisión documental, las sesiones de profundidad. Observar para explicar, que permite obtener los datos cualitativos, las características y condiciones de los individuos así como las conductas, las actividades, que se relacionan en el área a saber.

En esta investigación se llevara a cabo el uso de la técnica de observación, que Según Zapata (2006), redacta que las técnicas de observación son procedimientos que utiliza el investigador para presenciar directamente el fenómeno que estudia, sin actuar sobre él esto es, sin modificarlo o realizar cualquier tipo de operación que permita manipular. A continuación se definen las técnicas que serán utilizadas en el proyecto.

Por otra parte se hace manipulación de la entrevista semiestructura refleja que la técnica consiste simplemente en plantear las preguntas tan rápidamente como el

entrevistado sea capaz de comprender y de responder. Es así que Hurtado (2008) opina que la técnica de entrevista es la información que se recoge solicitándola a otra persona. El investigador no puede tener la experiencia directa del evento; es otro quien la tiene, la información se obtiene dialogando.

Puesto que a la falta de herramientas tecnológicas de los alumnos la entrevista será a base de una estructura de preguntas que se relacionan al tema de las emociones y el autodomínio en el mismo ámbito, de esta forma se permite al investigador conocer qué y cuáles son las razones o los factores más esenciales en la intervención.

Por consiguiente se pretende abordar la observación directa que Según Tamayo (2007), la observación directa es aquella en la cual el investigador puede observar y recoger datos mediante su propia observación. Para Méndez (2020) la observación directa es el proceso mediante el cual se perciben deliberadamente ciertos rasgos existentes en la realidad por medio de un esquema conceptual previo y con base en ciertos propósitos definidos generalmente por una conjetura que se quiere investigar. Misma que se llevara a cabo en las jornadas de práctica profesional aprovechando los espacios de trabajo colaborativo y continuo para con los alumnos.

3.1.7 Instrumentos

Los instrumentos son aquellos los cuales nos permiten recabar una evidencia para recabar una evidencias que permiten evaluar lo que se ha realizado dentro de la técnica establecida. La guía de observación es una de los instrumentos que serán útiles para llevar acabo el desarrollo de esta investigación, ya que según Ortiz (2004) Es un instrumento de la técnica de observación; su estructura corresponde con la sistematicidad de los aspectos que se prevé registrar acerca del objeto.

Este instrumento permite registrar los datos con un orden cronológico, práctico y concreto para derivar de ellos el análisis de una situación o problema determinado. Para Rojas (2002) una guía de observación es un conjunto de preguntas elaboradas con base en ciertos objetivos e hipótesis y formuladas correctamente a fin de orientar nuestra observación.

3.1.8 Población

Pineda, (1994) menciona a la población como un conjunto de personas u objetos de los que se desea conocer algo en una investigación. El universo o población puede estar constituido por personas, animales, registros médicos, los nacimientos, las muestras de laboratorio, los accidentes viales entre otros. Es así como el conjunto de individuos posee algunas características que serán necesarias en algún lugar para realizar dicha investigación.

Se entiende la población general de la escuela como el límite que alcanzará la realización de la investigación, es la cantidad de territorio que de ello se pretende está influenciado para la interacción dentro del proceso que se lleva a cabo en una investigación. Por lo anterior, la población con la que se trabajará consta de 25 niños para la presente investigación, con características de incumplimiento, compromiso en menor nivel, estadísticos emocionales negativos, falta de autodomínio emocional, falta de confianza en su persona, falta de comunicación. De los cuales de manera presencial se integran al aula 11 niñas y siete niños, que por otra parte de forma virtual están tres niñas y cuatro niños.

Características del grupo. Describir el grupo abarca una gran variedad de expectativas, el cómo es su proceso de desarrollo dentro de la escuela y fuera de ella, por ello es que los alumnos aprenden no solo de la escuela o de las clases continuas dentro del aula de

clase, sino que integran a la descripción las salidas a recreo, la clase de educación física donde conviven más de cerca con los compañeros, donde se puede apreciar su desenvolvimiento en diferentes momentos y contextos.

El grupo de cuarto grado grupo B, es uno de los grupos con muchas carencias en base a conocimientos, debido a la situación mencionada, es decir, regresando de la pandemia, la mayoría de los alumnos se encuentran en rezago educativo, sin embargo, un 60% de los alumnos se esfuerza por aprender al igual que los padres de familia, por el contrario, el otro 40% carece de interés en aprender, los padres de familia no se involucran en los procesos académicos de los alumnos, aun cuando los resultados de las evaluaciones se presenta baja.

Tras el periodo de las prácticas pedagógicas que se trabajaban en la modalidad a distancia, al recibir las evidencias de los alumnos sobre las actividades enviadas, se notó la falta de interés tanto de los padres como de los alumnos. Las actividades eran entregadas mediante un grupo de wats app, acuerdo que se estableció con la titular de grupo y los padres de familia. Dichas evidencias llegaban a destiempo, incompletas, solo de un 10% del grupo. El resto de los alumnos no respondían las actividades, lo que ocasionó que las evaluaciones bajaran, al iniciar las clases presenciales con modalidad escalonada, los alumnos presentaban dificultades para aprender dentro del aula.

Sin embargo, se optó por buscar maneras de integrar al grupo a realizar las actividades, aunque los alumnos que aun trabajaban a distancia no cumplían del todo con las actividades propuestas dentro de las asignaturas trabajadas. Esta situación ponía en desventaja el aprendizaje de los alumnos, puesto que para la formación del ser humano a tempranas edades hay diversos factores que están en contacto e intervienen en el proceso.

Descubrir cuál era este factor llevo muy poco tiempo, ya que en diálogos personales con los alumnos se destacaba el miedo al contagio, el tener que ayudar a sus padres a cuidar de sus hermanos por los horarios laborales, a la desintegración de familias, al cambio de viviendas, etc.

Situaciones que generalmente tienen efectos emocionales en toda persona, lo que llevo a detectar esta situación como una problemática dentro del aula, considerando que es necesario profundizar más a fondo cada una de las situaciones que se presentan en la vida del educando tras su proceso de formación y que aportan un significado sumamente importante.

Contexto escolar del grupo de cuarto grado grupo B. La colonia donde se encuentra la escuela “Rosario Castellanos” (Anexo A) es en la colonia república, en Matehuala, ubicada en el estado de San Luis Potosí, integrada por personas con diferentes intereses, más sin embargo lo que preocupa para esta investigación es la desunión de las familias, lo que ha ocasionó rendimientos académicos bajos en los alumnos. Porque de alguna manera son situaciones que se viven dentro de los hogares, más sin embargo se llevan en cierto momento a la escuela, a tal grado de afectar.

Como protocolo de higiene, la escuela mantiene los filtros sanitizantes en la entrada y salida del plantel, para lo cual cada uno de los docentes es comisionado durante una semana para movilizar a sus padres de familia que atiendan esta necesidad, como una faena parte del proceso académico de los alumnos. Durante la semana que el filtro estuvo a cargo del grupo de cuarto grado B, se logró apreciar como los padres de familia llevan a sus hijos a la escuela.

La entrada es a las ocho de la mañana (Anexo C), aunque los alumnos tienen tolerancia de 10 minutos para llegar a la escuela, por otra parte debido a los horarios

laborales de los padres de familia, algunos educandos comienzan a llegar desde las 7:15 a la escuela, organización que deciden los padres para que también ellos puedan asistir a tiempo a su lugar de trabajo. En ocasiones algunos alumnos llegan solos a la escuela o bien no asisten los días que les corresponde.

Esta situación permite identificar que se encuentran diferentes contextos dentro de las familias en cada uno de sus hogares, lo que repercute en el bajo rendimiento o la falta de concentración, motivación e interés por parte de los alumnos en las actividades escolares. La familia y la escuela como entornos educativos. ¿Qué significa entender la familia y a la escuela como entornos educativos en los que niñas, niños y adolescentes se desenvuelven y construyen el conocimiento?

Tanto el contexto familiar como el de la escuela están constituido por personas que desempeñan un determinado papel y que, además, utilizan unos instrumentos que cumplen determinadas funciones. Los contextos, a los que ahora designamos como entornos educativos, se delimitan por lo que las personas hacen, dónde y cuándo lo hace y, en este sentido, como las personas interactúan llegan a constituir el contexto para los demás.

Lo que ahora tiene mayor interés es el modo en que los distintos contextos o entornos en los que se desenvuelve la vida infantil puede vincularse entre sí a través de un intercambio tanto entre los instrumentos utilizados como entre las personas que participan en ellos, (Isidoro, 2009, p. 5).

Alumnos del 4 grado grupo B. Es importante identificar como aprenden los niños del grupo, (Anexo D) para así buscar estrategias atendiendo a las necesidades de cada uno de ellos, que si sean útiles para que ellos muestren interés por realizar las actividades que se proponen manejar, además conocer de raíz el modo de aprendizaje del alumno, se

identificará si el bajo rendimiento es por las actividades que no coinciden con los aprendizajes esperados, o bien es una situación diferente, es decir, la inteligencia o bienestar emocional.

La cantidad de alumnos es un total de 24, de los cuales 13 son niñas y 11 son niños de entre 9 y 12 años de edad, utilizando la siguiente tabla para dar criterio de las observaciones a cada alumno y descartando así su estilo de aprendizaje, con la intención de regular sus emociones y mantener un rendimiento académico satisfactorio.

Tabla 1.

Test de estilos de aprendizaje:

ESTILOS DE APRENDIZAJE	DEFINICIÓN
VISUAL	Método de enseñanza/aprendizaje que utiliza un conjunto de organizadores gráficos con el objetivo de ayudar a los estudiantes, mediante el trabajo con ayuda de organizadores como mapas conceptuales, mapas de ideas, líneas del tiempo, etc.
KINESTÉSICO	Procesa la información asociada a las sensaciones de movimiento, al cuerpo. Aprende con el cuerpo, es decir, con la memoria muscular, para que no resulte tan sencillo de olvidar.
AUDITIVO	Se orienta hacia la asimilación de la información a través del oído y no por la vista ni el cuerpo. La estimulación de audio se emplea a menudo como un medio secundario de encontrar y absorber conocimientos.

No.	Nombre	Descripción
1	A 1	Es una niña muy seria, poco participativa, muy inteligente, cumple con todas las actividades en clase, al igual que las que se solicitan de tarea, tiene el apoyo de sus padres, muy poco sociable, poco comunicativo. Su familia es de organización completa, tiene apoyo

		de su hermano mayor y de su mamá para realizar las tareas.
2	A 2	Es una niña inteligente, risueña, tiene problemas para comprender los textos, es muy platicadora con sus compañeros, realiza las actividades de clase, las actividades de casa no las tiene por falta de apoyo de los padres, vive en una familia de un solo núcleo, mantiene comunicación con ambos padres, una de las razones por el incumplimiento de sus tareas es por cuidar de sus hermanas pequeñas mientras su madre trabaja.
3	A 3	Es un niño muy listo para las matemáticas, le cuesta mucho trabajo la lectura y escritura, se aburre demasiado rápido dentro del salón de clase y le cuesta trabajo concentrarse, su familia es de organización completa, ambos padres trabajan por lo que tiene dificultades para recibir apoyo en casa en la realización de tareas, tiene una hermana mayor de 12 años quien tiene calificaciones muy elevadas a diferencia de Luis. Presenta normalmente problemas de conducta dentro de la institución generalmente en el receso.
4	A 4	Es una niña muy dedicada a su trabajo tanto en casa como en clase, es muy participativa, muy sociable, apoya mucho a sus compañeros de clase, su familia es de organización completa, es hija única, mantiene el apoyo constante de su madre.
5	A 5	Es una niña un poco callada, tímida, muy dedicada a su trabajo, muy inteligente, responsable, su familia es de organización completa, tiene mucho apoyo de su madre, es hija única.
6	A 6	Es un niño muy inteligente y aplicado, centra mucha atención a las actividades que debe realizar en casa y en clase, es reservado con sus compañeros, se relaciona solo si es necesario el trabajo en equipos, es hijo único, su familia es de organización completa, en sus tiempos libres dentro del aula lee libros. Es muy concreto, poco imaginativo, cerrado a nuevas ideas.
7	A 7	Es una niña muy seria, poco participativa, no cumple con tareas elaboradas en casa, en clase le cuesta trabajo trabajar, su aprendizaje es lento, le cuesta trabajo entender y comprender

		indicaciones. Su familia es de organización completa, normalmente están cambiando de vivienda, la niña asiste pocas veces de las que le corresponde a la escuela, tiene poco apoyo a realizar las actividades en casa por parte de sus padres. Le cuesta trabajo relacionarse con sus compañeros, en receso se auto-excluye del grupo.
8	A 8	Es una niña muy seria, poco participativa, muy lista, inteligente, si tiene dudas no pregunta, le cuesta trabajo relacionarse con sus compañeros. Su familia es de organización completa, es hija única, tiene el apoyo de su mamá para realizar las actividades en casa, en clase es autónoma si entiende la explicación, de lo contrario no pregunta.
9	A 9	Es un niño poco tímido, muy inteligente, no reconoce sus grandes capacidades de aprender, su familia es de organización completa, sus padres ambos trabajan pero siempre están atentos a las necesidades de sus hijos, tiene un hermano de 6 años. Trabaja sin dificultad dentro del aula, en ocasiones no tiene los trabajos realizados en casa, sin embargo cuando sabe que su calificación está bajando, se preocupa por recuperar esos trabajos.
10	A 10	Es una niña muy seria, habla poco, le cuesta trabajo integrarse a las actividades de clase, no cumple con las tareas de casa, su familia es de organización completa, tiene una hermana de 8 años, alguna de las razones que se han dado a conocer sobre la falta de interés de la alumna en aprender es porque pasa su tiempo jugando videojuegos. Ambos padres trabajan y la menor se queda cuidando de su hermana.
11	A 11	Es un niño muy imperativo, muy sociable, muy participativo, listo, tiene mucha motivación para aprender, en clase cumple con las actividades señaladas, en las actividades de casa no las tiene, ya que sus padres trabajan y él se queda a cargo de su abuelo, quien está trabajando en el mercado. Su familia es de organización completa, es hijo único.

		Su rendimiento académico ha bajado debido a la falta de compromiso para realizar las actividades en casa.
12	A 12	Es una niña poco sociable, seria, inteligente, dedicada a sus labores dentro del aula, con las actividades de casa requiere apoyo, sus padres trabajan por lo que no pueden apoyarla. Es risueña, su familia es de organización completa, se relaciona fácilmente con sus compañeros.
13	A 13	Es una niña muy lista, muy participativa, inteligente, se aburre demasiado rápido, todo el tiempo tiene problemas de sueño, se relaciona rápido con sus compañeros, atiende de inmediato las indicaciones del docente, su familia es de organización completa, ambos padres trabajan, saliendo de la escuela, se va al negocio de su mamá.
14	A 14	Es una niña muy sociable, participativa risueña, en el aula cumple con todas las actividades, en casa no tiene apoyo para trabajar, su familia es de un solo núcleo, su mamá trabaja y ella está a cargo de su madrina. Sale constantemente de viajes con su madrina, días que le corresponde asistir a la escuela no lo hace.
15	A 15	Es una niña muy inteligente, muy participativa, poco sociable, le gusta trabajar en equipos, su familia es completa, la apoyan en la realización de actividades en casa, en el aula trabaja sin problema alguno.
16	A 16	Es un niño con mucha creatividad, dedicado a sus trabajos, se esfuerza mucho, es muy sociable, conoce mucho sobre las tecnologías, los videojuegos, le cuesta trabajo realizar las actividades en casa, no cumple con tareas, suele tener mucho miedo a contagiarse o enfermarse. Su único apoyo es su mamá, quien lo lleva a la escuela, y se hace cargo de un sobrino de 1 año de edad.
17	A 17	Es un niño que tiene muchas dificultades para acatar las indicaciones del docente, se le olvidan las cosas fácilmente, cuando algo se le pregunta se pone muy nervioso, comienza a frotar las

		manos, mover las piernas, tocarse la cabeza, es un niño de 12 años de edad, debido a que estaba en la escuela en un rancho y al cambiarse a la presente no trajo la papelería, por lo que se le inscribió a primer año. Es un niño que hasta hace poco comenzó a leer y escribir, en la escuela no se conoce a su madre, ya que en ocasiones se le ha citado a reunión, más no se ha presentado.
18	A 18	Es una niña muy aplicada, muy inteligente, su nivel de escritura y lectura son elevados, sus padres la apoyan en la realización de tareas, en clase es muy participativa, su familia es de organización completa, ambos padres trabajan, su abuela se hace cargo de las actividades de la escuela.
19	A 19	Es un niño muy extrovertido, todo el tiempo grita, se expresa mucho, le cuesta trabajo concentrarse, acata rápidamente las indicaciones del docente, en casa tiene el apoyo de su madre, pero es el quien no trabaja, muestra actitudes de higiene no saludables, le cuesta trabajo realizar un trabajo con limpieza.
20	A 20	Es una niña aplicada, aprovecha mucho su tiempo para realizar las actividades en clase, las diseñadas para casa no las realiza debido a que se va a cuidar de su hermana menor de 6 años, mientras ambos de sus padres trabajan. Su familia es de organización completa.
21	A 21	Es un niño muy inteligente, muy aplicado, cumple con las tareas realizadas en clase, comprende las indicaciones del docente de manera inmediata, no lleva las libretas acorde a cada materia, normalmente llega tarde a las clases, aun cuando estaba el horario de verano, cuando llega a clase su rostro refleja tristeza y en ocasiones llega llorando. Se evita hacer preguntas para evitar hacer sentirle mal.
22	A 22	Es una niña muy inteligente, dedicada a sus tareas, tanto de la casa como en clase, su familia es de organización completa, ambos padres trabajan. En ciertos momentos de las clases cuando se menciona palabras como “amor, amistad, cariño” la alumna

		menciona que ciertas emociones le producen asco, al observar la relación de la alumna con sus padres, suelen ser muy unidos, muy cariñosos, atentos.
23	A 23	Es un niño muy dedicado que se empeñó por aprender a leer y escribir, y ahora que sabe hacerlo, de manera autónoma se dedica a hacer sus tareas en la clase, así como en el aula. Es un niño muy respetuoso, es inteligente, cuando algo no lo entiende pregunta, apoya a otros compañeros cuando ve que lo requieren. Su familia es de un solo núcleo, su madre está en Laredo, su padre vive en el Naranjo, está a cargo de su abuela al igual que su hermano de 16 años. Hace 8 meses que no ve a ninguno de sus padres.
24	A 24	Es un niño muy extrovertido, normalmente en clase no trabaja, suele estar preguntando constantemente la hora de salir al receso, la hora de salida, la hora de comer. No corresponde a las indicaciones del docente, cuando se le trata de brindar ayuda para que realice la actividad, solamente se inclina en su mesa-banco y se ríe a carcajadas sin motivo alguno. Cuando se le solicita que escriba un texto, el alumno imita lo hace sin embargo escribe cosas fuera de contextos, ajenas a la realidad. Su familia es de organización completa, sus padres trabajan, él se queda en casa cuando sus padres están trabajando, su hermana de 12 años ha intentado ayudarlo a realizar las tareas en casa pero el alumno se comporta de forma agresiva. En la clase de educación física lo han regresado al salón, por su comportamiento agresivo con el resto de sus compañeros.

En la tabla anterior se da a conocer cuáles fueron las observaciones rescatadas de las acciones y comportamientos de cada uno de los alumnos, por lo que se considera, la mitad del grupo requiere apoyo emocional, es decir, contar con el apoyo de sus padres para que logren desarrollar las actividades diseñadas para trabajar en casa, necesarias

debido a que la asistencia de los alumnos es escalonada, los días que no asisten a la escuela deben estar trabajando en casa.

Con base a los resultados de la observación es como se han trabajado las actividades a desarrollar, de manera que los alumnos tengan más interacciones positivas dentro del aula y que logren relacionarlas al quehacer cotidiano, buscando desde diferentes contextos y ambientes la solución a la problemática enfrentada.

4 Diseño, aplicación y análisis

4.1 Diseño de instrumentos de investigación

El diseño metodológico consiste en la elaboración de las estrategias para afrontar la problemática de esta investigación en la cual se diseñó a partir de conocer características del grupo, el contexto y los diferentes actores que están involucrados con los respectivos estudiantes, ya que todo servirá para el sustentar el punto de partida de esta investigación puesto que es importante conocer los conocimientos de los alumnos sobre el tema, las habilidades y fortalezas que cada uno de ellos presentan.

Como primer herramienta para rescatar las emociones que predominan en el aula en diferentes situaciones de la vida cotidiana y relacionada con el rendimiento académico y su desarrollo se plantea un cuestionario diagnóstico. El instrumento que se realizó para esta fase es el que a continuación se presenta, un diagnóstico diseñado con situaciones cotidianas relacionadas al tema de la materia Educación socioemocional “Autodominio emocional”

Tabla 2.

Diagnostico “Cuestionario dirigido a alumnos de 4 “B” sobre el autodominio emocional.

Escuela: _____

Grado y grupo: _____ **Fecha:** _____

Nombre del alumno: _____

Propósito: Conocer cuáles son las diferentes emociones que los niños de 4° manifiestan durante su desarrollo en el desempeño académico.

Lee detenidamente cada pregunta y elige el inciso que consideres correcto según

tu emoción.

¿Qué sientes al saber que debes responder un cuestionario?

a) Alegría b) Enojo c) Tristeza d) Miedo e) Asco

¿Qué sientes por las mañanas cuando llegas a la escuela?

a) Alegría b) Enojo c) Tristeza d) Miedo e) Asco

¿Cómo te sientes al iniciar la clase de español?

a) Alegría b) Enojo c) Tristeza d) Miedo e) Asco

¿Cómo te sientes al trabajar las fracciones en clase de Matemáticas?

a) Alegría b) Enojo c) Tristeza d) Miedo e) Asco

¿Cómo te sientes cuando la maestra(o) solo te pone a leer en tu clase de Historia?

a) Alegría b) Enojo c) Tristeza d) Miedo e) Asco

¿Que sientes cuando tienes hambre y aún no termina la clase?

a) Alegría b) Enojo c) Tristeza d) Miedo e) Asco

¿Cómo te sientes los días que no te toca venir a la escuela?

a) Alegría b) Enojo c) Tristeza d) Miedo e) Asco

Menciona alguna situación que genere en ti una emoción positiva.

Como segunda herramienta para rescatar las emociones que predominan en el aula en diferentes situaciones de la vida cotidiana y relacionada con el rendimiento académico y su desarrollo se plantea un registro de observación en el instrumento diario de campo.

Tabla 3.

Registro de observación grupal de alumnos de 4 "B".

Diario de campo grupal		
Materia	Fecha	Observaciones
Educación Socio-emocional	15 de Marzo de 2022	<p>La clase ha comenzado, los niños están muy callados, A 11 esta acostada en su mesa banco, no se ha quitado la mochila, pareciera que no quiere empezar las clases.</p> <p>La maestra decide comenzar la clase, son las 8:10 am.</p> <p>El tema a trabajar es "Desarrollo mi responsabilidad", los alumnos no se motivan en la clase.</p> <p>La maestra indico se realizaría una lluvia de ideas sobre "Responsabilidad", donde incluirían el concepto y algunas ventajas o criterios de interés sobre dicha palabra.</p> <p>A 3: Maestra yo no traigo la libreta.</p> <p>Mtra. Por qué A 3, ya sabias que hoy nos toca Educación Socioemocional.</p> <p>A 3: no, yo no sabía.</p> <p>Mtra. A 3 pero les mande el horario al grupo de watts app, además les pedí que lo tuvieran en su cuaderno para que supieran. Si no traes la libreta, haz la lluvia de ideas en otro cuaderno y después lo pasas a la libreta original. (Dewey, 1989, p. 34)</p> <p>A 3 con toda la flojera del mundo empieza a buscar en su mochila otra libreta en la que pueda trabajar, mientras lo hace observa la clase de educación física.</p> <p>Mtra. Haber A 3 la clase está aquí, no allá afuera. Por favor saca tu cuaderno, te estas quedando atrás.</p> <p>El resto del grupo estaba en silencio, los niños estaban ya</p>

		<p>trabajando en la actividad propuesta. Mientras tanto A 24 comenzaba a reírse a carcajadas, a pesar de no platicar con nadie, solamente reía.</p> <p>Mtra. ¿Qué paso A 24, ya terminaste?</p> <p>A 24 solo reía a carcajadas ignorando por completo a la maestra, enseguida comenzó a decir “Pizza, pizza” Morales (2022)</p> <p>Mientras tanto la maestra pasaba por los lugares, observando el trabajo que realizaban los alumnos, deteniéndose con A 11, quien aún no sacaba el cuaderno ni siquiera se había quitado la mochila.</p> <p>Mtra. Andale A 11, ya estamos trabajando.</p> <p>A ver niños fijate bien, para continuar trabajando necesitas avanzar en las actividades, para que no te quedes atrás. Recuerda que debes traes todos tus materiales para trabajar.</p> <p>Algunos alumnos mencionaron ya haber terminado la actividad.</p> <p>Dos minutos más la maestra continuo la explicación sobre la responsabilidad, de los alumnos, de los padres y de toda persona.</p> <p>También integro al tema las obligaciones y derechos.</p> <p>Seguido de la explicación entregó a los alumnos una hoja de trabajo, misma que deberían de completar los espacios de acuerdo a lo ya mencionado.</p> <p>La mayoría de los alumnos se mostraba interesada y participativa a las indicaciones de la docente. Dejando de lado al alumno A 3, quien seguía atento a la clase de educación física que se llevaba a cabo en la cancha, frente al salón, A 11 quien tenía rostro cansado, y soñoliento después de haber mencionado se había dormido a las 3:00 de la madrugada por estar viendo una película con su papá, A 14</p>
--	--	---

		<p>quien le dolía la vista mencionando se había dormido tarde por estar viendo tik tok en el celular de su mamá, pero no tenía la tarea de Matemáticas porque su mamá no le mencionó que habían mandado tarea. (Dewey, 1989 p. 67)</p> <p>A 18, quien se reía de A 24 que gritaba “pizza, piza, quiero pizza” y reía a carcajadas sin motivo alguno.</p> <p>A 22, escribiendo cartas y corazones al alumno A 23, el niño que le gusta del grupo.</p> <p>A 15, que presumía a su amiga A 5, el viaje que había hecho con su madrina la semana pasada, faltando así a la escuela.</p> <p>La maestra llamaba la atención seguidamente a los niños ya mencionados, obteniendo respuesta inmediata, que solo duraba mientras se les llamaba la atención.</p> <p>Mtra. Haber, estamos en la clase, no pueden estar haciendo otras cosas que no son de la clase, quien no quiera estar aquí dígame y yo hablo con sus padres para que vengan por ustedes. A 3 quieres irte a educación física adelante, puedes irte, hay personas que si les interesa mi clase, es tu responsabilidad ocuparte de eso también, tú crees que tu mamá trabaja para que tú vengas a no poner atención a clase.</p> <p>A 3. No maestra, mi mamá no trabaja.</p> <p>Mtra. Seguro A 3 que no trabaja tu mamá.</p> <p>A 3. Si trabaja</p> <p>La clase continúa, los alumnos han entendido el mensaje sobre su responsabilidad de ir a la escuela a aprender, realizar las actividades, cumplir con tareas, etc.</p> <p>De manera que todos siguieron trabajando y compartiendo opiniones, reflexionando sobre sus acciones y la manera en la que afectan a otros.</p>
--	--	---

		<p>Finalizando la clase, la maestra solicito a los alumnos firmarán un compromiso sobre actuar con ética, con responsabilidad y evitar afectar a personas terceras en la toma de sus decisiones.</p> <p>Acuerdo en el que todos los alumnos estuvieron de acuerdo a excepción de A 24, y así mismo en dicha actividad no se obligó a ningún niño a hacerlo.</p>
--	--	---

Tabla 4.

Situación didáctica I “Crear una pelota anti estrés”

Asignatura	EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL		
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los estudiantes y alcanzar los propósitos que van más allá de los aspectos disciplinares académicos.	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Creando nuevos materiales
Aprendizajes Esperados	Reconoce y asume las consecuencias de sus contribuciones y errores	Bibliografía consultada		Libro de texto PP. 34-35 Programa de estudios pp. 462	

	<p>al trabajar en equipo.</p> <p>Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.</p>	<p>Objetivos</p> <p>Imitar y reproducir diferentes emociones mediante la expresión facial, para que las niñas y los niños identifiquen distintas emociones.</p> <p>Apoyar a las niñas y los niños para que reconozcan que otras personas tienen los mismos conflictos pero que han logrado superar las situaciones, expresar y regular sus emociones.</p>
--	--	---

TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO
<p>Inicio</p> <p>10:30 am – 10: 40 am</p>	<p>Realizar una lluvia de ideas sobre “Estrés ”</p> <p>Los alumnos rescataran como se puede combatir el estrés.</p> <p>Proponer actividades, métodos o estrategias anti estrés y elaborar una lista.</p>	<p>Cuaderno</p> <p>Colores</p>	<p>Lluvia de ideas / participación / lista de cotejo</p>
<p>Desarrollo</p> <p>10: 40 am – 11:30 am</p>	<p>Jugar “Yo elijo cual”</p> <p>La actividad consiste en dividir al grupo en tres partes, de manera que se formen equipos de tres integrante.</p> <p>A cada equipo se le darán diferentes problemas matematicos.</p> <p>Para resolverlos cada equipo tendra un lapso</p>	<p>Juego</p> <p>Problemas matemáticos</p>	<p>Tabla-ventajas / trabajo en clase / lista de cotejo</p>

	<p>de tiempo diferente:</p> <p>Equipo 1 – 10 min.</p> <p>Equipo 2 – 8 min.</p> <p>Equipo 3 – 6 min.</p> <p>El equipo que no alcance a terminar los ejercicios tendra que detenerse.</p> <p>Despues de esta actividad los alumnos interaccionan con emociones, algunos de alegria por tener mas tiempo y lograr responder los problemas, otros de desagrado o tristeza por no terminar los ejercicios y por perder.</p>		
<p>Cierre</p> <p>11:40 am – 12:00 pm</p>	<p>Proporcionar a los alumnos los materiales para la elaboración de la pelota anti estrés.</p> <p>Los alumnos deberan de llenar el globo con el arroz, de modo que no quede muy pesado y pueda manipularse sin problema en sus manos</p> <p>Pedir a los alumnos recuerden el sentimiento que tenian hace un momento y usen la pelota anti estrés, para regular las emociones que estan sintiendo, contarán las veces que presionan la pelota hasta llegar a diez.</p> <p>La pelota cambiará de brazo y se hará el mismo procedimiento. Despues de manipular la pelota comentar ¿Cómo te sientes?</p>	<p>Globo</p> <p>Arroz</p> <p>Participaciones</p>	<p>Pelota anti estrés / trabajo en clase / lista de cotejo</p>

Tabla 5.

Situación didáctica II “Espacio de la calma”

Asignatura	EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL		
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los estudiantes y alcanzar los propósitos que van más allá de los aspectos disciplinares académicos.	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Disfruto lo que me rodea
Aprendizajes Esperados	Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.	Bibliografía consultada	Libro de texto PP. 34-35 Programa de estudios pp. 462		
		Imitar y reproducir diferentes emociones mediante la expresión facial, para que las niñas y los niños identifiquen distintas emociones.			

TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO
Inicio 10:30 am – 10: 40 am	Recordar el juego de la clase anterior. Mencionar una estrategia más para, poder regular las emociones. Pedir participaciones respecto a lo que entienden sobre el tema: “ <i>Espacio de la calma</i> ”	Participaciones	Participación / lista de cotejo
Desarrollo	Pedir a los alumnos escriban en su	Juego	Tabla-

10: 40 am – 11:30 am	<p>cuaderno, la idea de como sería su espacio de la calma.</p> <p>Compartir en plenaria, las ideas que tienen sobre el espacio que cada alumno requiere para estar calmado (a).</p> <p>Responder las siguientes preguntas en el cuaderno:</p> <p>¿Por qué el lugar que imaginaste te traerá calma?</p> <p>¿Qué colores pondrías en tu lugar de la calma?</p> <p>¿En que momento irías a ese lugar de la calma?</p> <p>Imaginar y aportar ideas sobre un espacio de la calma dentro del salón.</p>	Problemas matemáticos	ventajas / trabajo en clase / lista de cotejo
Cierre 11:40 am – 12:00 pm	Proporcionar materiales a los alumnos, para que entre todos organice un espacio de la calma dentro del salón, cuidando que dentro de este espacio se encuentre uno o más objetos que hagan sentir bien a los alumnos.		Pelota anti estrés / trabajo en clase / lista de cotejo

Tabla 6.**Situación didáctica III “Mi cara refleja”**

Asignatura	EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL		
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Expreso mis emociones

	estudiantes y alcanzar los propósitos que van más allá de los aspectos disciplinares académicos.				
Aprendizajes Esperados	Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.	Bibliografía consultada	Libro de texto PP. 34-35	Programa de estudios pp. 462	
		Objetivos	Imitar y reproducir diferentes emociones mediante la expresión facial, para que las niñas y los niños identifiquen distintas emociones..		

TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO												
Inicio 10:30 am – 10:40 am	Organizar al grupo en parejas, donde el compañero será un espejo. El alumno deberá representar mediante expresiones faciales una emoción y el compañero deberá identificar de qué emoción se trata. Esta acción se llevará a cabo en tres repeticiones.	Juego	Participación / lista de cotejo												
Desarrollo 10:40 am – 11:30 am	Pedir a los alumnos reflexionen sobre lo que han hecho. Comentar cuales son los gestos faciales que se realizan en cada emoción, completando la siguiente tabla: <table border="1" data-bbox="402 1772 1073 1873"> <tr> <td>Emoción</td> <td>Como</td> <td>Como</td> <td>Como</td> <td>Como</td> <td>Que</td> </tr> <tr> <td></td> <td>o</td> <td>o</td> <td>están</td> <td>se</td> <td>le</td> </tr> </table>	Emoción	Como	Como	Como	Como	Que		o	o	están	se	le	Tabla Cuaderno Silueta de la cara	Tabla-silueta / trabajo en clase / lista de cotejo
Emoción	Como	Como	Como	Como	Que										
	o	o	están	se	le										

		esta la boca	esta n las ceja s	nuestr os ojos	muestr an los dientes	suced e a las mejill as			
	Alegria								
	Enojo								
	Tristeza								
	Miedo								
	Dibujar en una hoja de papel la silueta de la cara y dibujaran en ella la expresión de cada una de las caras observadas.								
Cierre 11:40 am – 12:00 pm	Conversar en plenaria como ayudan las expresiones faciales para expresar emociones. Responder en el cuaderno: ¿Cuál es la ventaja de expresar facialmente nuestras emociones? ¿Cómo te sientes cuando expresas lo que sientes?						Participaciones Preguntas	Pelota anti estrés / trabajo en clase / lista de cotejo	

Tabla 7.

Situación didáctica IV “Contando anécdotas”.

Asignatura	EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL		
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los estudiantes y alcanzar los propósitos que van	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Expreso mis emociones

	más allá de los aspectos disciplinares académicos.				
Aprendizajes Esperados	Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.	Bibliografía consultada	Libro de texto PP. 34-35 Programa de estudios pp. 462		
		Objetivos Imitar y reproducir diferentes emociones mediante la expresión facial, para que las niñas y los niños identifiquen distintas emociones.			

TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO
Inicio 10:30 am – 10: 50 am	<p>Introducir la actividad con un momento de reflexión.</p> <p>Poner música de fondo.</p> <p>Explicar a las niñas y los niños, que las emociones están presentes todos los días en todas las personas. Que a veces son positivas y otras muchas veces son negativas o destructivas.</p> <p>Que las podemos mostrar a través del lenguaje cuando hablamos o gritamos, otras veces con gestos o movimientos del rostro y el cuerpo, pero que debemos buscar alguna manera de expresarlas pero sin lastimar a otros.</p>	<p>Reflexión</p> <p>Música</p> <p>Bocinas</p>	Reflexión / lista de cotejo

	Las palabras y los golpes hieren y lastiman por lo que deben observar cómo reaccionan a cada emoción positiva o negativa para poder autorregular la emoción de forma pacífica sin lastimarse o lastimar a otros.		
Desarrollo 10: 50 am – 11:30 am	<p>Para esta estrategia las niñas y los niños deben disponerse a escuchar en un lugar tranquilo de la escuela.</p> <p>El docente debe contar una anécdota que lo hizo sentir de determinada manera, explica donde sintió la emoción (rostro, cuello, hombros, estómago, piernas), qué lo provocó y cómo le hizo para resolver el conflicto o situación emocional.</p> <p>Solicitar a las niñas y los niños que compartan si ellos han pasado por una situación similar, dónde sintieron la emoción y como le hicieron para resolverla.</p> <p>Escribir la anécdota en el cuaderno.</p>	Anécdotas Cuaderno	Anécdotas / trabajo en clase / lista de cotejo
Cierre 11:40 am – 12:00 pm	Recomendar las niñas y los niños que cuando pasen por una situación que los desequilibre emocionalmente, que los haga sentir molestos, tristes o disgustos, busquen una estrategia de regulación emocional expresen sus emociones de forma adecuada, que afronten pacíficamente las situaciones de conflicto y traten de durar lo menos posible en un estado emocional negativo como el enojo o la tristeza.	Participaciones Reflexión	Participaciones / trabajo en clase / lista de cotejo

	Reflexionar sobre las anécdotas y la manera de controlar las emociones.		
--	---	--	--

Tabla 8.

Situación didáctica V “¿Qué tanto me conozco? I”

Asignatura	EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL		
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los estudiantes y alcanzar los propósitos que van más allá de los aspectos disciplinares académicos.	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Reflexionó a partir de lo que conozco
Aprendizajes Esperados	Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.	Bibliografía consultada		Libro de texto PP. 34-35 Programa de estudios pp. 462	
		Objetivos: Apoyar a las niñas y los niños para que reconozcan que otras personas tienen los mismos conflictos pero que han logrado superar las situaciones, expresar y regular sus emociones.			

TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO
Inicio 10:30 am – 10: 50	Para esta estrategia se entrega un chocolate a los alumnos. Deberán mantenerlo sobre la mesa banco lo	Chocolate	Reflexión / lista de cotejo

am	que dura la sesión sin comérselo. De esta manera aprenderán dominar su emoción o deseo de comer el chocolate. La estrategia será necesario trabajarla en dos sesiones de clase.						
Desarrollo 10: 50 am – 11:30 am	<p>La actividad continua, los alumnos deben realizar una tabla de dos columnas en el cuaderno, como se muestra:</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Palabras que me dan felicidad</th> <th style="text-align: center;">Actividades que me ponen felices</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </tbody> </table> <p>Elaborar una cajita de papel, donde en el transcurso de la semana los alumnos irá metiendo papelitos que tengan el nombre de la emoción que van experimentando en la semana, así como la razón o causa de esa emoción.</p>	Palabras que me dan felicidad	Actividades que me ponen felices			<p>Tabla Papel Cajita Tijeras Resistol</p>	<p>Tabla – cajitas de emociones / trabajo en clase / lista de cotejo</p>
Palabras que me dan felicidad	Actividades que me ponen felices						
Cierre 11:40 am – 12:00 pm	<p>Al terminar de elaborar la cajita, revisar que todos los chocolates estén completos, si alguno de los alumnos se lo ha comido, explicará al grupo:</p> <p>¿Qué fue lo que sintió?</p> <p>¿Por qué no pudo contener el deseo del chocolate?</p>	<p>Explicación Preguntas</p>	<p>Participaciones / trabajo en clase / lista de cotejo</p>				

Tabla 9.

Situación didáctica VI “¿Qué tanto me conozco? II”

Asignatura	EDUCACIÓN	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL
------------	-----------	------	-----------------------

	SOCIOEMOCIONAL				
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los estudiantes y alcanzar los propósitos que van más allá de los aspectos disciplinares académicos.	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Reflexionó a partir de lo que conozco
Aprendizajes Esperados	Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.	Bibliografía consultada		Libro de texto PP. 34-35 Programa de estudios pp. 462	
		Objetivos Imitar y reproducir diferentes emociones mediante la expresión facial, para que las niñas y los niños identifiquen distintas emociones.			

TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO
Inicio 10:30 am – 10: 50 am	En esta segunda secuencia se cuestiona a los alumnos lo siguiente: ¿Qué vimos en la clase anterior? ¿Qué emociones vimos	Preguntas	Participaciones / lista de cotejo
Desarrollo 10: 50 am – 11:30 am	Pedir a los alumnos habrán su cajita de emociones y separen los papelitos, de acuerdo a la emoción que estuvieron anotando y sintiendo. Graficar en el cuaderno, los resultados del conteo de acuerdo a las emociones que	Caja de emociones Papelitos Ejercicio Cuaderno	Graficas – ejercicio realizado / trabajo en clase / lista de cotejo

	<p>sintieron en esa semana.</p> <p>Comentar cuales fueron las causas que originaron dicha emoción que fue más producida durante la semana.</p> <p>Realizar un ejercicio de respiración con todo el grupo:</p> <p>Poner música suave de fondo, indicar lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cierra los ojos. 2. piensa en el recuerdo donde estabas transmitiendo la emoción que más se generó. . 3. Inhala, exhala. (x3) 4. Recuerda cada detalle, cada gesto, cada palabra, un olor, un movimiento, etc. 5. Inhala, exhala. (x3) 6. Ahora abre los ojos. 7. ¿Qué sintieron al recordar aquel momento? ¿Le gusto recordar ese momento? 	Regla	
<p>Cierre</p> <p>11:40 am</p> <p>– 12:00</p> <p>pm</p>	<p>Pedir a los alumnos comenten lo que estuvieron sintiendo durante el ejercicio de respiración, y analizar si el Inhala, exhala, les ayudo a dejar de sentir la emoción negativa.</p>	Participaciones	<p>Participaciones</p> <p>/ trabajo en</p> <p>clase / lista de</p> <p>cotejo</p>

Tabla 10.

Situación didáctica VII “Diario de las emociones”

Asignatura	EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL		
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los estudiantes y alcanzar los propósitos que van más allá de los aspectos disciplinares académicos.	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Expreso mis emociones
Aprendizajes Esperados	Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.	Bibliografía consultada	Libro de texto PP. 34-35 Programa de estudios pp. 462		
		Objetivos	Apoyar a las niñas y los niños para que reconozcan que otras personas tienen los mismos conflictos pero que han logrado superar las situaciones, expresar y regular sus emociones.		

TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO
Inicio 10:30 am – 10: 50 am	<i>Se realizará un cuadernillo para utilizarlo como diario de las emociones, los alumnos podrán decorarlo a sus gustos, utilizando colores. Para ello es necesario tener los siguientes materiales:</i> un cuaderno, lapiceros, marcadores, recortes, etc.		Reflexión / lista de cotejo
Desarrollo	El diario de emociones se llenará cada que el alumno necesite contar algo a alguien y lo		Anécdotas / trabajo en

10: 50 am – 11:30 am	<p>escribirá en el cuadernillo.</p> <p>Seguido de su registro de emociones, el alumno debe elaborar un dibujo de lo que le guste, la intención es que al identificar y aceptar las emociones que está sintiendo, a través de la realización del dibujo, el alumno se relajara, en el momento en que comienza a colorear.</p> <p>Pedir al alumno realice su primer registro de diario de clase, recordando la última emoción que ha sentido.</p> <p>Proyectar a sus compañeros el dibujo que ha elaborado, y la manera en que ahora se siente.</p>		clase / lista de cotejo
Cierre 11:40 am – 12:00 pm	<p>Aclarar que el diario es personal, guardarlo en un lugar seguro y solo si lo deseas puedes compartirlo con alguien más.</p> <p>Solo mostraran el dibujo, no el registro de lo que sintieron.</p>		Participaciones / trabajo en clase / lista de cotejo

Tabla 11.

Situación didáctica VIII “Calendario de las emociones”

Asignatura	EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL	Tema	AUTODOMINIO EMOCIONAL		
Enfoque	Orientar la práctica docente para impulsar la educación integral de los estudiantes y alcanzar los propósitos que van	Bloque	Bloque II	Eje temático	COLABORACIÓN Análisis mis comportamientos

	más allá de los aspectos disciplinares académicos.				
Aprendizajes Esperados	Analiza episodios emocionales que ha vivido recientemente, considerando elementos como causas, experiencia, acción y consecuencias.	Bibliografía consultada	Libro de texto PP. 34-35 Programa de estudios pp. 462		
		Objetivos	Apoyar a las niñas y los niños para que reconozcan que otras personas tienen los mismos conflictos pero que han logrado superar las situaciones, expresar y regular sus emociones.		

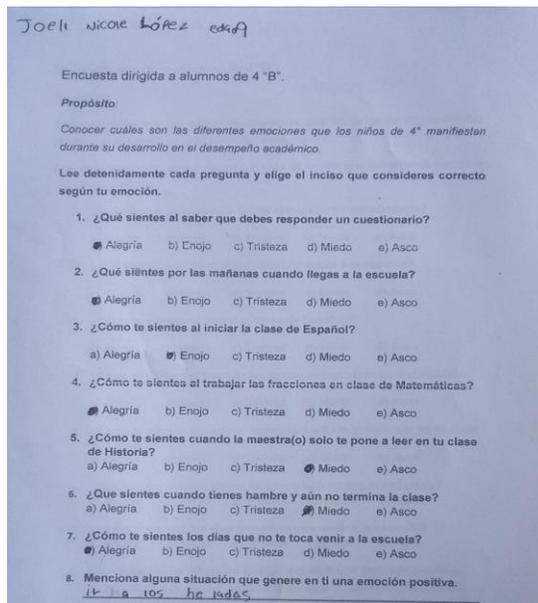
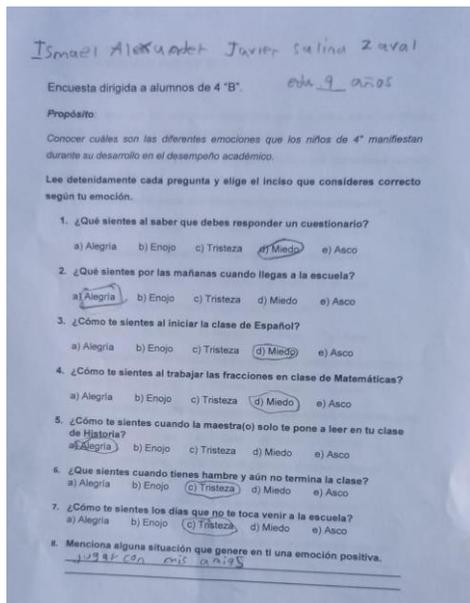
TIEMPO	ACTIVIDADES DE ACUERDO A LA ORGANIZACIÓN DEL GRUPO	RECURSOS	EVIDENCIA / PRODUCTO
Inicio 10:30 am – 10: 50 am	Imprimir o realizar un calendario del mes correspondiente a trabajar. 	Calendario Dibujo Regla Cuaderno	Calendario / lista de cotejo
Desarrollo 10: 50 am – 11:30 am	Hacer un análisis del día en el que se está y colorearlo dependiendo del estado de ánimo que predominó durante el día. Amarillo: Feliz Azul: triste Verde: Disgusto Rojo: Enojado Morado: Asustado Dependiendo de la emoción que más se coloreó en el grupo, escoger una actividad y realizar la de manera	Dinámicas Canción Hojas de maquina Baile	Dinámicas / trabajo en clase / lista de cotejo

	<p>grupal.</p> <p>Amarillo/Feliz - Cuenta a tu compañero la experiencia o lo que te mantuvo feliz en este día - Escribe una carta a un ser querido y cuéntale el motivo de tu felicidad - En tu cuaderno dibuja algo que te guste dibujar o que plasme el motivo de tu felicidad.</p> <p>Azul/triste - Dibuja en tu cuaderno el lugar, acción u objeto que te hace feliz. - Realiza la acción o actividad que más te guste como jugar, cantar, escuchar música, correr, ver televisión o serie favorita, colorear, hacer manualidades, leer, etc. - Pídele un fuerte abrazo a algún familiar con el que te gusta pasar el rato y con quien seas feliz cuéntale tu experiencia durante el día.</p> <p>Disgusto. - Escucha o canta tu canción favorita cuantas veces lo requieras - Come tu comida favorita. - Pídele a alguien de tu familia que te cuente algunos chistes que se sepan, o alguna anécdota que les parezca graciosa.</p> <p>Enojado - En una hoja de maquina o de tu cuaderno dibuja caritas felices y coloréalas - Escribir una carta contando lo que te enoja y decórala con dibujos y coloréala - Canta a todo pulmón la canción que sea de tu preferencia. - Has la actividad que más te guste, como ver la tv, platicar con un amigo, mirara tu caricatura favorita.</p> <p>Miedo. - Pídele a alguien de tu familia que te cuente algunos chistes que se sepan, o alguna anécdota que les parezca graciosa. - Come tu comida favorita. - Platica de tu experiencia más vergonzosa que te ha pasado en la escuela o en algún lugar publico</p>		
<p>Cierre</p> <p>11:40 am – 12:00</p>	<p>Para cerrar la actividad realizar el siguiente ejercicio.</p> <p>Bostezo energético. Coloca la yema de los dedos en las mejillas, simula un bostezo y haz presión con los</p>	<p>Ejercicio</p>	<p>Participaciones / trabajo en clase / lista de cotejo</p>

pm	<p>dedos.</p> <p>Este ejercicio es beneficioso para estimular la expresión verbal y la comunicación, oxigena el cerebro, relaja la tensión del área facial y mejora la visión.</p>		
----	--	--	--

4.2 Aplicación de los instrumentos

La propuesta de cuestionario fue aplicada a los alumnos con precisión de honestidad en la selección de respuestas, algunas de estas fueron muy asertivas con las sospechas que ya se tenían de acuerdo a los momentos de observación al grupo, en diferentes momentos de la jornada laboral.

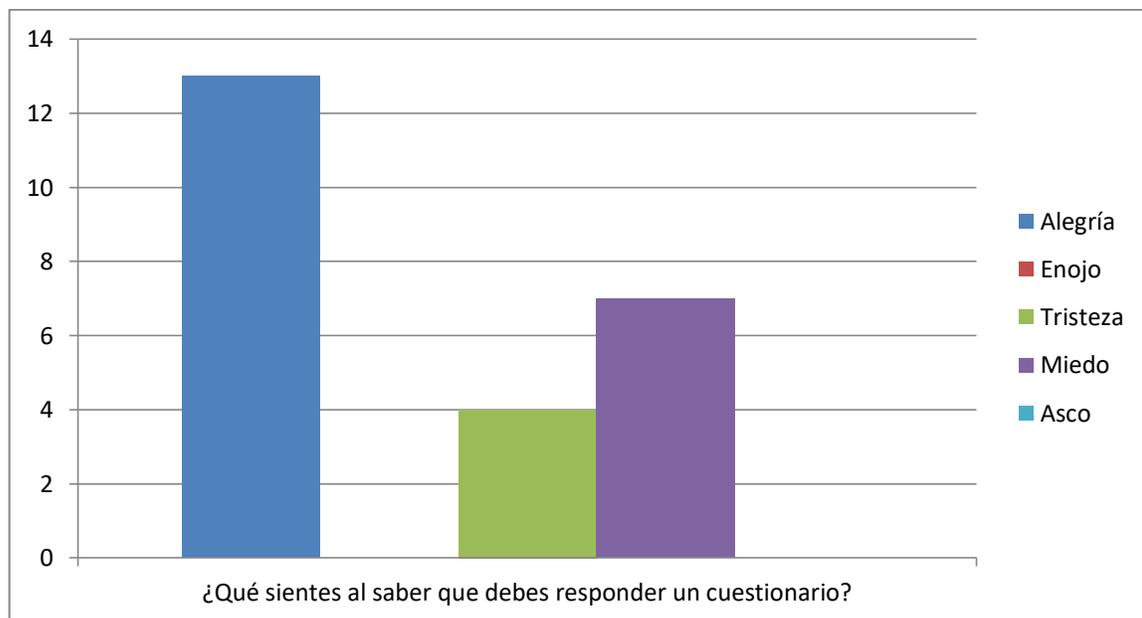


4.3 Análisis de los instrumentos de la investigación

De acuerdo a los cuestionarios aplicado a los alumnos, y analizando sus respuestas se graficaron los resultados, para los cuales las gráficas quedaron de la siguiente manera:

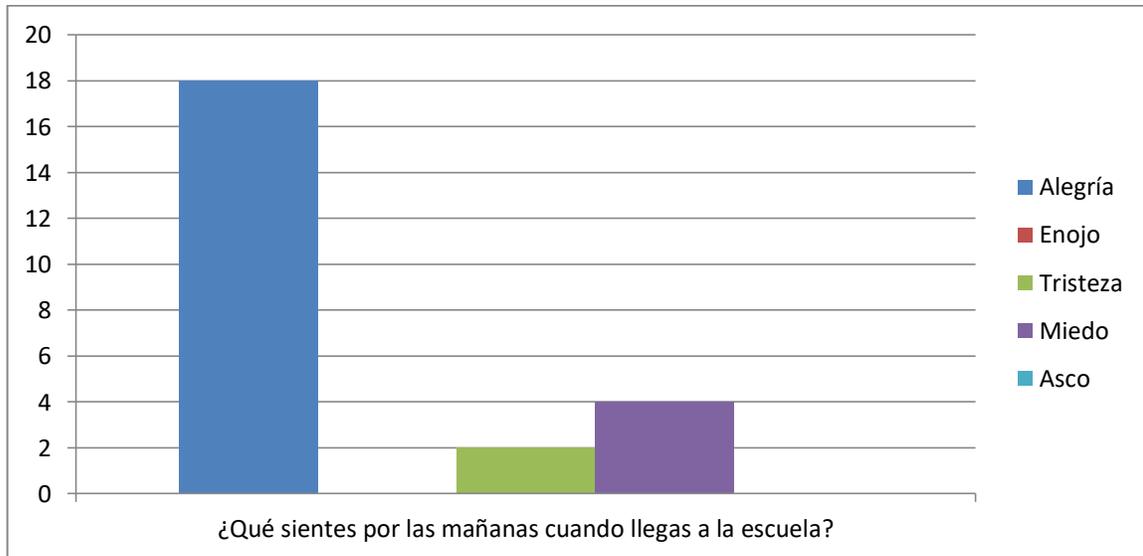
Gráfica 1.

¿Qué sientes al saber que debes responder un cuestionario?



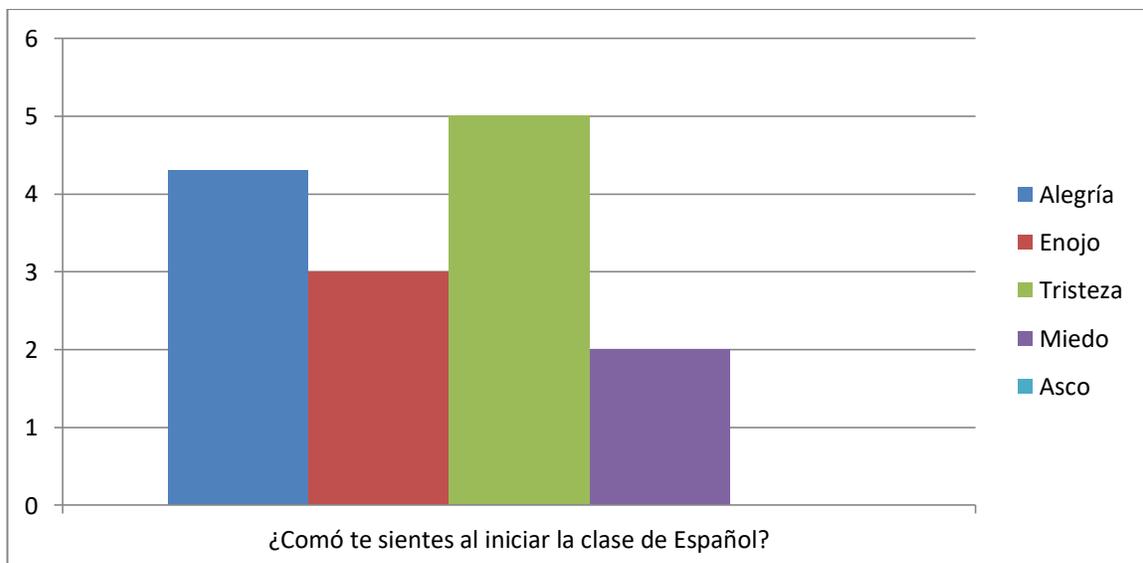
Gráfica 2.

¿Qué sientes por las mañanas cuando llegas a la escuela?



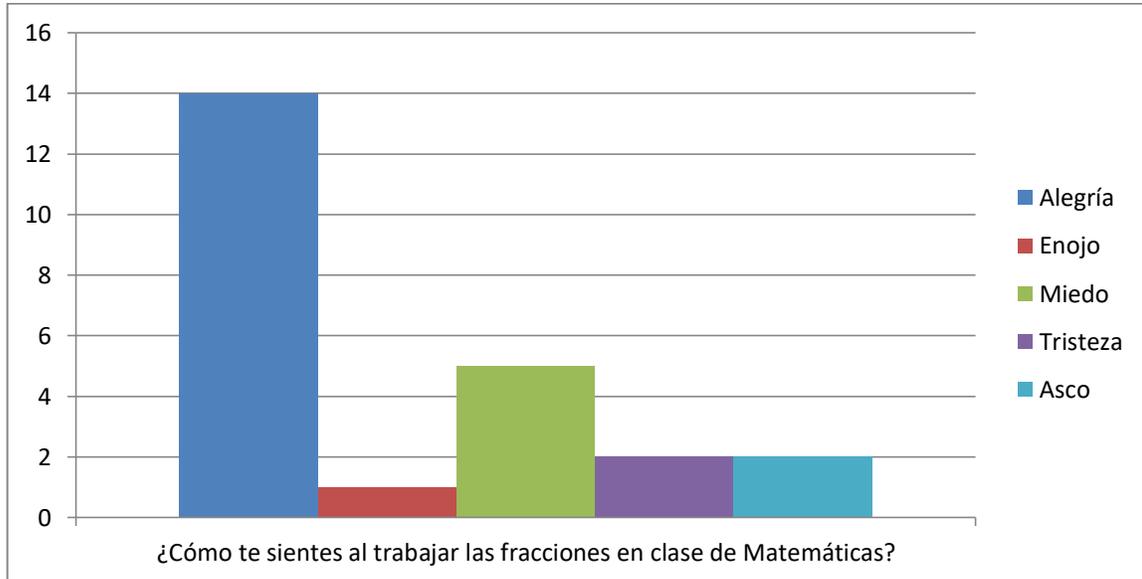
Gráfica 3.

¿Cómo te sientes al iniciar la clase de español?



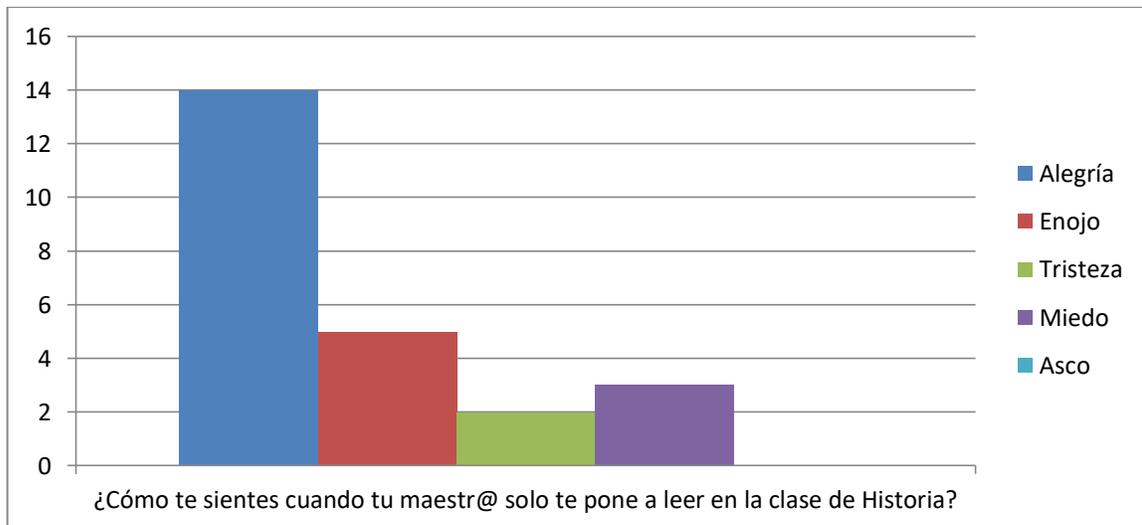
Gráfica 4.

¿Cómo te sientes al trabajar en clase de Matemáticas?



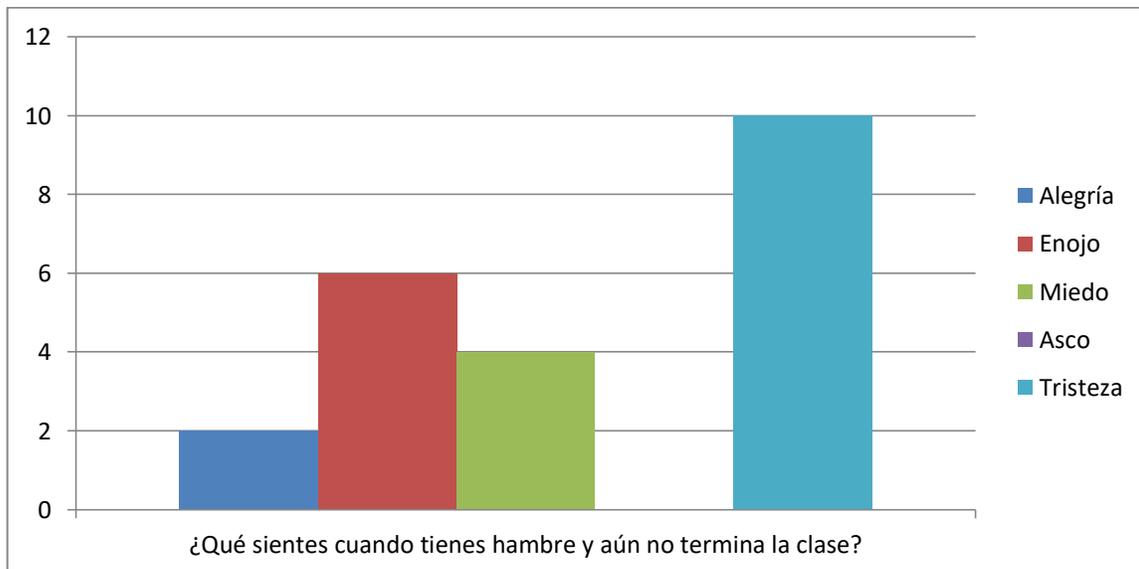
Gráfica 5.

¿Qué sientes cuando la maestra solo te pone a leer en la clase de Historia?



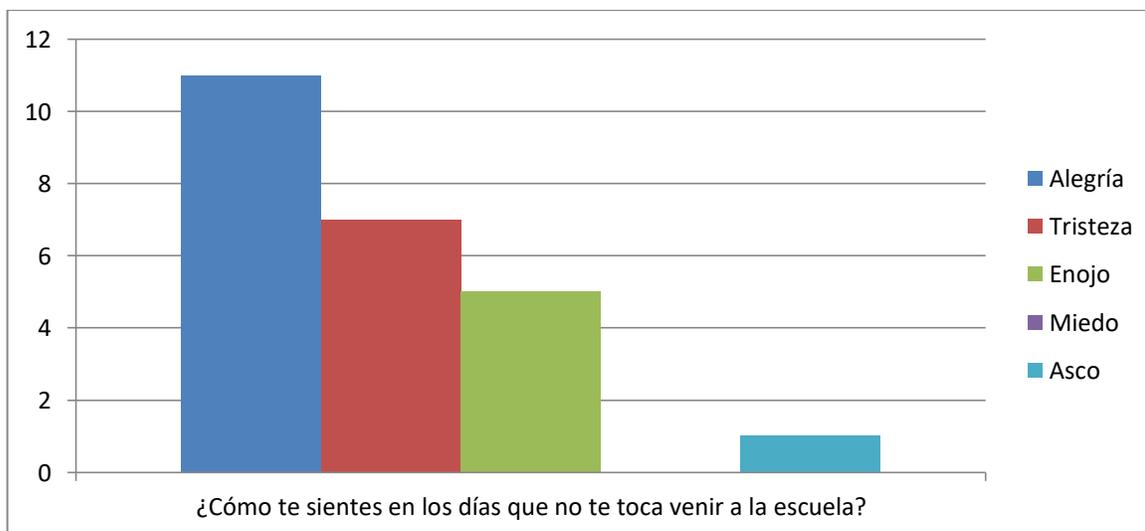
Gráfica 6.

¿Qué sientes cuando tienes hambre y aún no termina la clase?



Gráfica 7.

¿Cómo te sientes en los días que no te toca venir a la escuela?



Conclusiones

Ante la vivencia de diferentes estrategias planteadas para trabajar el autodomio emocional, permitiendo la mejora del aprovechamiento de los educandos, y además la interacción con la práctica profesional desarrollada en dicho espacio, centrándose en el trabajo realizado a pesar de las distracciones planteadas se logró llevar a cabo con éxito la investigación sobre ya mencionado tema. En resumen se puede plantear que las estrategias propuestas en esta y para esta investigación se realizaron de acuerdo al planteamiento del problema, en relación y atendían a las preguntas de investigación, así como desde las experiencias de los alumnos de la escuela, rescatando antecedentes que condujeran la investigación y permitieran investigar a profundidad el tema de investigación estrategias de enseñanza para promover el autodomio emocional en alumnos de cuarto grado.

Es necesario mencionar que la palabra clave es el autodomio en relación a la capacidad humana de todas las personas, y sobre todo la influencia de este en cualquier proceso de la vida cotidiana. En este aspecto su importancia e influencia en el desarrollo académico de los alumnos, con la intención de mejorar los aprovechamientos de dichos alumnos, ya que una vez logrado lo planteado no solo será en este ciclo, grado e incluso en este grupo, sino que será una preparación que se llevará el educando para toda su vida.

De manera que no presente dificultades al momento de conducir pensamientos, sentimientos o emociones, sino que además sea capaz de controlarse y manejar cualquier situación que en el futuro se le presente, de manera que al afrontarla esta sea beneficiosa para el alumno, esto trata de mantener la calma, la concentración, pensar de manera crítica y evaluar las acciones más factibles de acuerdo a dicha situación presentada.

Recomiendo desde mi punto de vista personal, al lector de esta investigación, hacer uso de las estrategias antes mencionadas, puesto que la educación socioemocional estable en infantes de 6 a 12 años de edad, que enfrentan su cambio de etapas de la niñez a la adolescencia, requieren de mucha atención no solo en sus hogares, en sus familias, sino también en las aulas de clase, mismas que forman parte importante de sus vidas cotidianas, de manera que este aprendizaje dentro de su desarrollo permita crear para las futuras generaciones ciudadanos forjados en derechos, deberes, oportunidades, fortalezas, y actitudes muy positivas para que además de creer en si mismos, lo hagan las demás personas. Que a través de estas estrategias planteadas se permita crear y formar nuevas sociedades en nuevos valores.

Referencias

- Aguilar, J., Alcántara, A., Álvarez, F., Amador, R., Barrón, C., Bravo, M. T., ... & Chehaibar, L. (2020). Educación y pandemia una visión académica Araujo, M. C., & Guerra, M. L. (2007). Inteligencia emocional y desempeño laboral en las instituciones de educación superior públicas. *CICAG: Revista del Centro de Investigación de Ciencias Administrativas y Gerenciales*, 4(2), 132-147.
- Blanco, J. I. G., Gaitán, M. D. S., Vittorino, A. M. M., Rodríguez, L. J. H., Celis, T. F., Ojed, D. M., & Grijalva, M. D. P. H. (2021). El viaje de Caja de Pandora a través de la pandemia Pedagogía socioemocional para viajar, afrontar y crecer.
- Branda, S. A., & Porta, L. (2012). Maestros que marcan. Biografía personal e identidad profesional en docentes. *Profesorado, Revista de currículum y formación del profesorado*, 16(3), 231-243.
- Bravo-Pérez, M., Casals-Peidró, E., Cortés-Martinicorena, F., Llodra-Calvo, J. C., Álvarez-Arenas Pardina, I., Hermo-Señariz, P., ... & Zapata-Carrasco, M. D. (2006). Encuesta de salud emocional en España 2005. *Rcoe*, 11(4), 409-456.
- Camacho, T. C., Roberts, R. E., Lazarus, N. B., Kaplan, G. A., & Cohen, R. D. (1991). Physical activity and depression: evidence from the Alameda County Study. *American journal of epidemiology*, 134(2), 220-231.
- Caycedo, C., Gutiérrez, C., Ascencio, V., & Delgado, Á. P. (2008). Regulación emocional y entrenamiento en solución de problemas sociales como herramienta de prevención para niños de 5 a 6 años. *Artículos en PDF disponibles desde 1994 hasta 2013. A partir de 2014 visítenos en www.elsevier.es/sumapsicol*, 12(2), 157-173.

- Ceballos Marón, N. A., & Sevilla Vallejo, S. (2020). El efecto del aislamiento social por el Covid-19 en la conciencia emocional y en la comprensión lectora: estudio sobre la incidencia en alumnos con trastornos de aprendizaje y menor acceso a las nuevas tecnologías.
- Ceballos, J. L. D., Solarte, M. G., & Ayala, A. H. (2017). Influencia de la inteligencia emocional sobre las competencias laborales: un estudio empírico con empleados del nivel administrativo. *Estudios gerenciales*, 33(144), 250-260.
- Cejudo, J., & López-Delgado, M. L. (2017). Importancia de la inteligencia emocional en la práctica docente: un estudio con maestros. *Psicología educativa*, 23(1), 29-36.
- Chica-Palma, O. C., Sánchez-Buitrago, J. O., & Pacheco-Espejel, A. A. (2020). EDUCACIÓN EMOCIONAL EN LAS ORGANIZACIONES FORMADORAS DE MAESTROS. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia)*, 16(1), 93-120.
- Creswell, JW y Zhang, W. (2009). La aplicación de diseños de métodos mixtos a la investigación del trauma. *Journal of Traumatic Stress: Publicación oficial de la sociedad internacional para estudios de estrés traumático*, 22 (6), 612-621.
- Daros, W. R. (2002). ¿ Qué es un marco teórico?. *Enfoques*, 14(1), 73-112.
- Domínguez, M. R. F., Pescador, J. E. P., & Melero, M. P. T. (2009). El desarrollo socioafectivo en la formación inicial de los maestros. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 12(1), 2.
- Estupiñán Márquez, S. F., Tobón González, J. J., Umaña Castañeda, L. J., & Vargas Méndez, M. L. (2020). Educación emocional de niños escolarizados en contexto de pandemia.

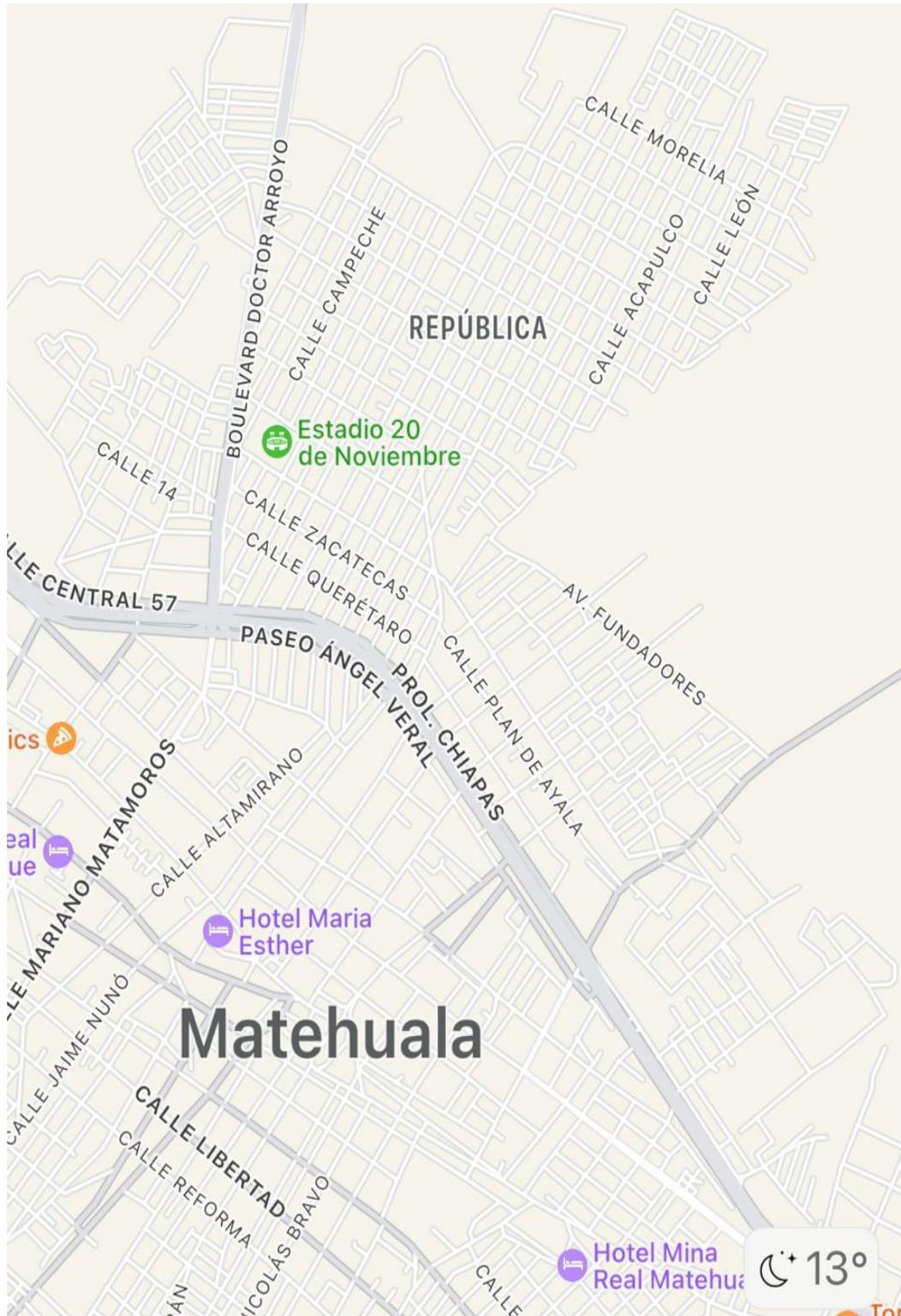
- Fernández-Abascal, E. G., Rodríguez, B. G., Sánchez, M. P. J., Díaz, M. D. M., & Sánchez, F. J. D. (2010). *Psicología de la emoción*. Editorial Universitaria Ramón Areces.
- Fierro, C., Fortoul, B., & Rosas, L. (2000). Transformando la práctica docente. *Revista del Centro de Investigación. Universidad La Salle*, 4(14), 100-102.
- Flores, S. L. C. (Ed.). (2011). *Programas de estudio 2011-Guía para el maestro: educación básica, secundaria: Formación cívica y ética:[segundo y tercer grado]*. Secretaría de Educación Pública.
- García, M. E. C., & López, A. L. (2014). La teoría de las inteligencias múltiples en la enseñanza de las lenguas. *Contextos Educativos. Revista de Educación*, (17), 79-89.
- Garnefski, N. y Kraaij, V. (2007). El cuestionario de regulación cognitiva de las emociones. *Revista europea de evaluación psicológica*, 23 (3), 141-149.
- Goleman, D. (2010). *La práctica de la inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- Hernández, F., & Fernández, J. (2009). Baptista (2010) Metodología de la investigación científica. *México: McGrawHill*.
- Hernández-Sampieri, R., & Torres, C. P. M. (2018). *Metodología de la investigación* (Vol. 4). México^ eD. F DF: McGraw-Hill Interamericana.
- Lizondo-Valencia, R., Silva, D., Arancibia, D., Cortés, F., & Muñoz-Marín, D. (2021). Pandemia y niñez: Efectos en el desarrollo de niños y niñas por la pandemia Covid-19. *Veritas & Research*, 3(1), 16-25.

- Londoño, NH, Marín, CA, Juárez, F., Palacio, J., Muñiz, O., Escobar, B., ... & López, IC (2010). Factores de riesgo psicosociales y ambientales asociados a trastornos mentales. *Suma psicológica* , 17 (1), 59-68.
- Londoño, NH, Marín, CA, Juárez, F., Palacio, J., Muñiz, O., Escobar, B., ... & López, IC (2010). Factores de riesgo psicosociales y ambientales asociados a trastornos mentales. *Suma psicológica* , 17 (1), 59-68.
- López, L. E., & Kuper, W. (1999). La educación intercultural en América Latina: balance y perspectivas. *Revista de educación*. Pp. 187-198.
- Malaquias, L. M. A., & Sekkel, M. C. (2014). Estratégias de enfrentamento dos problemas de escolarização: Revisão de literatura. *Temas em Psicologia*, 22(2), 271-283.
- Zambrano, M. J. N., Naranjo, I. A. M., & Amores, R. E. R. (2020). Efectos de la pandemia en la familia y en la sociedad ecuatoriana. *RES NON VERBA REVISTA CIENTÍFICA*, 10(2), 115-135.

ANEXOS

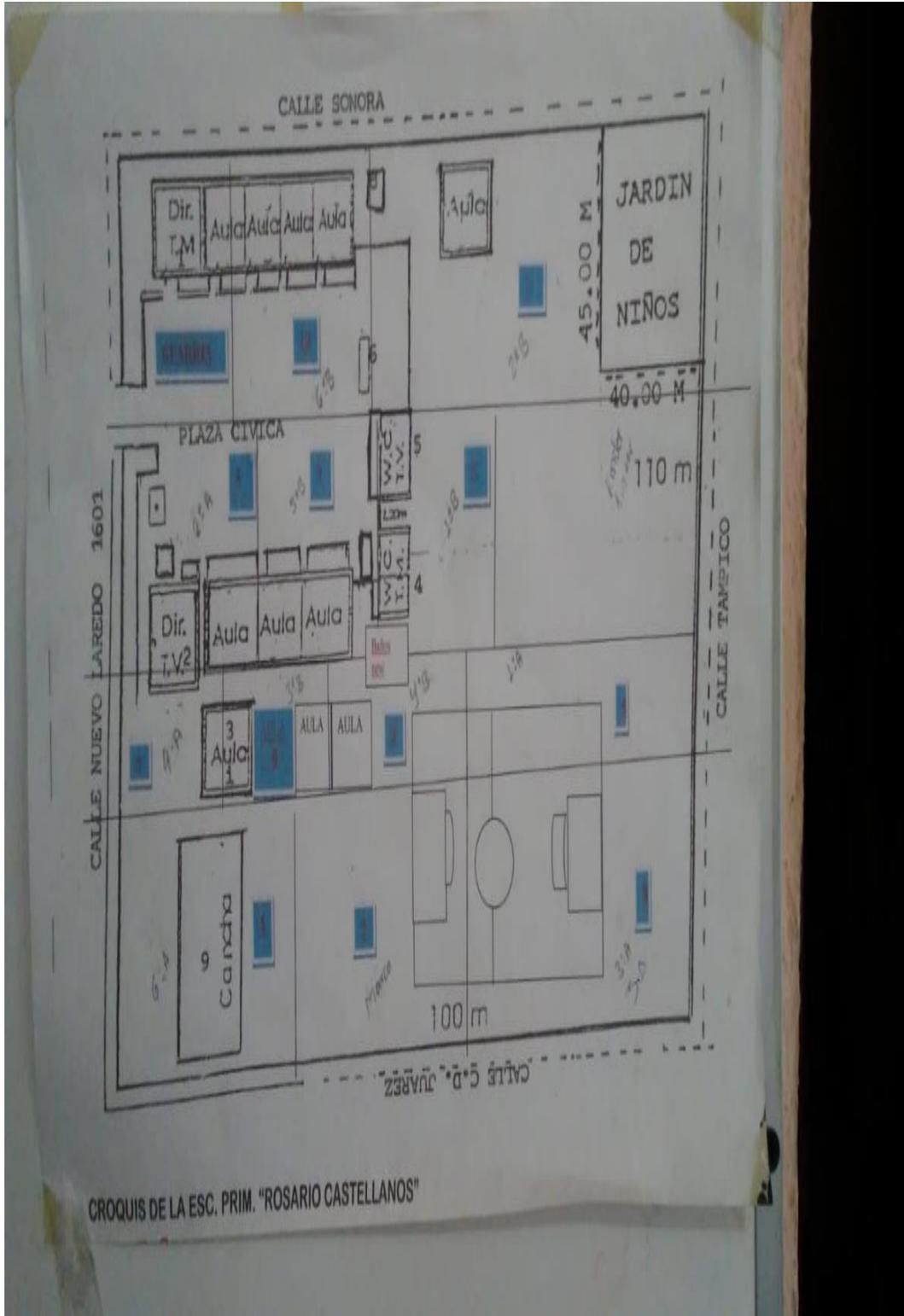
Anexo A

Ubicación de la escuela Col. República.



Anexo B

Croquis de la escuela "Rosario Castellanos"



Anexo C

Escuela Primaria "Rosario Castellanos"



Anexo D

Aula de clases de 4° "B"

