



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ.

TITULO: El desarrollo de la autorregulación emocional en primer grado de educación preescolar

AUTOR: Marcela Lizeth Gómez Loredo

FECHA: 07/15/2025

PALABRAS CLAVE: Autorregulación emocional, Preescolar, Emociones, Cooperación, Intervención docente

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN
INSPECCIÓN DE EDUCACIÓN NORMAL

BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ

GENERACIÓN

2021



2025

**EL DESARROLLO DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN
PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADO (A) EN
EDUCACIÓN PREESCOLAR**

PRESENTA:
GÓMEZ LOREDO MARCELA LIZETH

ASESOR (A):
DRA. ÉLIDA GODINA BELMARES

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JUNIO DE 2025



**BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN LUIS POTOSÍ
CENTRO DE INFORMACIÓN CIENTÍFICA Y TECNOLÓGICA**

**ACUERDO DE AUTORIZACIÓN PARA USO DE INFORMACIÓN DEL DOCUMENTO
RECEPCIONAL EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA BECENE DE ACUERDO A LA
POLÍTICA DE PROPIEDAD INTELECTUAL**

A quien corresponda.
PRESENTE. –

Por medio del presente escrito Marcela Lizeth Gómez Loredó
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**"EL DESARROLLO DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN PRIMER GRADO DE
EDUCACIÓN PREESCOLAR "**

en la modalidad de: Tesis

para obtener el

Título en Licenciatura en Educación Preescolar

en la generación 2021-2025 para su divulgación, y preservación en cualquier medio, incluido el
electrónico y como parte del Repositorio Institucional de Acceso Abierto de la BECENE con fines
educativos y Académicos, así como la difusión entre sus usuarios, profesores, estudiantes o terceras
personas, sin que pueda percibir ninguna retribución económica.

Por medio de este acuerdo deseo expresar que es una autorización voluntaria y gratuita y en
atención a lo señalado en los artículos 21 y 27 de Ley Federal del Derecho de Autor, la BECENE
cuenta con mi autorización para la utilización de la información antes señalada estableciendo que se
utilizará única y exclusivamente para los fines antes señalados.

La utilización de la información será durante el tiempo que sea pertinente bajo los términos de los
párrafos anteriores, finalmente manifiesto que cuento con las facultades y los derechos
correspondientes para otorgar la presente autorización, por ser de mi autoría la obra.

Por lo anterior deslindo a la BECENE de cualquier responsabilidad concerniente a lo establecido en
la presente autorización.

Para que así conste por mi libre voluntad firmo el presente.

En la Ciudad de San Luis Potosí, S.L.P. a los 10 días del mes de Julio de 2025.

ATENTAMENTE.

Marcela Lizeth Gómez Loredó

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES

Nicolás Zapata No. 200
Zona Centro, C.P. 78000
Tel y Fax: 01444 812-11-55
e-mail: cicyt@beceneslp.edu.mx
www.beceneslp.edu.mx

San Luis Potosí, S.L.P.; a 08 de Julio del 2025

Los que suscriben, tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): C. GOMEZ LOREDO MARCELA LIZETH
De la Generación: 2021 - 2025

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de: Tesis de investigación.

Titulado:

EL DESARROLLO DE LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN PREESCOLAR.

Por lo anterior, se determina que reúne los requisitos para proceder a sustentar el Examen Profesional que establecen las normas correspondientes, con el propósito de obtener el Título de Licenciado(a) en EDUCACIÓN PREESCOLAR

ATENTAMENTE COMISIÓN DE TITULACIÓN

DIRECTORA ACADÉMICA

MTRA. MARCELA DE LA CONCEPCIÓN MIRELES
MEDINA

DIRECTORA DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

DRA. ELIDA GODINA BELMARES

RESPONSABLE DE TITULACIÓN

MTRO. GERARDO JAVIER GUEL CABRERA

ASESOR DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

DRA. ELIDA GODINA BELMARES



Agradecimientos

Agradezco a mi mamá por todo el amor y apoyo incondicional que me ha brindado. Ella es mi gran pilar, la persona que siempre me impulsa a seguir adelante y no darme por vencida tan fácilmente. Agradezco por los valores que me inculcó y que me han permitido ser quién soy, por enseñarme a ser responsable, valiente y sobre todo perseverante.

Agradezco hasta el cielo a mi papá, quién me dio parte de mi educación. Gracias a él doy lo mejor de mí en todo momento. Aunque no se encuentre físicamente conmigo estará presente en cada paso que dé, será mi guía y al primero que le cuente mis penas, dificultades y logros.

Agradezco a mis hermanos, por mantenerme con los pies en la tierra, y ser mi ejemplo de perseverancia y resiliencia. De igual manera, agradezco a mi mascota, Dante, mi más fiel compañero en cada una de mis desveladas y mi apoyo emocional durante todo este proceso.

Agradezco a mi novio por darme ánimos de seguir adelante y apoyarme en cada una de mis decisiones. Por el cariño que me dio, sus palabras de aliento y por tratar de siempre hacerme feliz.

Agradezco a mi mejor amiga por ser mi confidente, mi alma gemela y aquella persona que me escuchó cuando más lo necesitaba.

Agradezco a Dios por darme la fortaleza y por permitirme terminar esta etapa de mi vida, la cual me brindó muchos aprendizajes. Gracias por poner las personas correctas en mi camino.

Por último, pero no menos importante, agradezco a mi asesora y a mis maestros por acompañarme durante mi proceso profesional. Por guiarme y brindarme los aprendizajes necesarios para poder desenvolverme bajo principios éticos y valores.

Índice

Introducción	5
Capítulo 1. Planteamiento del Problema	8
Antecedentes del Problema	8
Justificación	11
Lo Observado y Diagnosticado	13
Objetivos	14
Preguntas	14
Objeto de Estudio y Supuesto de Investigación	14
Capítulo 2. Estado del Arte	¡Error! Marcador no definido.
Investigaciones Locales	15
Investigaciones Nacionales	18
Investigaciones Internacionales	20
Capítulo 3. Referente Teórico	24
El Constructivismo a Favor del Desarrollo y Aprendizaje Infantil	24
Desarrollo Socioemocional	27
Aprendizaje Cooperativo	33
Capítulo 4. Referente Metodológico	35
Tipo de Investigación	35
Investigación Acción	37
Contexto de la Investigación	39
Sujetos de Investigación	43
Técnicas e Instrumentos	45
Análisis de Información	47
Capítulo 5. Resultados	50
Primera Categoría. Conociendo los Procesos de Autorregulación Emocional en Primer Grado de Preescolar	50
Segunda Categoría. Intervención Educativa a Favor de Procesos de Autorregulación	61
Tercera Categoría. Manejo y Expresión de las Emociones de las Niñas y Niños de Primer Grado de Educación Preescolar: Una Intervención Encaminada a la Autorregulación Emocional.	72
Cuarta Categoría. La Cooperación Dentro del Proceso de Autorregulación Emocional	85
Quinta categoría. Progresos en la Autorregulación de los Alumnos y Alumnas de Primero de Preescolar	94
Conclusiones	102
Referencias	107
Anexos	112

Índice de Tablas

Tabla 1. Investigaciones locales de licenciatura relacionados con la autorregulación emocional.	P. 11
Tabla 2. Ventajas del aprendizaje cooperativo.	P. 30
Tabla 3. Características de la investigación cualitativa.	P.32
Tabla 4. Cronograma de mi investigación- acción.	P. 35
Tabla 5. Lista de alumnos de 1ºB.	P. 39
Tabla 6. Categorías focalizadas al tema de investigación.	P. 44
Tabla 7. Entrevistas aplicadas a la población estudiantil.	P. 47
Tabla 8. Entrevista realizada a la docente titular.	P. 48
Tabla 9. Clasificación de los estilos educativos parentales.	P. 51
Tabla 10. Actividades realizadas con los alumnos de primer grado de preescolar.	P.60
Tabla 11. Actividades realizadas con los alumnos de primer grado de preescolar.	P. 62
Tabla 12. Características de una planeación.	P. 65
Tabla 13. Beneficios de realizar una planificación en una investigación acción que atiende proceso de autorregulación.	P. 66
Tabla 14. Entrevista a la educadora titular: AM.	P. 93

Tabla. 15. Entrevista realizada a los padres de familia.	P. 95
--	-------

Índice de Figuras

Figura 1. Los hallazgos en investigaciones internacionales.	P. 18
Figura 2. Características de la investigación acción.	P. 34
Figura 3. Técnicas e instrumentos utilizados.	P. 41
Figura 4. Ciclo reflexivo de la investigación-acción.	P. 44
Figura 5. Tipos de familia.	P. 50
Figura 6. Elementos considerados para la planeación.	P. 64
Figura 7. Retos de la práctica docente desde la planeación.	P. 68
Figura 8. Carteles realizados con el apoyo de los padres.	P. 72
Figura 9. Implementación del oso de peluche.	P. 79
Figura 10. Vaso de la calma.	P. 86
Figura 11. Cartas para los compañeros.	P. 88
Figura 12. Uso de tecnologías en el salón.	P. 90

Introducción

En tiempos recientes la educación socioemocional ha cobrado una alta relevancia en el ámbito educativo, como un elemento del desarrollo necesario para la adquisición de conocimientos de los alumnos y su óptimo desenvolvimiento en los diferentes aspectos de la vida. La tesis que aquí se presenta aborda precisamente una temática del desarrollo socioemocional. Se trata de la autorregulación, problemática factible de presentarse dentro de cualquier nivel educativo, sin embargo, es importante su detección temprana dentro del preescolar para poder actuar de forma inmediata en beneficio del alumnado.

El nivel de educación preescolar toma gran importancia en el desarrollo de todo individuo debido a que después de la educación inicial es el espacio donde los alumnos pueden ir construyendo su propio aprendizaje y en muchas ocasiones cuando los menores no han acudido a la educación inicial. Este es el primer espacio de educación donde los pequeños inician la etapa de escolarización que habrá de cuidar su desarrollo integral para que ellos: las niñas y los niños puedan desenvolverse dentro de la sociedad de la mejor manera, y así ir atendiendo cada una de sus necesidades individuales y sociales.

El presente estudio acerca de la autorregulación a través de la cooperación se desarrolla en el jardín de niños “A M O” donde se observó que el grupo de primero de preescolar mostraba poca autorregulación emocional. La carencia en el manejo de las habilidades socioemocionales, genera desconocimiento de cómo manifestar sus emociones, lo que suele repercutir de forma significativa en su desarrollo integral.

El problema detectado en el aula, dio lugar a la búsqueda de investigaciones acerca del tema, a profundizar en los elementos de por qué ocurría lo observado en el grupo de primer grado de preescolar donde me desempeñaba como docente en formación. La detección de la problemática permitió plantear las siguientes preguntas de investigación y objetivo general.

Preguntas

- ¿Cómo se manifiesta la autorregulación emocional en las niñas y niños de primer grado de preescolar?
- ¿Cómo se puede favorecer el desarrollo de autorregulación emocional en niñas y niños de primer grado de preescolar a través de la cooperación?
- ¿Cuál es el rol docente para favorecer el proceso de autorregulación a través de la cooperación en un primer grado de preescolar?

Objetivos

Objetivo General:

Favorecer la autorregulación emocional de niñas y niños a través de la cooperación con otros para mejorar el desarrollo integral en primer grado de preescolar.

Este trabajo de tesis, del nivel de licenciatura está estructurado en cinco apartados, en el que se desarrollan diferentes aspectos que conforman parte de la estructura y cuerpo del documento:

Capítulo 1. Planteamiento del problema. Con base en la observación se seleccionó y delimitó la problemática a tratar con la población a lo largo del tiempo de investigación. En este apartado se encuentran los datos para entender y comprender el por qué de la presente temática de investigación, a fin de dar mayor profundidad a la problemática realicé un acercamiento diagnóstico que me permitieran determinar, los antecedentes, la justificación, la problematización, objetivo general y específico y preguntas del objeto de estudio.

Capítulo 2. Estado del arte. A partir de la selección del tema, se partió a la búsqueda y recopilación de investigaciones cuya publicación no fuera mayor a cinco años, con el objetivo de rescatar aportaciones al tema de estudio, mismos que dieron pie a entender desde otras perspectivas la problemática de autorregulación, motivo de la presente trabajo de investigación. Los resultados de la búsqueda se presentan en tres subapartados: resultados de investigaciones locales, nacionales e internacionales.

Capítulo 3. Marco teórico. En este apartado se incluyen las definiciones sustentadas por diversos autores de los distintos conceptos que se encontraron al momento de realizar la investigación, los cuales son importantes para conocer acerca del tema. Además de que son base de otros capítulos, es así como se destaca el significado de una teoría que me permita entender y explicar la autorregulación emocional y la cooperación.

Capítulo 4. Metodología. En este apartado específico el desarrollo de técnicas y herramientas empleadas seguidas en la problemática presentada a través de la investigación acción. Así como la forma de análisis de la información obtenida.

Capítulo 5. Resultados. En esta parte del documento doy a conocer los resultados recabados a partir de dos categorías de diagnóstico y tres que derivaron de las intervenciones planificadas que se llevaron a cabo dentro del aula durante los periodos de intervención como docente en formación, donde se evidencia la atención ofrecida, progreso y las mejoras obtenidas con el alumnado, respecto a la problemática de autorregulación en el grupo.

Por último, se podrá encontrar el espacio de conclusiones de la investigación desarrollada en un grupo de primero de preescolar, en donde se enfatizan los resultados

logrados a partir de los objetivos que fueron guía para la construcción de dicho estudio. Haciendo mención de los principales logros y dificultades que se tuvieron que afrontar en el transcurso de este trayecto. Además, en esta tesis se incluyen un apartado de las referencias que dan fundamento teórico de esta investigación y se agregan los anexos del estudio.

Capítulo 1. Planteamiento del Problema

El desarrollo integral del niño en edades tempranas constituye una prioridad de la tarea educativa. En el nivel de educación preescolar atender los procesos asociados al desarrollo socioemocional es una tarea que ha estado implícita en los programas de estudio sin embargo los contenidos curriculares no correspondían con ese interés. La tesis que aquí se presenta se refiere en concreto a la autorregulación emocional de las y los niñas de educación preescolar en el primer grado. Bajo el entendido que la autorregulación es la habilidad de poder entender y controlar las emociones positivas o negativas que surgen ante diferentes situaciones.

La regulación emocional impacta sustancialmente el comportamiento: determina la manera en que las personas evalúan lo que les acontece y sus reacciones ante las demandas cotidianas del entorno, así como el empeño que ponen en su trabajo, cuánto aprenden y con quiénes y cómo se relacionan, entre muchos otros aspectos centrales de su vida. (Gómez y Nazira, 2016, p.110)

En este primer capítulo se plantea la problemática a investigar, aquí expongo de manera detallada algunos de los antecedentes y la justificación tanto personal como profesional que me llevó a la selección del tema de estudio relacionado con la mejora en la autorregulación a través de la cooperación en un grupo de primer grado de educación preescolar.

A fin de dar amplitud a la temática de estudio, también desgloso de manera breve el lugar donde ocurre la problemática, resaltando las observaciones que como docente en formación desarrollé, así como un acercamiento diagnóstico que me dio elementos para hacer el planteamiento de los objetivos, preguntas y supuesto de investigación en los que me basé para dar seguimiento al desarrollo del estudio, no solo para conocer por qué ocurren estas problemáticas, porque en esta tesis habré de mostrar acciones de intervención para atender y de alguna manera mejorar los procesos de autorregulación de las niñas y niños de un primer grado de educación preescolar en una escuela pública ubicada en la ciudad de San Luis Potosí, México.

Antecedentes del Problema

La autorregulación suele ser un proceso complejo para cualquier persona, ya que implica el saber controlar y manejar las emociones de manera que nos sea posible interactuar ante una sociedad. Se trata de un proceso que por años se creyó que era solamente interno,

inherente a la persona, sin embargo, los estudios han demostrado que es un proceso que se construye en la interacción con los otros y es así como se manifiesta de manera personalizada por cada individuo, es decir que la autorregulación requiere de la comunicación, diálogo y acciones con los demás. Algunos autores como Díaz (2022) y Guerrero (2024) indican que, si se promueve y guía a los individuos de manera temprana y oportuna en rutas de autorregulación, ésta formará parte del desarrollo, no de un problema.

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2020), a partir de estudios realizados en los Estados Unidos sobre la inteligencia emocional, las personas que tienen un coeficiente emocional (EQ) alto tienen menos problemas de salud tanto físicos como mentales, ya que utilizan diversas estrategias para la resolución de problemas. Aunado a ello, La Organización de las Naciones Unidas (2021) hace referencia que los niños que asisten al preescolar para una educación temprana muestran niveles altos de autorregulación emocional e incluso tienen mayor apertura con sus compañeros al desarrollar la empatía para entender las emociones que experimentan los demás.

En nuestra sociedad, durante años no se le prestó atención al aspecto socioemocional de las personas, lo dejaban de un lado por creerlo un proceso secundario o insignificante en el desarrollo del ser humano, sin embargo, gracias a diferentes investigaciones se pudo comprobar que el área emocional es elemento clave para la adquisición de otros conocimientos y habilidades, mismos que harán que una persona tenga un desarrollo completo.

Dentro de la educación gradualmente se ha dado relevancia al trabajo en el área socioemocional dentro de las aulas, empezando a implementar contenidos en los planes y programas de estudio referentes al trabajo con uno mismo, es decir, desde el plano emocional, enriqueciendo así los conocimientos y competencias que se busca desarrollar dentro del aula para que esos procesos regulados se utilicen en los contextos inmediatos de los alumnos.

Desarrollar la autorregulación emocional implica trabajar en el autoconocimiento de sí mismo para reconocer las fortalezas y habilidades propias, pero, sobre todo, identificar el sentir, conocer qué causan esas diversas situaciones, porque conocernos emocionalmente nos permite tener mayor confianza y seguridad, elementos que toman relevancia al momento de tomar decisiones, ya que, nuestras emociones influyen de manera significativa en el pensar y actuar.

Según Cano y Murcia (2023) los programas de educación emocional deben estar presentes en todas las etapas posibles de la vida, lo que implica un aprendizaje continuo y permanente. Por ende, al comenzar desde la infancia se necesita de los agentes que forman parte de su primer entorno de aprendizaje, es decir, de la familia o tutores, para posteriormente asociar al contexto escolar y social.

Es importante tener en cuenta que la autorregulación emocional no se comienza únicamente en las escuelas, sino que inicia desde que el infante tiene experiencias con su propio entorno, enfrentando diferentes actividades que se presentan en su vida cotidiana y que pueden generar un reto significativo para él, en donde podrá a prueba su propio manejo y control de acciones, respuestas y comportamientos.

En la escuela el docente es el principal encargado de darle guía y orientación a los alumnos en todos los casos que sea necesario, por lo tanto, en este ambiente el enseñante será el responsable de propiciarles las herramientas necesarias para que tengan una buena autorregulación emocional. Sin embargo, esto no es posible sin el apoyo y acompañamiento de los padres de familia, quienes básicamente son el primer modelo a seguir del alumnado, es así, como los padres de familia y el personal docente han de trabajar de la mano para el bienestar integral de los niños.

Los niños que presentan dificultades para poder autorregular sus emociones por lo general, suelen reaccionar de forma negativa o cambiante ante ciertas situaciones, lo que origina que sean menos aceptados por otros niños. En comparación con aquellos que actúan de manera más tranquila y controlada a sus emociones, prestan mayor atención y son capaces de enfrentar los problemas que se les presenten.

El docente tiene el poder y la responsabilidad de propiciar en los alumnos un desarrollo integral, utilizando diferentes herramientas para realizar su planificación de actividades o acciones con las que intervendrá frente al grupo tratando de abordar dicha problemática. La planificación será la base de su actuar y por ello, y las características e intereses de los alumnos el complemento para una mejor atención en el área de la autorregulación emocional.

El autor Becerra (2022) aseguraba que los diferentes tipos de juego son una estrategia fundamental para desarrollar en los alumnos la autorregulación emocional, ya que, mediante su implementación se presentan experiencias nuevas donde las niñas y niños experimentan con diversas emociones intentando atenderlas para poder continuar con el juego. Por otro lado, Guerrero (2024) al realizar su investigación acción mencionó que una de las estrategias

más beneficiosas para el manejo y control de las emociones del alumnado son los ejercicios de meditación y relajación, mismos que les permiten tener un mayor equilibrio mental para poder alcanzar un estado de calma.

Existen diversas formas de adquirir aprendizajes a nivel emocional entre ellas se encuentran las que se mencionaron anteriormente, las cuales tienen la característica que se pueden realizar cada una de ellas de forma cooperativa. La cooperación es cuando las personas se ayudan entre sí para poder alcanzar un objetivo en común. Al respecto Rodríguez y Ortiz (2021) nos mencionan:

Este tipo de metodología se basa en realizar actividades y tareas de manera grupal en el aula. Esto favorece al desarrollo integral del niño y la niña de numerosas formas, pues le permite aprender de manera experiencial a la vez que trabaja valores transversales. Por ejemplo, se trabaja la relación entre iguales, la socialización, el respeto, la resolución de conflictos, la empatía, etc. (p. 5)

Justificación

La problemática del presente documento surge por diferentes experiencias personales vividas a lo largo de la infancia, porque mi memoria me hace recordar que en lo personal fui una niña tímida, insegura, lo que dio pie a que no expresara de manera correcta mis emociones, ni siquiera con mi propia familia o amigos más cercanos, recuerdo y me dicen que llegué a mostrar episodios de enojo, que no me controlaba y me costaba trabajo convivir con las demás niñas y niños. Hoy sé que reprimía cualquier emoción para que únicamente yo pudiera saber mi sentir. Debo decir que al reprimir esas emociones se convirtió en un riesgo para mí, debido a que no dejaba ir los acontecimientos que me habían hecho sentir mal.

Considero que en el desarrollo de mi etapa de estudiante de primaria tenía una pobre autorregulación emocional: era una niña que no compartía con los demás mi sentir y que, además, tenía un escaso conocimiento de mí misma, por lo tanto, era necesaria la aprobación externa de los adultos en muchas acciones que desarrollaba. Considero que conforme fui creciendo cambiaron las cosas gracias a los aprendizajes adquiridos en secundaria, preparatoria e incluso a nivel licenciatura, pero es algo que regularmente me pregunto ¿Cómo apoyar a las personas en su autorregulación? ¿Qué importancia tiene la autorregulación en el desarrollo socioemocional? ¿Cómo afectan una pobre autorregulación emocional el desarrollo cognitivo de una niña o niño en edad preescolar y los demás grados de la educación?

Con esas mismas preguntas llegué a la formación para docente en la Licenciatura en Educación Preescolar. Y comencé a abrir mi mundo y por tanto a observar con mayor atención lo que ocurría con las niñas y niños en cuanto a sus emociones y, en especial, qué ocurría con sus procesos de autorregulación. Ahora me pregunto, cuándo era necesario que como docente se trabajarán esa área y, sobre todo, qué tanta atención puse para aprender cómo las docentes titulares atendían lo relacionado con esa área socioemocional y qué podía yo hacer como docente en formación.

Profesionalmente, considero que si a los niños de preescolar se les brindan las herramientas adecuadas durante su formación educativa ellos serían capaces de expresar, entender y sobre todo identificar, orientar y encauzar sus emociones, y así responder de manera adecuada ante cualquier tipo de situación que les permita relacionarse con otros, evitando situaciones de conflicto y promoviendo una convivencia pacífica con los miembros de la comunidad.

Como docente en formación, estoy convencida de que el estudio de la autorregulación emocional a partir de los procesos de cooperación en el grupo, permite que las y los niños muestren apoyo mutuo para la resolución de problemas, al manifestar distintas maneras de actuar y encontrar de forma conjunta soluciones beneficiosas para los involucrados.

Contextualización

El espacio educativo de educación preescolar donde identifiqué la problemática se encuentra en una colonia popular de la ciudad de San Luis Potosí, México. En las proximidades del centro educativo de preescolar se puede observar una alta demanda económica debido a la presencia de diversos establecimientos; escuelas tanto de sector público como privado, papelerías, tiendas de abarrotes, negocios de comida, estéticas, panaderías, dulcerías, entre otros. Además, la colonia cuenta con banquetas, alumbrado público, alcantarilla de drenaje pluvial, así como el acceso de personas y vehículos.

El jardín de niños diurno “AMO” pertenece al sector público, se ubica en la Colonia Industrias de San Luis Potosí, S.L.P. El presente estudio se desarrolló en el grupo matutino de primer grado de preescolar, cuenta con 15 niños de los cuales 9 son niñas y 6 son niños de edades de aproximadamente 3 años recién cumplidos y los 3 años 6 meses.

En la institución se puede encontrar una cancha techada, zona de juegos, áreas verdes, baños para niñas y niños, un salón multimedia, dirección y siete salones correspondientes a los diferentes grados que se otorgan en el nivel de educación preescolar,

cinco aulas se comparten con el turno vespertino de dicha institución, el cual cuenta con sus propias docentes y directora.

El grupo de docentes que se encuentra trabajando en el preescolar manifiesta una buena actitud para el trabajo con los niños. Ellas realizan de manera conjunta diferentes actividades para el desarrollo integral del alumnado. Sin embargo, en base a lo observado aún presentan retos para el desarrollo emocional del alumnado, mucho más los docentes de las clases de educación física y de música, quienes en ocasiones se deslindan de dicho proceso y dejan que las docentes titulares se encarguen de los niños que presentan sus emociones negativas como: enojo lo cual a su vez lleva a berrinches de los pequeños.

Lo Observado y Diagnosticado

Cabe mencionar que yo ingresé al centro escolar a inicios del ciclo escolar 2024-2025. Durante dos semanas se realizó en la escuela un diagnóstico general de los grupos, entre ellos el primer grado, una de las intenciones era la de identificar cómo se daban los procesos de desarrollo socioemocional.

De manera personal yo quería indagar qué pasaba con la autorregulación. Para ello, fue necesario utilizar como herramienta principal la observación, la cual, me brindó los elementos necesarios para conocer más acerca de este proceso y así construir una guía de observación, una guía de entrevista para conocer datos y obtener resultados de los niños que me informará de la autorregulación a manera de diagnóstico. El ejercicio me permitió comprobar que los alumnos de primero de preescolar cuentan con un alto nivel de dependencia de los demás para realizar ciertas acciones básicas de su edad.

También observé que de manera continua los alumnos dudan de ellos al momento de tomar decisiones o simplemente en su actuar cotidiano, por ejemplo; cuestionan acerca de qué color tienen que utilizar para pintar su dibujo, buscan tener el apoyo de alguien más para realizar actividades escolares y recurren a imitar lo que su otro compañero hace, dice o incluso lo que siente.

Me encontré que varios niños del grupo no controlan sus impulsos al momento de presentar una emoción fuerte como el enojo. Por lo general, ante situaciones adversas para ellos acostumbraban llorar de manera descontrolada e incluso llegar a la violencia física tanto con sus compañeros del salón como con niños de grados mayores. Bajo dichas observaciones se decidieron realizar los siguientes objetivos:

Objetivos

Objetivo General

Favorecer la autorregulación emocional de niñas y niños a través de la cooperación con otros para mejorar el desarrollo integral en primer grado de preescolar.

Objetivos Específicos

- Conocer los procesos de autorregulación emocional de niñas y niños en primer grado de educación preescolar.
- Diseñar actividades encaminadas al desarrollo de la autorregulación emocional a través de actividades cooperativas para fortalecer el desarrollo integral de niñas y niños de primer grado de preescolar.

Preguntas

- ¿Cómo se manifiesta la autorregulación emocional en las niñas y niños de primer grado de preescolar?
- ¿Cómo se puede favorecer el desarrollo de autorregulación emocional en niñas y niños de primer grado de preescolar a través de la cooperación?
- ¿Cuál es el rol docente para favorecer el proceso de autorregulación a través de la cooperación en un primer grado de preescolar?

Objeto de Estudio y Supuesto de Investigación

Objeto de Estudio

La autorregulación en los niños de primer grado de educación preescolar

Supuesto de investigación

La autorregulación emocional en las niñas y niños de primer grado de preescolar se puede favorecer a través de la cooperación entre ellos logrando así una mejora en su desarrollo integral.

Capítulo 2. Estado del Arte

La búsqueda sistematizada de diversas indagaciones acerca de la autorregulación emocional durante la primera infancia me permite ampliar el conocimiento acerca de lo que otros autores han investigado, así como descubrir nuevas vertientes de la temática que es de mi interés con fines de construir y afinar la problemática de investigación. Los medios actuales de comunicación como el internet, ayudaron a la recolección de investigaciones enfocadas en procesos de autorregulación emocional de las niñas y niños de educación preescolar.

En el presente capítulo se integran investigaciones recolectadas en repositorios y bibliotecas digitales pertenecientes de distintos lugares dentro y fuera del país. El criterio de selección de dichas investigaciones se basó en que fueran estudios recientes, publicadas en los últimos cinco o seis años aproximadamente para el análisis de información que refleje la situación actual del tema.

Se organiza en tres secciones para poder comprender los diferentes contextos en donde se puede llegar a presentar el tema. En lo que respecta a las investigaciones locales se encontró que los docentes juegan un papel importante al propiciar ambientes seguros donde los niños y las niñas puedan interactuar y favorecer su desarrollo emocional.

En tanto que a través de las investigaciones nacionales pude entender que se utilizan diversas estrategias para poder favorecer la autorregulación emocional, como el uso de diferentes programas y proyectos realizados por los propios docentes, donde también destacan la importancia que tiene el juego para orientar el aprendizaje socioemocional.

Por último, las tres investigaciones consultadas a nivel internacional me permitieron dar cuenta de los factores que forman parte de la autorregulación emocional del alumnado, destacando principalmente el papel de la familia para el trabajo colaborativo con los docentes a favor del desarrollo integral de los alumnos.

Investigaciones Locales

Para la base de datos de esta investigación seleccioné cuatro documentos recepcionales que orientan el estudio de esta temática en el repositorio de la biblioteca de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado (BECENE) de San Luis Potosí.

Dentro de estas investigaciones busqué específicamente aportaciones hechas por los investigadores normalistas acerca del desarrollo de la autorregulación emocional en

educación preescolar, con el fin de relacionar y comparar los resultados obtenidos de varios autores, tal como se muestra en la tabla 1.

Tabla 1

Indagaciones locales de licenciatura relacionados con la autorregulación emocional

Autor (es)	Fines y características de la investigación	Resultados y aportaciones
Becerra, S. (2022). "El juego como estrategia para trabajar las emociones y ellos el manejo de sus favorecer la socialización en el preescolar".	La investigación se centra en fomentar el trabajo colaborativo en los alumnos de preescolar con el objetivo de desarrollar en ellos el manejo de sus emociones utilizando el juego como estrategia. Para utilizar el juego como estrategia se tomaron en cuenta los diferentes tipos que existen; juego funcional, juego de construcción, juego simbólico y juego de reglas.	Se reconoce que el juego fue el principal propiciador de diferentes situaciones que permitieron a los alumnos socializar y trabajar en equipo por medio de la cooperación. Los juegos les dieron la oportunidad a los alumnos de experimentar diversas situaciones emocionales, mismas que se fueron trabajando durante las actividades aplicadas, generando cambios significativos en sus comportamientos al mostrarse más empáticos y tolerantes.
Quiroz, K. (2023). Estrategias socioemocional es para favorecer la autonomía en un grupo de educación preescolar.	El objetivo general es promover el desarrollo de habilidades socioemocionales en los alumnos de educación preescolar con ayuda de la implementación de estrategias que faciliten el desarrollo autónomo. Cada una de estas actividades se analizó bajo el ciclo reflexivo de Smith, el cual consiste en cuatro partes; la descripción,	Con cada una de las estrategias y actividades aplicadas en el grupo se lograron ampliar los conocimientos de los niños, así como se pudieron notar avances considerables en cuanto su comportamiento y actitudes. Los alumnos se notaban más confiados, se mejoró la interacción y relación con los padres de familia, desencadenando la materia prima

explicación, confrontación y de la inteligencia interpersonal.
reconstrucción.

Díaz, J. (2022). Se busca reflexionar acerca del Se da a reconocer la importancia del
Desarrollar la diseño y aplicación de las rol docente para fomentar la
autorregulación secuencias didácticas para autorregulación de los alumnos, al
emocional en favorecer el desarrollo de la igual que el papel de los padres de
niños y niñas de autorregulación de las familia o tutores para orientarlos
segundo grado emociones en los niños y niñas durante el proceso.
de preescolar. de educación preescolar.

Se llevaron a cabo tres El desarrollo de la autorregulación
actividades con diferentes emocional promueve la convivencia
propósitos en cuanto a y el desenvolvimiento social entre el
autorregulación emocional del alumnado y sujetos de su propia
alumnado, utilizando como comunidad o con aquellos que son
método de reflexión el ciclo de más cercanos.
Smith.

Es necesario respetar el tiempo del
proceso de las actividades que los
lleven a conocer e identificar sus
emociones.

Guerrero, E. Fortalecer la autorregulación de Gracias a la construcción de un plan
(2024). las emociones en los alumnos de de acción se lograron planificar
Fortalecimiento tercer grado de preescolar por actividades para que los alumnos
de la medio de la implementación de pudieran alcanzar la autorregulación
autorregulación un plan de intervención, emocional.
de las conformado por una variedad de

emociones en estrategias para así, desarrollar La autorregulación emocional da
alumnos de su sentido de identidad y a la vez pauta a que los niños puedan
preescolar. el trabajo colaborativo. conocer sus emociones y así poder
gestionarlas y controlarlas. Una de

Se diseñaron actividades que le las estrategias principales fue la
ayudarán a los alumnos en el meditación y relajación, ya que, a
conocimiento y manejo de las partir de ella, se puede controlar la
emociones, por lo que se generó mente, mejorar el equilibrio,

un plan de acción, mismo que se analizó en base al método del ciclo reflexivo de Smith.

concentrarse y poder alcanzar un estado de calma.

Se destaca que el propiciar un ambiente de confianza dentro y fuera del aula, ayudó a que los alumnos se motivaron a hablar acerca de sus emociones y sobre lo que sienten en diferentes situaciones de su vida diaria.

Nota: Elaboración propia

Los estudios revisados me indican la importancia que tiene el docente por ser el responsable de crear ambientes óptimos para el desarrollo de los alumnos. El docente en formación, rol que tenían los investigadores consultados, tuvieron en todo momento el papel de propiciadores de conocimientos a través de diversas actividades, las cuales previamente necesitan ser planificadas en base a las necesidades e intereses de los alumnos.

Investigaciones Nacionales

La búsqueda de investigaciones por la web me llevó a localizar experiencias de investigación desarrolladas en diversos estados de México. Los autores hablan desde su propia experiencia, ellos revelan aquellos acontecimientos que les parecieron fundamentales para el desarrollo de su propia investigación.

En el estudio denominado “Autorregulación de las emociones en niños y niñas de tercero de preescolar” presentado por Flores (2022), realizada en Ciudad de México se siguió una metodología basada en la investigación-acción a distancia por la pandemia del Covid-19, abordando la problemática de la pobre expresión de emociones en los alumnos y sus reacciones de forma impulsiva ante diversas situaciones.

Al tratarse de una investigación acción, la autora propone la implementación de acciones en un proyecto dividido en tres fases: sensibilización, vinculación e intervención, cuya finalidad es la atención, el reconocimiento, la empatía y la autorregulación en los niños de preescolar:

- La fase de sensibilización tiene el propósito de informar y concientizar a los padres de familia sobre la importancia del área socioemocional para el logro de las relaciones interpersonales y control de las emociones.
- La fase de vinculación propone a los padres de familia se involucren en la adquisición de estrategias para el trabajo de aspectos socioemocionales de los niños.
- La fase de intervención es donde se llevan a cabo los proyectos didácticos en torno al desarrollo socioemocional considerando el objeto de estudio y los contenidos señalados en los programas de aprendizaje.
- Se planearon 16 proyectos didácticos en búsqueda de propiciar en los alumnos el aprendizaje centrado en la educación socioemocional. Las actividades más significativas para que los alumnos pudieran expresar e identificar sus sentimientos y destrezas fueron juegos de equilibrio, juegos de obstáculos, juegos de mesa, bailes, pausas activas.

Otra de las investigaciones fue “Evaluación de un programa para incrementar habilidades de autorregulación en niños de edad preescolar” realizada por Morales (2018) en la Universidad Autónoma de Nuevo León. Esta indagación se destaca por la implementación del programa estadounidense RainbowDance fundado en 1988 por Boston Children 's Foundation, implementado en Europa, Asia y África.

El programa Rainbow Dance tenía como objetivo aumentar las habilidades de autorregulación en los niños de preescolar a través de una sesión con duración de una hora a la semana para implementar herramientas de las terapias de artes expresivas y técnicas sociocognitivas para aumentar las habilidades de autorregulación emocional, la atención y el comportamiento.

- El autor nos indica que el programa aplicado resultó ser una buena herramienta para incrementar las habilidades de autorregulación de los niños.
- El programa aplicado dio pie a que el autor pudiera evaluar e intervenir en la autorregulación emocional de los alumnos de manera más integral a partir del test PSRA, el cual fue diseñado para evaluar los aspectos emocionales, atencionales y de comportamiento de la autorregulación.
- Se da a entender que el programa beneficia más a los niños que tenían una autorregulación baja a comparación de aquellos que comenzaron con un nivel alto.

La última investigación a nivel nacional es de Ixtlahuaca, Estado de México por la autora Ponce (2020), la cual, presenta una investigación cualitativa sobre la autorregulación emocional en los alumnos de preescolar para propiciar ambientes de convivencia. Para ello, orientó su intervención a desarrollar acciones que estuvieran encaminadas al área socioemocional; dándole seguimiento al autoconocimiento, la autorregulación, la autonomía y la colaboración en los alumnos.

- La autora recomienda que se brinde una educación integral, donde se amplíen los conocimientos de los niños y se deje un aprendizaje significativo, pero sin dejar de lado otros puntos importantes que contribuyen a la educación como es el caso de los valores, la personalidad y las relaciones sociales y emocionales.
- Se enfatiza que cuando los niños observan las actitudes o comportamientos que tienen otras personas de su alrededor suelen imitarlas pensando que son correctas, por ello, se considera que la autorregulación emocional debe de tratarse de manera grupal, empleando un ambiente donde todos y todas tengan la oportunidad de desenvolverse.
- Se recalca la importancia que tiene el uso de una estrategia adecuada para los alumnos, tomando en cuenta sus características, la orientación del aprendizaje, actividades y espacios.

Los aprendizajes que me dejaron las tres investigaciones consultadas fue que se pueden crear diferentes estrategias para poder abordar la educación socioemocional, empleando el uso de proyectos bien estructurados en base a diferentes estrategias como el juego o diferentes programas utilizados por otros investigadores más experimentados. Un aspecto de suma relevancia para mí fue encontrar que en un trabajo se da gran relevancia al trabajo colaborativo, porque es una de las intenciones de la presente tesis de investigación: trabajar una fase de intervención para atender la autorregulación.

Investigaciones Internacionales

Se analizarán tres documentos internacionales, los cuáles fueron realizados en diferentes países de habla hispana con el fin de indagar acerca de las perspectivas que se tienen fuera de México. La primera investigación se realizó en la universidad de Salamanca, España, bajo el nombre de “La autorregulación emocional en niños/as de segundo ciclo de infantil: relación con el estrés familiar y recomendaciones para su promoción desde el contexto escolar” por Iglesias (2024).

- La autora realizó un estudio para identificar el nivel de estrés que tenían los padres y madres de familia, detectando que son las madres de familia las que están más agotadas emocionalmente o estresadas, tendiendo a suprimir sus emociones. Dicha supresión de sus emociones explica que su estrés no afecte en la autorregulación emocional de sus hijos o hijas.
- Se propone que se diseñen y se pongan en práctica programas y proyectos para la promoción de la autorregulación emocional, especialmente en niños que tienen una situación familiar más compleja.
- Los niveles altos de estrés se relacionan con un clima emocional familiar más negativo y con una mayor dificultad para funcionar como reguladores externos de las emociones de sus hijo/as, llevar a cabo prácticas de crianza adecuadas para responder de forma comprensiva y apropiada a las emociones de los niños.
- Los juegos de reglas les ayudan a entender la necesidad de seguir ciertas normas y de regular sus emociones o deseos. De la misma forma, los juegos cooperativos favorecen la empatía, las conductas prosociales y la comunicación, así como el aprendizaje por imitación.
- Se debería de ofrecer una atención individualizada para cada uno de los alumnos, prestando atención en sus dificultades y sus logros, ya que, la autorregulación emocional depende de factores internos y externos.

Por otro lado, en Chiclayo, Perú, la autora Herrera (2024) realizó la investigación titulada “Programa de actividades para potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años” bajo la metodología cuantitativa para atender la problemática que los niños y niñas no sabían actuar ante un problema o dificultad que se les presentaba y comenzaban tener actitudes como gritar, pegarles a sus compañeros, molestarse o lanzar objetos al piso.

- La autora propone el programa AUTEMO KIDS, el cuál buscaba potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años mediante diversas actividades que considerarán sus características, necesidades e intereses de los niños.
- Dicha investigación utilizó el método deductivo para organizar la información de los elementos, las operaciones de las variables y la redacción de la situación problemática a estudiar.
- Para la realización de las actividades se tomaron en cuenta las siguientes dimensiones: autocontrol, confiabilidad, integridad, adaptabilidad e innovación. La dimensión de autocontrol busca desarrollar en los alumnos el propio manejo de las

emociones. La confiabilidad potencializa el respeto y la amabilidad dentro del aula. La dimensión integridad pretendía lograr que los niños identificaran sus emociones para generar cambios en su cuerpo. La adaptabilidad propone que los niños y niñas reconozcan la importancia de tener una familia que les ayude a afrontar los cambios de su vida. Por último, la dimensión innovación plantea actividades donde se busca que los niños aprendan a ser solidarios con las demás personas al momento de estar sintiendo una emoción.

- Dentro de la investigación se considera importante que, tanto los docentes como los padres de familia mantengan una relación estrecha para que ambos trabajen en torno a la formación de los niños y niñas respecto al ámbito emocional.

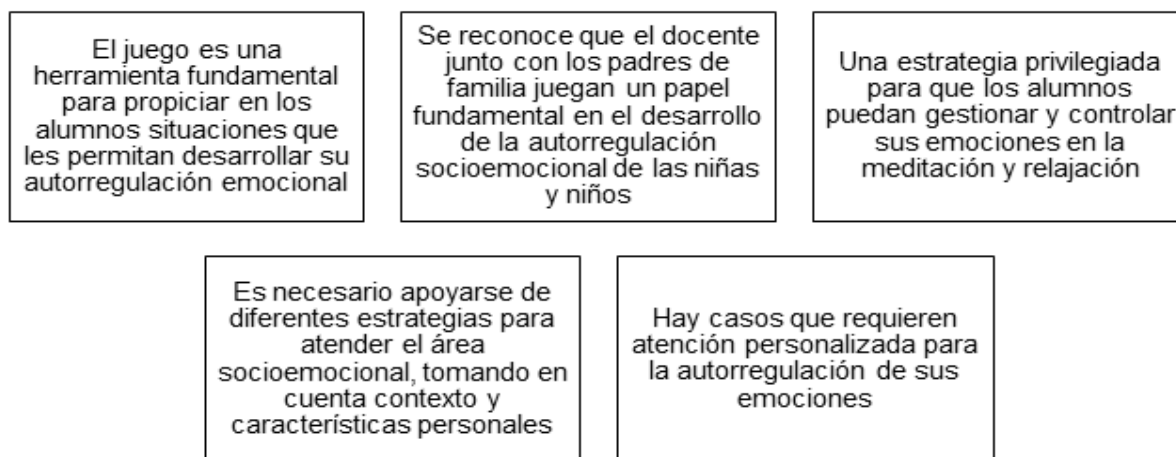
Otro estudio que lleva por título “Caracterización de las prácticas pedagógicas dedicadas a la autorregulación emocional como estrategias para la resolución de conflictos en grados de preescolar” elaborado por Duarte (2021) en la Universidad de La Sabana, Colombia, se utilizó un enfoque cualitativo para realizar un aproximado de 10 entrevistas abiertas a docentes de educación infantil con el fin de obtener mayor información sobre la problemática.

- Los resultados permitieron concluir que algunos de los docentes orientan sus prácticas pedagógicas de autorregulación emocional a desarrollar las habilidades de los alumnos para ayudarles a ser conscientes de sus emociones y poder controlarlas, al igual que reflexionen sobre la conducta que se tiene en el aula y cómo puede mejorar.
- Las estrategias que aplican los docentes corresponden al modelo de autorregulación emocional de Barret y Gross, ya que orientan la forma en cómo se representan las emociones, el cómo los niños las perciben mentalmente y que son conscientes de ellas.
- Se considera pertinente que las instituciones educativas abran espacios de formación a padres y maestros donde se generen estrategias para la intervención ante situaciones de conflicto con los niños.

La búsqueda y análisis de información me permitieron conocer las diferentes variables estudiadas por otros autores, a continuación, presento algunas reflexiones a manera de resumen de algunos puntos importantes que logré identificar y resultan valiosos para el estudio de mi investigación.

Figura 1

Los hallazgos en investigaciones internacionales



A manera de conclusión del capítulo dos, puedo mencionar que las investigaciones recabadas me dejan un amplio conocimiento acerca de las diferentes perspectivas y variables estudiadas del tema de autorregulación emocional. Rescatando que son diversos los estudios que destacan la importancia de que los docentes actúen bajo una planificación previamente realizada para abordar el tema socioemocional dentro del aula, tomando en cuenta factores que están estrechamente relacionados con los alumnos como lo es su contexto y características personales.

Además, logro entender que el trabajo con otros iguales y el contexto son factores que determinan los procesos de autorregulación. Me causa agrado conocer qué recursos, estrategias o acciones educativas se han puesto en marcha porque puedo proponer algunas parecidas ante la problemática que pretendo atender.

Capítulo 3. Referente Teórico

En el presente capítulo se encuentran integrados los aportes teóricos que me han permitido entender qué es la autorregulación emocional, así como ser consciente de la relevancia que tal componente del desarrollo socioemocional tiene en cualquier edad. Tal como señala Fernández y Montero (2016) “es un proceso natural que puede desarrollarse a lo largo de toda la vida, aunque los primeros años son especialmente importantes, así como la influencia del ámbito familiar y escolar” (p.63).

En este capítulo comienzo con los apuntes acerca del constructivismo como una teoría del aprendizaje que entre sus planteamientos considera de suma relevancia la participación del aprendiz como persona y en su ambiente con los demás. Desde esta teoría se considera el desarrollo integral de las personas, incluidas desde luego las niñas y niños de educación preescolar. En este mismo apartado integro algunas ideas del desarrollo infantil de Wallon quien planteó cómo ocurre ese proceso.

En el segundo apartado del presente marco teórico integró aspectos nodales del desarrollo socioemocional, comenzando con las emociones, el desarrollo socioemocional, su relevancia en el ámbito educativo, y la relevancia en la escuela para cerrar con los énfasis que se propone en el planteamiento de la nueva escuela mexicana, respecto al desarrollo socioemocional.

Finalmente abordó lo relacionado con la cooperación como recurso en el proceso de enseñanza aprendizaje de las niñas y niños en edad preescolar, porque considero que es una metodología de trabajo importante para que todos en el preescolar puedan regular y controlar sus emociones con la ayuda de sus propios compañeros, sintiéndose en confianza de expresar y comunicar su sentir con los demás.

El Constructivismo a Favor del Desarrollo y Aprendizaje Infantil

Fue por el siglo XIX que los profesores comenzaron a comprender y estudiar cómo se produce conocimiento, dando origen a lo que hoy en día conocemos como teorías de aprendizaje. Según Fonseca y Bencomo (2011) las teorías de aprendizaje ofrecen explicaciones sobre el origen del conocimiento, abarcando desde los procesos psicológicos y lógicos involucrados en la obtención del aprendizaje.

Las teorías de aprendizaje conllevan a descubrir el objetivo de la educación, la forma en la que se va a enseñar y el para qué enseñar. Al hablar de aprendizaje no solo se hace referencia a los conocimientos propiciados en las instituciones educativas, sino a los

conocimientos que se utilizan a diario para la adaptación y desenvolvimiento en cada uno de los ambientes más próximos de cada individuo, los cuales se requieren obtener desde inicios de la vida.

Constructivismo

El aprendizaje constructivo es una de las corrientes de aprendizaje más importantes. Este modelo se enfoca en que los alumnos puedan construir su propio conocimiento a partir de conocimientos previos, dejando de un lado los sistemas tradicionales basados en la memorización y repetición.

En este modelo constructivista, los niños son agentes que constantemente están aprendiendo por diferentes medios, a tal medida que cuando entran a una educación escolarizada no llegan en blanco, traen consigo aprendizajes obtenidos de manera simbólica por experiencias previas, lo que les facilita el aprendizaje en la escuela al tratar de vincular los conocimientos propiciados en el aula con los conocimientos que ellos ya tenían respecto a un tema.

Vigotsky fue un psicólogo que creó la teoría denominada constructivismo social, la cual estaba enfocada en la construcción del conocimiento con la incorporación de la interacción social y cultural que rodea al niño, lo que deja a entender que la obtención del conocimiento no es un proceso individual sino todo lo contrario, se da a través de la interacción y convivencia con las demás personas, específicamente de aquellos que tienen un conocimiento avanzado.

En esta teoría, el papel del docente se vuelve esencial porque actúa como guía para el proceso de aprendizaje, al contar con conocimientos avanzados que ayuden a través de diversas herramientas y estrategias a los niños a la construcción de su propio conocimiento, lo cual Vigotsky describe como zona de desarrollo próximo.

La zona de desarrollo próximo es donde el niño tiene la oportunidad de aprender por medio de la ayuda de un adulto o de algún compañero que cuente con un conocimiento mayor, en otras palabras, es el espacio que existe entre lo que un niño puede hacer y lo que aún no puede hacer por su propia cuenta y para ello requiere de ayuda, lo cual es completamente normal y es preferible para el enriquecimiento de conocimientos.

Si se le ofrece ayuda o se le muestra cómo resolver un problema y lo soluciona, es decir, si el niño no logra una solución independientemente del problema, sino que llega a ella con la ayuda de otros constituye su nivel de desarrollo potencial. Lo que los niños pueden hacer con ayuda de “otros”, en cierto sentido, es más indicativo de su

desarrollo mental que lo que pueden hacer por sí solos. (Carrera y Mazzarella, 2001, p.43)

La teoría constructivista permite entender que el desarrollo de las y los niños no sólo parte del interior, sino que se construye en y con la interacción de los demás y por tanto los procesos del desarrollo socioemocional ocurren de esa misma manera.

Desarrollo Infantil

El filósofo Henry Wallon hacía referencia en su teoría de desarrollo infantil que la conciencia no se encuentra inmersa en el individuo desde el nacimiento, todo lo contrario, se va construyendo socialmente por medio de la simbiosis afectiva, es decir, por aquellas relaciones emocionales fuertes o muy intensas.

Según Wallon existen cuatro factores para explicar la evolución psicológica del niño; la emoción, el otro, el medio (físico, químico, biológico y social) y el movimiento (acción y actividad). Para Vargas (2007) Wallon coincide con lo que Vygotsky nos mencionaba en su teoría del constructivismo al afirmar que “el niño es un ser social desde que nace y que en la interacción con los demás va a residir la clave de su desarrollo” (p.7).

Además, Wallon pensaba que la emoción en el niño producía la individualización al tener una simbiosis afectiva con sus propios cuidadores o padres de familia que le posibilita el desarrollo. Sin dejar de lado que mencionaba que la expresión emocional era la base de todo medio de comunicación primitivo.

En base a su teoría Wallon creo 5 estadios, los actuales a continuación se expondrán de forma breve (Vargas, 2007):

1. De Impulsividad motriz y emocional (0-1 años): la emoción permite construir una simbiosis afectiva con el entorno
2. Sensorio-motriz y emocional (2-3 años): La actividad sensorio-motriz presenta dos objetos básicos. El primero es la manipulación de objetos y el segundo la imitación.
3. Del personalismo (3-6 años): Toma de conciencia y afirmación de la personalidad en la construcción del yo.
4. Del pensamiento categorial (6/7-11/12 años): La conquista y conocimiento del mundo exterior.
5. De la pubertad y adolescencia: Contradicción entre lo conocido y lo que se desea conocer.

En este sentido y tomando como base las ideas de Wallon y Vigotsky la autorregulación emocional como dice De Grandis y et al. (2019) puede depender de factores endógenos para interiorizar la capacidad de regulación cognitiva y emocional, al igual que, de factores exógenos donde el entorno familiar y socioeconómico juega un papel importante para el desarrollo de la autorregulación.

Desarrollo Socioemocional

Según Guil, et al. (2016) John D. Mayer y Peter Salovey definieron la inteligencia emocional como la capacidad que tiene el ser humano de manejar y controlar las emociones, con el fin de obtener conocimientos mismos que les permitirán dirigir los propios pensamientos y acciones. Se estructuró la inteligencia emocional en cuatro grupos jerarquizados que a continuación se presentan de manera breve:

1. Rama 1. Percepción, valoración y expresión de la emoción. Es la capacidad de identificar las emociones de uno mismo y de las demás personas.
2. Rama 2. La emoción como facilitadora del pensamiento. Las emociones se dirigen a brindar información importante para enfrentar los problemas que se presenten.
3. Rama 3. Comprender y analizar las emociones empleando conocimiento emocional. Consiste en conocer que las emociones se combinan y cambian de manera constante para el trato con los demás y la comprensión de uno mismo.
4. Rama 4. Regulación reflexiva de las emociones para promover el crecimiento intelectual y emocional. Es la capacidad de utilizar herramientas para la regulación de las emociones propias y la reparación emocional.

Las emociones constituyen el primer medio de comunicación del ser humano, por ello la importancia de reconocerlas y tener un conocimiento sobre estas. Para Guil, et al. (2016) las personas aprenden en base a la socialización, las personas aprenden a medida que interactúan con los demás, permitiendo la participación de forma efectiva en la sociedad, lo cual concuerda con las teorías de Vygotsky y Wallon antes presentadas.

Qué son las Emociones

Las emociones son reacciones naturales que surgen como una forma de adaptarnos a lo que pasa a nuestro alrededor. El autor Schwindt (2024) hace referencia que una emoción involucra el pensamiento, el estado fisiológico del cuerpo, el afecto y la acción expresiva, es decir, la reacción que se genera como respuesta a eventos externos o internos con una intensidad que se define dependiendo de la información recibida.

Para expresar nuestras emociones es necesario saber identificarlas y entenderlas tal y como son, las emociones se pueden presentar sin previo aviso en cualquier momento o situación, reconocerlas en uno mismo dará pie a que se puedan controlar de mejor manera en base:

La autorregulación se conforma de diversos aspectos, como el comprender las emociones de uno mismo en un principio, para después lograr reconocer las emociones de los demás, y posteriormente lograr regular emociones negativas como la ira o el enojo, y generar emociones positivas en la interacción con sus compañeros. La autorregulación emocional es un acto voluntario, requiere de la intención del alumno para hacerlo, si el niño no quiere autorregularse esto no será posible. (Esparza y Ramírez, 2024, p.421)

Bravo y et al. Mencionan que se cuenta con diferentes taxonomías para clasificar las emociones, entre ellas determinan que existen emociones primarias o también denominadas básicas, las cuales provienen de origen genético, por otro lado, están las emociones sociales que se ven influenciadas por el contexto y la experiencia de cada persona tanto en lo individual como en lo social. El miedo, la ira, la tristeza y la alegría se pueden considerar emociones básicas, mientras que dentro de las emociones sociales se encuentran la vergüenza, la culpabilidad, la simpatía, la envidia, entre otras.

Otra forma de clasificar las emociones es como; positivas, negativas o neutras. Aquellas que se consideran negativas como el miedo, la ira, la frustración, etc. requieren de más recursos para poder afrontarlas. Una tercera opción de clasificación ocurre cuando se combina en dos ejes las emociones positivas y el grado de activación, la activación alta se encuentran las emociones positivas y las negativas en una activación baja.

Regular las emociones de forma adecuada hace que se puedan alcanzar metas personales y sociales, a la par que mejora nuestro bienestar en general, al estar economizando recursos de nuestro propio cuerpo destinados a afrontar las situaciones que nos provocan emociones de cualquier tipo. Gómez y Calleja (2016) nos mencionan que “Los procesos que se desencadenan para modificar la emoción pueden ser automáticos o propositivos y estarán orientados a cambiar tanto la propia emoción como la situación, según las necesidades individuales y las demandas del entorno” (p.100).

Autorregulación Emocional

La autorregulación emocional es un concepto que poco a poco se ha ido introduciendo dentro de las investigaciones educativas por la relevancia que en los últimos años ha tenido.

Sin embargo, anteriormente el área socioemocional era un aspecto olvidado y opacado por la necesidad de querer cubrir otro tipo de conocimientos enfocados a otros intereses de la vida de las personas. Según Menjura (2022) fue hasta el año 2000 que se incrementó el interés por estudiar la autorregulación emocional en la primera infancia, es decir, con los niños de cero a seis años de edad.

Hoy en día, gracias a los avances y actualizaciones que las sociedades han ido teniendo con el paso del tiempo, se ha vuelto necesario que el ser humano cuente con otro tipo de habilidades que le permitan poder desarrollarse en diferentes áreas de la vida. La autorregulación emocional es una de esas habilidades, ya que, permite el manejo y control de las emociones ante cualquier tipo de situación.

La autorregulación refiere a la habilidad tanto de controlar como de modular las expresiones emocionales sean positivas o negativas y de adaptarse a situaciones emocionalmente desafiantes, implicando que el sujeto logre inhibir comportamientos percibidos como inapropiados en un contexto dado y privilegie comportamientos percibidos como socialmente esperados. (De Grandis, et al., 2019, p.74)

Expresar nuestras emociones forma parte de la autorregulación emocional, pero es el cómo las manifestamos lo que hace la diferencia de si contamos o no con esta habilidad. En ocasiones se pueden presentar situaciones que al ser emociones fuertes o que no se tenga un control de ellas hagan que no se reaccione de la mejor manera ante lo acontecido, llegando a afectar a terceras personas, por ello, se busca que las personas sepan autorregular su sentir. Lo anterior lo dejan en claro los autores Esparza y Ramírez (2024), al mencionar que:

La regulación emocional también implica la habilidad para responder a las demandas del medio, expresando emociones de una manera socialmente aceptable y lo suficientemente flexible para permitir reacciones espontáneas, así como la habilidad para tener un control sobre estas reacciones cuando sea necesario. (p.421)

La autorregulación emocional es una capacidad que se puede aprender con el paso del tiempo, por ello, se puede decir que forma parte de un proceso de mejora continua en las propias personas, en donde, según González (2020) es necesario adquirir los mecanismos adecuados para regular las emociones, de esta manera no se reprimirán y se podrá tener un sentido claro del qué y por qué se están sintiendo.

Cada individuo puede seleccionar en base a experiencias previas y a sus propias necesidades; mecanismos o procesos adecuados para poder regular sus emociones. Los

autores Gómez, y Calleja (2016) señalan tres procesos básicos para la regulación de las emociones:

1. La emoción tiene en sí misma mecanismos autorregulatorios. Una emoción, cualquiera que sea, no puede manifestarse por mucho tiempo debido a que implica una carga cognitiva y desgaste físico, por lo tanto, después de un tiempo la persona vuelve a la normalidad.
2. La valencia e intensidad de las emociones movilizan o paralizan. Las conductas o acciones que realicemos en base a una emoción modifican la intensidad de esta, en la mayoría de los casos causando una disminución de la emoción.
3. Las estrategias de regulación emocional modifican la emoción que se experimenta.

Oliveros (2018) destaca que la autorregulación emocional según Bisquerra y Pérez (2007) se relaciona con la emoción, la cognición y el comportamiento, por lo que afirma que existen algunas micro-competencias que forman parte de la regulación de emociones:

- Expresión emocional: Se refiere a la capacidad de expresar las emociones de forma apropiada para tratar de comprender el estado emocional interno.
- Regulación de emociones y sentimientos: Aceptar los sentimientos y emociones para ser regulados, incluyendo, la regulación de la impulsividad y tolerancia a la frustración para la prevención de los estados emocionales negativos.
- Habilidades de afrontamiento: Habilidad para afrontar retos y situaciones de conflicto.
- Competencia para autogenerar emociones positivas: Capacidad de autogenerar y experimentar de forma voluntaria las emociones positivas.

De manera general, se podría definir que la autorregulación implica tener la habilidad de controlar y regular no solo las emociones, sino también el comportamiento y la cognición, de forma que se pueda superar las tendencias naturales, deseos y conductas que surgen (Bisquerra y Pérez, 2007). Los autores De Grandis y et al. (2019) mencionan que el concepto de autorregulación puede considerar dos formas, una automática y otra controlada. La automática se basa en comportamientos que fueron realizados de forma no consciente, mientras que la controlada modifica las respuestas para poder llegar a un estado deseado.

Gross (2015) hace referencia que la autorregulación emocional es un proceso que se puede llevar a cabo en las personas de forma intrínseca y extrínseca. El proceso intrínseco como su nombre lo dice es aquel que se lleva a cabo de manera interna para regular las propias emociones, mientras que, la forma extrínseca, es cuando intervienen terceros en las

emociones, como es el caso en algunas ocasiones de los adultos influyendo en las emociones de los infantes.

Factores que Influyen en la Autorregulación Emocional

Dentro del proceso de la autorregulación emocional pueden influir diferentes factores para su óptimo desarrollo, mucho más en los infantes por ser individuos que aún están en proceso de descubrir y de explorar el mundo que los rodea, por ello, constantemente se ven influenciados por las personas que son más allegadas a ellos, como por ejemplo su familia o por las personas de su contexto más inmediato.

El primer espacio que un niño tiene para adquirir ciertas habilidades o conocimientos es dentro del ámbito familiar, sus padres o cuidadores serán los encargados del desarrollo integral del infante, incluyendo el aspecto emocional. Para iniciar con el proceso de autorregulación emocional la familia cumple con el papel de guía y modelo en los niños en torno a cómo manifestar y gestionar las emociones. Al respecto, López (2016) plantea que:

En las primeras edades escolares es necesaria la comunicación continua entre el profesorado y las familias. En estas edades, es conveniente el uso de materiales, entendidos como aquellos que ofrecen la posibilidad a las familias (y también a otros educadores) de que pueden participar directamente en la inteligencia emocional. (p. 46)

De igual manera, las relaciones afectivas que establezcan las familias con los infantes serán fundamentales para brindarles a los alumnos la oportunidad de tener un ambiente seguro y afectuoso en donde se sientan cómodos de poder expresar sus emociones sin miedo a equivocaciones o a sentirse juzgados.

Lo mismo pasa con las interacciones sociales entre pares o con adultos de su mismo contexto, por ejemplo, en la escuela, al convivir con otras personas fuera de su ambiente familiar les brinda a los niños nuevas experiencias que contribuyen al desarrollo de sus habilidades emocionales, logrando entender tanto las propias emociones como las de los demás.

Según Schwindt (2024) el desarrollo cognitivo es otro factor determinante para la autorregulación emocional de los infantes, dado que “A medida que desarrollan habilidades cognitivas, como el razonamiento y la resolución de problemas, los niños pueden adoptar estrategias más efectivas para manejar sus emociones” (p.8) .

La importancia de la Autorregulación Emocional en la Educación

La educación preescolar es fundamental para todo ser humano y por ello es considerada como obligatoria, debido a los múltiples conocimientos que los niños pueden adquirir a través de su trayectoria de tres años. Sin embargo, otro aspecto fundamental del preescolar es que propicia a los alumnos a desarrollar diferentes habilidades y competencias para poner en práctica en la vida diaria. Una de estas competencias que en la actualidad está tomando mayor peso en los niños de 3 a 6 años, es la autorregulación emocional.

Los alumnos al tener la habilidad de modular sus emociones tanto positivas como negativas están contribuyendo a una mejora de su propia adquisición de conocimientos, logrando obtener un desarrollo integral para que los alumnos se sientan capaces de afrontar los retos y dificultades que se les presente.

En este sentido, la educación tiene como finalidad preparar a los individuos para la vida en sociedad, por ello las competencias socioemocionales se vuelven necesarias y deben de contemplarse como habilidades importantes a desarrollar durante todo el proceso educativo, de forma que para la práctica docente se conviertan en elementos planificados y permanentes. Bisquerra (2010) nos menciona que una educación para la vida desde una perspectiva del desarrollo humano, debe de responder a las necesidades sociales y emocionales para evitar situaciones adversas o que pongan en riesgo a los individuos.

Dentro de la escuela los docentes somos los principales encargados de fomentar en los alumnos el uso de las herramientas adecuadas para que ellos puedan adquirir conocimiento a la par que desarrollan distintas habilidades y competencias. En el caso de la autorregulación emocional es importante proporcionarles diversas estrategias para que puedan mejorar el control y expresión de su propio sentir.

Además, el tiempo de convivencia y de aprendizaje que existe dentro del aula con los niños hace que nos vean a nosotros los docentes de manera valiosa, convirtiéndonos en su ejemplo a seguir, por ende, los docentes tenemos la responsabilidad de también poner en práctica nuestra propia autorregulación emocional en el aula de clases.

La Nueva Escuela Mexicana y la Autorregulación Emocional

Actualmente el sistema educativo se encuentra regido por el programa de estudios conocido como la Nueva Escuela Mexicana (NEM), el cual presenta un enfoque humanista para la formación integral del alumnado. Dentro de las distintas áreas que busca desarrollar se encuentra la educación socioemocional, considerada como un proceso en el que se propician habilidades para comprender y entender las emociones.

Por tanto, el desarrollo emocional de NNA en la escuela, debe fomentarse como un proceso integral y continuo, ya que deben considerarse todos los aspectos que inciden en este, como el conocimiento de sí, el sentido de pertenencia, el desarrollo de la identidad, así como de las habilidades sociales; además debe abordarse desde una perspectiva pedagógica que impulse prácticas educativas equitativas orientadas a la comprensión crítica del mundo. (Ramírez, Hernández y Moreno,2024, p.6)

La nueva escuela mexicana pretende que los alumnos puedan gestionar sus propias emociones, para ello, se vuelve necesario involucrarlos a nuevas experiencias donde puedan desarrollar la empatía para comprender no solo su sentir sino también las emociones de las demás personas contribuyendo a la construcción de las sociedades pacíficas. Fuentes (2024) menciona “la educación socioemocional dentro de la Nueva Escuela Mexicana puede ser un motor para el cambio social, al fomentar tanto la reflexión como la acción en torno a injusticias presentes en la sociedad” (p.12).

Aprendizaje Cooperativo

El aprendizaje por medio de la cooperación trata de que los alumnos trabajen de la mano para el logro de objetivos en común, ayudándose mutuamente en diversos momentos y circunstancias. El autor Johnson (1999) menciona al respecto “Es el uso instructivo de grupos pequeños para que los estudiantes trabajen juntos y aprovechen al máximo el aprendizaje propio y el que se produce en su interrelación” (p.13).

En este tipo de aprendizaje a los alumnos se les brinda la oportunidad de poder trabajar de manera conjunta para el beneficio propio, logrando así una mejora en sus conocimientos al poder intercambiar información con sus demás compañeros, promoviendo las habilidades sociales dentro del aula.

A nivel de la educación preescolar implementar el aprendizaje cooperativo puede llegar a ser complicado debido a las características que los alumnos poseen en los primeros años de su vida, sin embargo, bajo la guía y acompañamiento del docente se puede lograr que los alumnos adopten poco a poco esta forma de trabajo.

El trabajar este tipo de metodología de aprendizaje tiene consigo ciertas ventajas, las cuales el autor Tomás (2018) nos presenta a manera resumida en la tabla 2.

Tabla 2

Ventajas del aprendizaje cooperativo

Ventajas del aprendizaje cooperativo

- Promover aprendizaje activo
- Desarrollo de habilidades sociales
- Desarrollo de habilidades comunicativas
- Fomento de la interacción e interdependencia positiva
- Potencia de valores morales y éticos
- Aprender a trabajar en grupo
- Respeta la diversidad del alumnado
- Promoción de flexibilidad y creatividad
- Impulsa la ayuda y enriquecimiento mutuo
- Respuesta a la enseñanza personalizada
- Eleva el nivel de autoestima y autoconcepto
- Ofrece canales de comunicación
- Supervisión del maestro

Nota: Elaboración por Tomás, (2018)

A manera de conclusión, se puede decir que la autorregulación emocional ha tomado gran importancia en el sector educativo por el desarrollo integral que genera en los individuos, ya que contribuye activamente con la obtención de diversos conocimientos y habilidades. Por ende, es fundamental que su desarrollo se trate desde edades tempranas dentro de los contextos en donde está inmerso el alumno, en este caso desde la familia y en la educación de manera sustantiva en el preescolar, donde educadoras y educadores, así como otros agentes de lo educativo conozcan y sean las y los encargado de brindar las herramientas necesarias al alumnado para que pueda gestionar y controlar sus emociones entre ellas la autorregulación, a través de diversas experiencias previamente planificadas.

Capítulo 4. Referente Metodológico

Ante la necesidad de plantear formas de llegar a una mejora en la autorregulación de los alumnos de primer grado de preescolar, fue necesario seguir caminos que ayudarán al logro de los objetivos del estudio, es decir mejorar la autorregulación de las niñas y los niños a través de la colaboración. En este capítulo describo los distintos elementos de la metodología que me permitieron desarrollar acciones para el diseño y uso de técnicas e instrumentos, así como el análisis de datos para comprender, y ajustar las formas de implementación de actividades a partir de reconocer las especificidades del tipo de investigación.

Además, doy a conocer otros aspectos importantes como el contexto externo, interno y áulico, así como de las niñas y niños del primer grado de preescolar quienes se conforman en los sujetos de estudio, a fin de entender dónde, cuándo y cómo dar continuidad y sistematización los datos provenientes del diagnóstico e implementación de la intervención educativa.

Tipo de Investigación

La investigación que guío el trabajo es de tipo cualitativa, es decir, aquella que deja de lado los datos numéricos y, se enfoca en estudiar y comprender lo relacionado o proveniente de una cualidad, dentro de ello pueden entrar las experiencias vividas, comentarios, acciones y las emociones de las personas. Al respecto Corona (2018) nos menciona:

La investigación cualitativa es un paradigma emergente que sustenta su visión epistemológica y metodológica en las experiencias subjetivas e intersubjetivas de los sujetos, cuya práctica se orienta hacia la sociedad construida por el hombre, donde interactúan las versiones y opiniones del ser pensante, respecto a los hechos y fenómenos de estudio, para construir la realidad de manera cooperativa y dinámica. (p. 75)

Por otra parte, Rojas (2022) retoma las ideas de Taylor y Bogdan (2010) para enfatizar algunas características de la investigación cualitativa: proceso inductivo, holístico, interactivo, naturalista, abierto y sobre todo humanista. A continuación, en la tabla tres se describen algunas características que me ayudaron a entender que este enfoque era el necesario para estudiar la autorregulación emocional, (Ver tabla 3)

Tabla 3

Características de la investigación cualitativa

Inductiva	Es una investigación que va de lo particular a lo general, en base a lo observado.
Holística	Se investiga todo el panorama de una investigación.
Interactiva	El investigador se involucra con el objeto de estudio de tal forma que se vuelve sensible a cada situación en la que son partícipes.
Es naturalista	El investigador solo se involucra en el mundo real y más natural de las personas o de situaciones que le sean de interés.
Es abierta	Es flexible a cualquier escenario que la investigación pueda llegar a encaminar.
Es humanista	Se centra en el lado privado y personal del ser humano, desde sus percepciones, concepciones y significados.

Nota. Tabla propia

Con las características de este tipo de investigación fue cómo yo me acerqué más a las niñas y niños con quienes realizaba mi práctica como docente en formación a fin de hacer la recolección de información en un primer grado de preescolar. Tal como refiere la teoría que dependiendo de las características del sujeto de estudio o de la factibilidad que se tengan para observar, hablar o entrevistarlos. En mi caso contaba con algunas facilidades para acercarme a ellos, sin embargo, las actividades y tiempos no estaban a mi total disposición. Camprubí y Castellanos (2019) nos mencionan que en la investigación cualitativa algunas formas de acercamiento son a través de la observación, el análisis textual y documental, la entrevista y la transcripción.

Con la observación el investigador busca ver todo lo relacionado con el contexto de forma participativa o ajena. Mientras que, el análisis textual y documental trata de reflexionar textos para determinar las categorías y el cómo se actúa dentro de cada una de estas. En la entrevista se obtiene información específica con el apoyo de un guion de preguntas. Por último, la transcripción sirve para recopilar datos de las entrevistas o de la observación y así el investigador pueda confrontarlas.

Las investigaciones acerca del tema plantean que, en el campo educativo, la investigación se ha convertido en una herramienta importante para generar nuevos

conocimientos a partir de la búsqueda y recolección de datos, por consiguiente, su implementación dentro del sector educativo ha sido fundamental para entender diversos procesos que ocurren dentro del aula escolar. Latorre, Rincón y Arnal (2021) mencionan respecto a la investigación educativa;

Como el resto de las ciencias sociales, la investigación ha llegado a ser una actividad importante y necesaria en el campo educativo, dando lugar a una disciplina académica. La expresión investigación educativa se ha constituido, pues, en una categoría conceptual amplia en el estudio y análisis de la educación. Trata las cuestiones y problemas relativos a la naturaleza, epistemología, metodología, fines y objetivos en el marco de la búsqueda progresiva de conocimiento en el ámbito educativo. (p.36)

Según Peña, Rodríguez, Menoscal y León (2021) nos señalan que la investigación educativa ha de cumplir con funciones básicas; la función diagnóstica, descriptiva, explicación y de predicción. Porque, si la función diagnóstica no se realiza es casi imposible avanzar en las otras. Por su parte, la función descriptiva se ocupa de informar sobre las características del objeto de estudio. La función explicación se preocupa por conocer la razón de lo descrito, por último, la función predicción que da un supuesto del resultado esperado.

En el caso de la presente tesis esas funciones que señalan los autores fueron lográndose en cierta medida a lo largo del ciclo escolar 2024-2025 en que se iniciaron las actividades del ciclo escolar y ya tenía establecido que trabajaría con el grupo de primer grado de educación preescolar.

Investigación Acción

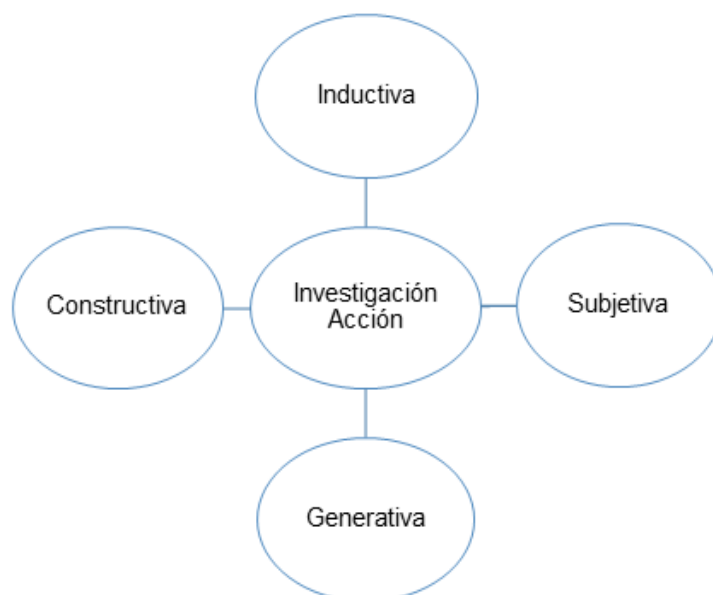
En este trabajo de tesis el método seguido fue una investigación acción, debido a que yo quería que lo que leía y aprendía acerca del tema sirviera para atender al grupo y buscar que la problemática de autorregulación se atendiera y de ser posible se mejorarán los procesos de autorregulación de las niñas y niños de preescolar. Por tanto, esta fue la ruta, a fin de generar un cambio desde dentro o fuera del aula con la finalidad de mejorar la propia práctica docente buscando y aplicando estrategias para propiciar un cambio beneficioso para los alumnos. Delgado (2022) nos menciona que la investigación acción es una metodología introducida por Kurt en 1946 quien señala que los docentes son los encargados de generar las pautas a seguir por los alumnos.

De misma manera, Delgado (2022) hace mención que dicha investigación se caracteriza por categorizarse en cuatro dimensiones que trabajan de la mano de la interacción

progresiva de los sujetos involucrados en la problemática. Dichas categorías se muestran en la siguiente figura 2.

Figura 2

Características de la investigación acción



Nota: Figura elaborada por Delgado (2022)

De manera personal yo fui recorriendo estos pasos en la investigación: es subjetiva porque la planeación se hizo bajo mi propio criterio en base a lo observado, lo inductivo se dio cuando observé desde dentro del aula que los alumnos tenían dificultades para autorregular sus emociones y que esa pobre regulación se mostraba de diferentes maneras en cada alumno. El elemento que alude a lo generativo emerge cuando propuse diferentes formas de actuación producto de lo que sabía, conocía de mis alumnos y experiencia docente que tenía. Por último, lo constructivo refiere a las adecuaciones que fui realizando en las planeaciones para que los alumnos pudieran construir su propio aprendizaje.

Wiater (2022) en sus estudios de la investigación acción, nos menciona que la gran ventaja de trabajar esta metodología a nivel educativo es que nos permite realizar un diagnóstico que reúna información importante en torno al problema que se desea investigar. Ofreciendo múltiples instrumentos para la recolección de datos, mismos que son flexibles a las necesidades del investigador, dando resultados tangibles y fácilmente identificables.

Es por lo anterior que decidí implementar esta metodología de trabajo para la investigación que llevé a cabo en el jardín de niños. Considero que, sin ser experta en la metodología, puede entender que podía trabajar de la mano con el objeto de estudio, siendo partícipe de los procesos que trataba de propiciar dentro del aula de clases con la finalidad de tener un análisis concreto y a la vez certero de lo que se iba suscitando en torno a la problemática central. En la siguiente tabla 4 doy cuenta de los tiempos en que fui desarrollando mi investigación acción.

Tabla 4

Cronograma de mi investigación-acción

Tiempo	Acción
Agosto-Septiembre	- Trabajo de ayudantía - Aplicación de entrevistas
Octubre	- Primera jornada de prácticas
Noviembre	- Segunda jornada de prácticas
Diciembre-Enero	- Reflexión de las intervenciones
Febrero- Marzo	- Tercera jornada de prácticas - Aplicación de actividades evaluativas - Aplicación de entrevistas finales
Abril	- Reflexión de los resultados obtenidos
Mayo-Junio	- Cuarta jornada de prácticas

Nota: Elaboración propia

Contexto de la Investigación

Contexto Externo

El espacio donde se realizó la presente investigación fue en el jardín de niños “A M O” perteneciente al sector público (ver anexo 1). Ubicado en la colonia Industrias en la ciudad de San Luis Potosí, S.L.P. (ver anexo 2). Dentro de la misma cuadra se encuentra la parroquia

“Beato Miguel Agustín Pro” y la escuela primaria “F M V”. La colonia cuenta con banquetas, alumbrado público, alcantarilla de drenaje pluvial, acceso de personas y acceso de automóviles, esto según el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) definido por sí mismo como:

Un organismo público autónomo responsable de normar y coordinar el Sistema Nacional de Información Estadística y Geográfica, así como de captar y difundir información de México en cuanto al territorio, los recursos, la población y economía, que permita dar a conocer las características de nuestro país y ayudar a la toma de decisiones. (INEGI, 2024)

En las proximidades de la institución se puede observar una alta demanda económica debido a la presencia de diversos establecimientos; escuelas tanto del sector público como privado, papelerías, tiendas de abarrotes, negocios de comida, estéticas, panadería, dulcería, mercados ambulantes entre otros. Dadas las condiciones de infraestructura, personas que habitan, condiciones económicas y espacios de cultura se puede decir que el nivel socioeconómico de la zona es de clase media baja.

Contexto Interno

Dentro del jardín de niños se pudo observar un buen ambiente de trabajo entre los diversos actores que se encuentran en la institución, destacando la dedicación por su labor de parte de las educadoras, así como de los directivos y personal administrativo. Tales afirmaciones se derivan en base a lo observado durante los días de jornada laboral y a su vez en los consejos técnicos escolares donde su participación es esencial para su realización.

En cuanto a infraestructura, las instalaciones se encuentran en buenas condiciones, cuenta con siete salones para cada uno de los grupos; dos de primero, tres de segundo y dos para tercero, tiene una biblioteca que a su vez funge como salón de música, la dirección, baños para niñas, niños y maestros, área de juegos cerrados y abiertos, dos patios, una cancha techada, áreas verdes pequeñas y dos bodegas para guardar material de papelería y otra para material de limpieza (ver anexo 3).

El preescolar cuenta con todos los servicios básicos; energía eléctrica, drenaje, agua, servicio de internet y de telefonía. A la vez que se pueden identificar señales de protección civil, extintores y dos salidas de emergencia, la principal y una trasera. En cuanto al personal dentro de la institución labora: la directora que a su vez tiene un grupo a cargo, el maestro de música, la maestra de educación física, siete educadoras y personal de USAER encargado de apoyar a los niños que tengan necesidades educativas especiales.

El jardín de niños tiene una población de 112 alumnos, el 57% son niños y el 43% son niñas, aproximadamente. Cada grupo tiene entre uno a tres niños que requieren de apoyo por la unidad de USAER, esto por diferentes problemas en los que destacan, dificultades de aprendizaje, trastornos neurológicos como TDAH, problemas emocionales o de conducta y apoyo en el lenguaje oral.

El personal que forma parte del jardín de niños mantiene una relación cordial, se advierte un clima de convivencia amena, de respeto y compañerismo mutuo, lo que permite que se pueda realizar un buen trabajo en base a cada una de sus funciones en el preescolar. Las educadoras se muestran cooperativas entre sí, compartiendo conocimientos, ideas y opiniones en torno a la mejora de su práctica docente, lo que también genera un óptimo ambiente de enseñanza y aprendizaje para los alumnos.

La mayoría de los padres de familia trabajan en el sector industrial y algunos otros cuentan con estudios de licenciatura. Debido a la poca accesibilidad de horarios de los padres de familia las abuelas son las principales encargadas del cuidado de los niños, desde ir por ellos al preescolar, asistir a las juntas escolares y hasta ayudarles con la tarea. Aun así, hay padres de familia que son muy participativos y que están presentes en cualquiera de los eventos que realiza el preescolar: reuniones de evaluación, actividades de mejora, participación en bailables, eventos cívicos como escoltas y actividades recreativas como kermeses.

Contexto del Aula

El grupo de 1°B está conformado por 15 alumnos, 9 niñas y 6 niños, cuyas edades oscilan entre los tres años y tres años y medio. La maestra titular del grupo A M me ha mencionado que hay tres alumnos bajo observación para ser canalizados por presentar algunas necesidades especiales que intervienen en su aprendizaje.

A los alumnos les cuesta convivir con sus demás compañeros debido a que se encuentran en la etapa del egocentrismo, prefieren trabajar de manera individual y con su propio material antes de querer convivir con los demás. En ocasiones se generan ambientes tensos que obstaculizan el trabajo en el grupo debido a conflictos generados entre ellos, mismos que con el paso del tiempo se resuelven. Hay niños que son agentes distractores para los demás, es decir, se levantan de su lugar, empiezan a correr, a andar por debajo de las mesas o incluso a tomar material que no se les tiene autorizado.

Observó que en ocasiones algunos de los niños y niñas de primero no escuchan a la docente titular, sin embargo, demuestran actitudes de respeto tanto a sus compañeros como

al resto del personal; directora, educadoras, personal de limpieza y compañeros de otros grados.

Los alumnos son selectivos con quien juntarse a jugar a la hora del recreo o durante la realización de ciertas actividades que son en pareja o en equipo. Hay momentos en que ellos suelen actuar de manera agresiva con sus pares, al tener desacuerdos o conflictos entre sí, gritan, empujan e incluso pueden llegar a la agresión física.

Con la finalidad de conocer más características de los alumnos de primer grado en torno al aspecto educativo, se realizó un diagnóstico en base a los campos formativos que señala la nueva escuela mexicana; lenguaje, saberes y pensamiento matemático, ética, naturaleza y sociedades y de lo humano y lo comunitario.

Lenguaje

Algunos de los alumnos aún no poseen un lenguaje claro y fluido, por lo tanto, se comunican por señas o con palabras clave, mientras que otros ya cuentan con un lenguaje más claro e incluso son capaces de narrar sucesos o acontecimientos basados en su experiencia. También es necesario propiciar ambientes en donde los alumnos se sientan con la seguridad y confianza para expresarse ya que, actualmente y por ser su primer acercamiento a la escuela se encuentran un tanto tímidos.

Los alumnos muestran un gran interés por los cuentos y las narrativas cortas, son capaces de poner atención e inclusive de contestar cuestionamientos relacionados a estas. En cuanto al reconocimiento del nombre, aún no son capaces de identificarlo por su propia cuenta, sin embargo, saben que cada persona tiene un nombre que los identifica, aunque en ocasiones ni siquiera responden al suyo.

Saberes y Pensamiento Científico

Los alumnos desde su casa traen diversos conocimientos en torno a esta área. Existe una alumna que cuenta de manera casi fluida hasta el 10, mientras que otros únicamente cuentan hasta el 5 y de forma no ordenada, es decir, se saltaban algunos números.

Ética, Naturaleza y Sociedades

Los niños de primero de preescolar muestran gran interés por los animales e insectos, identifican algunos de ellos e incluso reconocen el sonido que realizan, sin embargo, no son conscientes del cuidado por el medio ambiente, ya que en ocasiones se pudo observar situaciones en las que los alumnos arrancaban hojas de los árboles o desperdiciaban el agua.

De lo Humano y lo Comunitario:

Los sujetos de estudio identifican las emociones básicas en las demás personas sin embargo en ellos mismos no, se les dificulta reconocer el por qué están tristes o tienen alguna otra emoción en particular. La mayoría son afectivos, es decir, suelen demostrar constantemente cariño y comprensión hacia los demás, pero aun así presentan problemas de convivencia debido a que se encuentran todavía en una etapa de egocentrismo por lo mismo que muchos no habían tenido esa convivencia con más niños de su edad.

Sujetos de Investigación

Los sujetos de estudio de esta investigación fueron los alumnos de preescolar pertenecientes al grupo de 1°B en compañía de la maestra titular A M, responsable de grupo y, comisionada a directora durante este ciclo escolar, se incluye mi participación como docente en formación, así como a los alumnos pertenecientes a otros grupos y que de cierta forma se interactúa con ellos al compartir espacios e interactuar durante el recreo o en los eventos realizados por el preescolar.

La mayoría de los niños son risueños y alegres, son pocos los que tienen una personalidad seria y apartada con los demás. Les cuesta confiar en las personas que tienen a su alrededor, por lo tanto, existe poca participación durante clases. Hay alumnos que son muy callados mientras que otros pueden ser bastante platicadores tabla 5.

Tabla 5

Lista de alumnos de 1°B

NO.	Nombre del Alumno	Características
1	Leah Carolina	Sociable, participativa, demuestra compañerismo y solidaridad con sus demás compañeros.
2	Emiliano	Sociable, disperso, poco participativo, mantiene buena relación con sus compañeros.
3	Aura Violeta	Es tímida, trabajadora, entusiasta, pero en ocasiones demuestra ser egocentrista.
4	Esteban	Presenta algunos problemas de lenguaje, pero aun así es muy participativo y seguro de sí mismo, en

ocasiones hace berrinches por situaciones que no le parecen.

- | | | |
|----|-----------|--|
| 5 | Dante | Es participativo, sabe escuchar, pero necesita autorregularse para poder trabajar de manera individual, ya que suele dispersarse durante las actividades. |
| 6 | Fernanda | Es poco participativa, le cuesta trabajo la escucha activa y en ocasiones le cuesta trabajar con sus compañeros. |
| 7 | Carlos | Es tímido, no participa, casi no se comunica con sus compañeros ni con las docentes, asiste a la escuela desmotivado y sin actitud para trabajar. |
| 8 | Constanza | Es una niña insegura, tímida y por ende le cuesta trabajo participar, le gusta trabajar en equipo y se concentra en lo que hace. |
| 9 | Liliana | Participativa, sociable, le cuesta trabajo convivir con sus demás compañeros. |
| 10 | Tadeo | Es participativo, alegre, solidario, paciente con sus demás compañeros, se preocupa por los demás. |
| 11 | Valentina | Presenta problemas en su comportamiento, no tiene límites, le gusta trabajar en equipo, pero a su vez tiene dificultades para ello, es participativa y sociable. |
| 12 | Luz Elena | Requiere apoyo para autorregular sus emociones, suele hacer berrinches, le cuesta convivir con el grupo, es participativa. |
| 13 | Cristo | Presenta dificultades para autorregularse, no suele escuchar, le cuesta trabajo convivir con sus demás compañeros, recurre a la violencia si algo no le parece. |
| 14 | Mariana | Le gusta convivir con sus compañeros, es solidaria, |

tímida, dispersa.

15	Victoria	Llega al preescolar desmotivada, no tiene ganas de trabajar, le gusta trabajar en equipo, se preocupa por sus compañeros.
----	----------	---

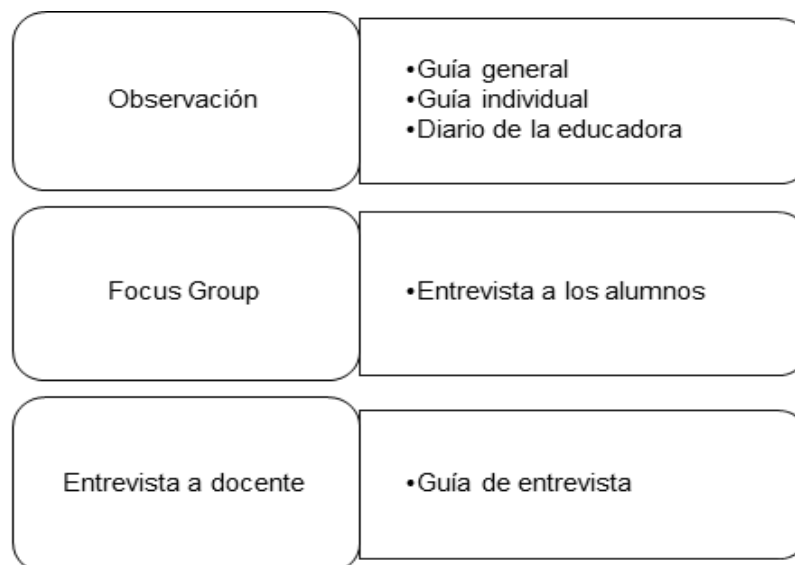
Nota: Elaboración propia

Técnicas e Instrumentos

En la presente investigación-acción educativa de tipo cualitativa se utilizaron diferentes técnicas e instrumentos para la recolección y análisis de datos, mismos que me permitieron estudiar y reflexionar a detalle la problemática de falta de autorregulación en mi grupo de primero de preescolar. Las técnicas e instrumentos que empleé se encuentran en la siguiente figura 3.

Figura 3

Técnicas e instrumentos utilizados



Nota: Realización propia

La observación fue fundamental, me ofreció la oportunidad de recolectar datos significativos que no se hubieran podido obtener de otra forma. Con ayuda de esta técnica pude dirigir mi atención a los elementos más importantes de la problemática, mismos que me ayudaron a orientar las vertientes de este estudio. Para una mejor organización de la

información recolectada utilicé guías de observación, las cuales contaban con indicadores que limitaban las cuestiones a analizar la manera de actuar de mis niñas y niños.

Macías (2021) refiere que la observación “es un acto de mirar con atención mientras se obtiene información” (p.8). Esta acción requiere de diversas habilidades cognitivas para su implementación en la vida cotidiana, aunque en ocasiones surge de manera natural sin haber fijado un objetivo concreto para hacerlo.

Para la técnica de observación me apoyé de dos guías de observación; una general para todo el alumnado y otra individual que fue aplicada únicamente a una pequeña muestra del 30% de mis niños y niñas de primero. La guía general incluyó datos de todo el grupo y en base a los resultados se invitó a participaron de manera voluntaria a algunos alumnos para la aplicación de la guía individual (ver anexo 4).

El diario de la educadora se utiliza todos los días durante o al término de la jornada escolar para registrar los acontecimientos más importantes que involucran al alumnado y que se presentaron tanto fuera como dentro del aula. Es un instrumento flexible que me brindó la oportunidad de poder expresar de forma libre el análisis y reflexión propia de las actividades que se presentaban en el día, Incluyendo; situaciones conflictivas, emocionales, ideas propias o recordatorios (ver anexo 5).

El focus group fue otra técnica utilizada para obtener información de forma más directa acerca de la autorregulación. Al respecto Aravena (2023) nos menciona que los focus group se tratan de entrevistas grupales en donde se centra un tema en específico, brindándonos la oportunidad a los investigadores de obtener datos surgidos de ideas, actitudes o percepciones por medio de la interacción entre los participantes.

La entrevista que se realizó para los alumnos como instrumento del focus group fue aplicada al 30% de los niños y niñas de primero que se les había aplicado la guía de observación. Dicha entrevista contaba con cinco preguntas centradas en obtener información específica acerca de su sentir en el preescolar y el papel que tienen en sus hogares (ver anexo 6).

Por último, utilicé una guía de entrevista para la docente titular, la cual contaba con siete preguntas que me ayudaron a determinar la perspectiva que la educadora tenía referente a la problemática de investigación. Conocer sus ideas fue significativo para el desarrollo del estudio, ya que sus respuestas estaban basadas en su experiencia como maestra de educación preescolar desde hace 11 años y en lo que había estado observando en el grupo.

Análisis de Información

Para realizar la investigación ha sido necesario tener un acompañamiento en el análisis de datos y manejo de la información, por ello se siguieron las orientaciones concretadas por Miles y Huberman (1984) para llevar a cabo un desarrollo coherente y sistemático. Los autores marcan la reducción de datos a partir de la limitación del marco conceptual, las preguntas de investigación y los instrumentos a aplicar. Resaltando que la mejor manera de lograr una selección detallada de la información es utilizando recursos como las entrevistas, resúmenes, notas de campo, relación de temas, redacción de historias, la clasificación conjuntada y las codificaciones.

De manera principal seguí el análisis del ciclo reflexivo de la investigación acción que propone: detección del problema, planeación, implementación, evaluación, reflexión y nuevo inicio del ciclo reflexivo. Como indico en la figura 4.

Figura 4

Ciclo reflexivo de la investigación-acción



Nota: Elaboración propia

Una vez que se desarrolló el ciclo reflexivo durante el proceso de implementación de actividades planeadas, revisadas, reflexionadas comencé a analizar los resultados, mismos que organicé en categorías, es decir en grupos de información organizada que se vuelven unidades estructuradas llenas de datos ordenados. Para el caso de esta investigación logré

identificar cinco categorías de los resultados obtenidos a partir de la implementación de acciones de intervención para atender a la problemática de autorregulación emocional en un grupo de primero de preescolar. En la tabla 6 se puede encontrar el nombre de las categorías realizadas en base a los datos de origen que se fueron recopilando a lo largo de la investigación y que se organizaron con el fin de interpretar y darle sentido a la información recabada.

Tabla 6

Categorías focalizadas al tema de investigación

Categoría	Origen del dato
Primera Categoría. Conociendo los Procesos de Autorregulación Emocional en Primer Grado de Preescolar	Entrevista alumnos Entrevista docente titular Diagnóstico
Segunda Categoría. Intervención Educativa a Favor de Procesos de Autorregulación Emocional en Primer Grado de Preescolar	Planeación Actividades realizadas Resultados de las actividades realizadas
Tercera Categoría. Manejo y Expresión de las Emociones de las Niñas y Niños de Primer Grado de Educación Preescolar: Una intervención encaminada a la autorregulación emocional.	Identificación y expresión El autoconocimiento La familia
Cuarta Categoría. La Cooperación Dentro del Proceso de Autorregulación Emocional.	Inicios de la cooperación Situaciones conflicto La autorregulación
Quinta Categoría. Progresos en la Autorregulación de los Alumnos y Alumnas de Primero de Preescolar	Entrevista a docente titular Entrevista a padres de familia

Fuente: Elaboración propia

Como parte de la metodología del presente trabajo, utilicé las codificaciones de los datos, eventos y hasta de los actores participantes para identificar en el texto información de

forma acotada. Para las categorías realizadas se utilizaron codificaciones que pretenden orientar lo reflexionado en cada una de ellas:

1. Docente en formación: DF
2. Alumno: ALUMNO 1, 2, 3
3. Paréntesis: Indicar movimientos o acciones
4. Docente titular: DT
5. Nota de diario de la educadora: NT. EDUCA/MES/AÑO
6. Padres de familia: PAF

A manera de conclusión, la investigación educativa presentada tiene un enfoque cualitativo que me permite tener resultados enfocados en lo observado y de manera directa con el propio sujeto de estudio, en este caso, con los niños de primer grado de preescolar. Al tratarse de una investigación-acción, fue necesario poner en acción actividades de intervención a favor de la autorregulación. Las producciones de los niños, los audios y videos me permitieron analizar lo que ocurría mediante el ciclo reflexivo antes descrito. También logré emplear las entrevistas, grupo focal, observación y sus respectivas guías de observación.

Capítulo 5. Resultados

En este capítulo se podrán encontrar los resultados obtenidos, los cuales fueron analizados y clasificados de manera organizada con el propósito de ser más entendibles para quien le pueda interesar cómo atender la autorregulación en primer grado de preescolar a la vez que con fines de investigación, estos resultados pretenden dar respuesta a los objetivos y preguntas de investigación planteados en la problemática que guía la presente investigación.

El capítulo se encuentra dividido en dos apartados; en primer lugar, se encuentran los resultados obtenidos del diagnóstico realizado, herramienta de investigación para conocer un poco más acerca de la problemática identificada y en base al cual me guíe para estructurar las planeaciones con la que se intervendría.

En segundo lugar, se podrá encontrar resultados de la intervención donde obtuve información en base a la intervención focalizada a favor de la autorregulación emocional, utilizando diferentes estrategias a través de la colaboración para el trabajo en el aula, para la mejora en la propia práctica docente y el beneficio del alumnado.

Primera Categoría. Conociendo los Procesos de Autorregulación Emocional en Primer Grado de Preescolar

Para la obtención de los datos del diagnóstico fue necesaria la implementación de la observación, técnica principal utilizada durante de este proceso investigativo, complementandose con datos provenientes de la guía de observación tanto grupal como individual y las entrevistas realizadas a los alumnos y docente titular. Tales instrumentos empleados para la obtención de datos iniciales, me permitieron conocer información específica acerca de las principales necesidades y características del grupo con la finalidad de determinar la problemática a investigar y guiarme en algunos planteamientos para generar formas de intervención debidamente planeadas.

Este diagnóstico forma parte del proceso de una investigación-acción que constituye el punto de partida para el desarrollo de una intervención oportuna de las habilidades socioemocionales dentro del aula, destacando la autorregulación emocional de los alumnos. Según Cabrera Morgan (2017);

Partimos por reconocer que este tipo de investigación representa una alternativa viable para dar respuesta a los problemas cotidianos y acuciantes que experimentan los docentes en el ejercicio de su tarea, con el fin de producir mejoras en sus prácticas educativas. (p.143)

Los datos analizados dieron lugar a comprender la situación en la que se encontraba mi grupo de primer grado en torno a sus habilidades de autorregulación emocional y cómo esto afecta de diferentes maneras el desarrollo de los procesos de autonomía de las niñas y niños. Por ello, conocer las condiciones, factores y acciones que engloban al alumnado fueron el punto de partida para proponer actividades encaminadas a promover en los alumnos el manejo y control de sus propias emociones, con la intención de que ellos lograrán auto identificar formas de actuar ante diversas situaciones que se les presentan en el aula y quizás también en su vida cotidiana.

Procesos Iniciales: Acciones y Nociones de Autorregulación en el Grupo de Primer Grado de Preescolar

Las entrevistas realizadas como parte del diagnóstico fueron una de las fuentes principales de información dado que, nos permiten reunir datos concretos, obtenidos de los propios sujetos de estudio, acerca de su sentir durante la estadía en el preescolar y el rol que desarrollan en su hogar.

En base a lo anterior, la entrevista realizada a los niños se aplicó al 30% de la población estudiantil, en donde, se hicieron cinco cuestionamientos de índole personal para descubrir datos acerca del sentir y al hacer de los propios alumnos tanto en la escuela como en el ámbito familiar. A continuación, se presenta la tabla 7 en donde se analiza lo encontrado en dicho instrumento.

Tabla 7

Entrevistas aplicadas a la población estudiantil

Objetivo: Conocer las ideas de los alumnos respecto las actividades que implican autorregulación	
Preguntas	Explicación
¿Cómo te sientes en el preescolar?	Los cinco alumnos que contestaron la entrevista mencionaron que se sienten bien asistiendo al preescolar,
¿Qué actividades haces en tu casa sin ayuda de nadie?	sin embargo, algunos de ellos destacaron que en ocasiones extrañan a sus padres.
¿Qué pasa cuando no puedes hacer algo?	También comentaron que cuando no pueden hacer una actividad piden ayuda o simplemente no hacen nada. Las
¿Qué haces cuando no puedes realizar una actividad?	actividades que comúnmente hacen de manera solitaria es jugar y a las que les suelen ayudar es a lavarse los dientes.

Tus papás, ¿En qué Por último, los alumnos mencionaron que les gusta jugar actividades si te ayudan? con otros niños, sin embargo, no compartían el por qué. ¿En cuáles no te ayudan? ¿Te gusta jugar con otros niños? ¿Por qué?

Nota: esta tabla muestra la explicación de los resultados de la entrevista realizada al 30% de la población del grupo.

Los datos provenientes de la entrevista realizada a los alumnos, me permiten comprender que algunos menores no se encontraban con la mejor disposición de contestar preguntas, mostrando a su vez desinterés por lo que se les preguntaba. Obtuve respuestas poco específicas para algunos de los cuestionamientos, sin embargo, el análisis de la información obtenida destaca que los alumnos son capaces de pedir ayuda cada que así lo requieran ante diferentes situaciones, de igual manera, los entrevistados mencionaron que les gusta asistir al preescolar, aunque regularmente ellos expresan que extrañan a sus papás porque les ayudan hacer lo que ellos no pueden.

Por otro lado, en la entrevista a la docente titular, quien en ese tiempo realizaba labores directivas en el jardín de niños, permitió identificar ideas claras acerca de la noción de autorregulación emocional enfatizando la posibilidad de que los niños y las niñas pudieran controlar y regular sus emociones por sí solos, tabla 8.

Tabla 8

Entrevista realizada a la docente titular

Objetivos:	
Preguntas	Respuestas
Para usted, ¿Qué implica que un niño pueda autorregularse?	Que puedan realizar diferentes acciones, principalmente que puedan ir al baño y que tanto fuera como dentro del aula puedan realizar diversas actividades desarrollando su propio razonamiento
¿Qué características de autonomía considera que debe de poseer un alumno de primero "B" de preescolar?	Atender a necesidades por ejemplo el ir al baño, autonomía de pensamiento, el crear, solucionar y resolver e incluso para la misma comunicación de sus propias ideas.

¿Qué importancia tendrá que la niña (o) de primer grado desarrolle su autoconocimiento para favorecer los procesos de autonomía?	No tienen una identidad de género, les falta desarrollar ese aspecto.
¿Qué piensa usted del trabajo colaborativo?	Trabajo colaborativo, implica mucho el que sea su primer acercamiento escolar y con niños de sus mismas edades.
¿Qué piensa usted del desarrollo personal, de autoconocimiento y colaboración para fortalecer la autorregulación del alumnado?	Es necesario que los alumnos se conozcan y que incluso identifiquen que el hecho de estar tristes o felices es válido y no tiene nada de malo.
A partir de su experiencia: ¿Qué elementos considerar para favorecer procesos de autorregulación en el aula de preescolar?	• Actividades que se pongan en práctica • Recursos manipulables • Cantos y juegos

Nota: esta tabla muestra la explicación de los resultados de la entrevista realizada a la docente titular.

Los datos recuperados de los niños y de la maestra titular del grupo, me permiten plantear que los niños de primer grado no logran acciones de autorregulación emocional de manera sencilla, requieren de una acción más intencionada, seguramente porque en el hogar los padres de familia o cuidadores limitan y resuelven de manera inmediata las necesidades de los menores. En tanto que la maestra, aunque identifica las características y acciones a favor de la autorregulación emocional, ella no muestra una intervención a favor de que los niños de primer grado estén focalizados a que las niñas y niños del grupo desarrollen esos procesos emocionales.

Como docente en formación durante el ciclo escolar 2024-2025 tengo el compromiso de observar, comprender y pensar en distintas formas de atender las necesidades de mi alumnado y el darme cuenta que los 15 menores del grupo de primer grado de preescolar, en mayor o menor medida manifestaban dificultades como las que su maestra titular también consideraba alejadas de los procesos de autorregulación emocional.

Además, durante las jornadas de práctica y con el empleo de los instrumentos de recolección de datos, logré identificar que son múltiples los factores que influyen en la autorregulación de niños que tienen una reciente o primera experiencia en la educación preescolar.

Factores familiares que afectan los procesos de autorregulación emocional

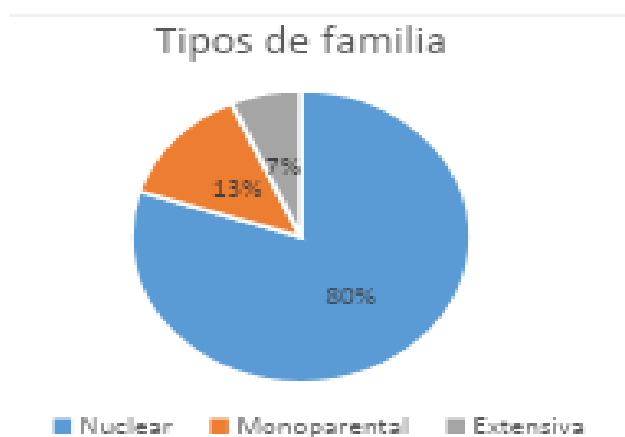
La relación que mantienen los alumnos con su familia o cuidadores es fundamental para que ellos puedan regular sus emociones, dado que, es el ambiente en el que crecen y con el que conviven mayor tiempo. Por lo tanto, se puede afirmar que la familia es base en el desarrollo de toda persona, ya que, su función consta de educar y de procurar su bienestar, tal como refiere Barreiro et al. (2023)

Si el contexto del alumno es beneficioso, los aprendizajes obtenidos son mejores en relaciones a otros estudiantes cuyos contextos fueron desfavorables, se entiende por favorable cuando un educando cuenta con apoyo de la familia, orientaciones adecuadas, motivación, comunicación, normas y valores que incidieron en un aprendizaje, cabe destacar que la incidencia del rol del hogar es indispensable para la formación del ser humano porque no se trata de desvincular el papel de los parientes con el de la escuela ni mucho menos el de trabajar de manera aislada dado que ambos se deben complementar para lograr un óptimo desarrollo y bienestar de sus hijos. (p.3)

Debo de reconocer que algunos datos referidos a las familias se obtuvieron del diagnóstico grupal que realizó la docente titular, mismo que me facilitó para complementar mi diagnóstico de la problemática. Los datos proporcionados me permiten afirmar que en el grupo existen diversos tipos de familias: nuclear, monoparental y extensiva (Ver figura 5). En donde se destacó que la mayoría de los estudiantes cuentan con una familia del tipo nuclear conformadas por madre, padre e hijos en común.

Figura 5

Tipos de familia



Nota: Gráfica realizada para representar los tipos de familia que hay dentro del grupo de primer grado de preescolar.

A pesar de que en el grupo que atiendo como docente en formación predominan las familias nucleares, los padres de familia se mantienen ocupados por el trabajo, por lo tanto, suelen dejar a los infantes al cuidado de sus abuelos después de la jornada escolar, lo que posiblemente repercute en sus aprendizajes por la sobreprotección que suelen ofrecer los abuelos a sus nietos, así como la falta de atención de calidad ante la ausencia de los padres.

En la población, motivo de estudio, la mayoría son hijos únicos, por consiguiente, no han tenido un acercamiento directo con otros niños de su misma edad, lo que origina que aún tengan comportamientos egocentristas destacando; el no querer compartir materiales que se encuentran en el aula de clases con otros compañeros, la poca escucha activa y la falta de empatía emocional con los demás.

Además de los tipos de familia se debe de considerar cómo son los padres de familia o tutores con los infantes, ya que, en ocasiones la forma de ser de los padres se ve reflejada en la educación de los infantes. Al respecto Burgos y García (2020) se refieren a estos como estilos de crianza; los estilos de crianza son importantes, porque la forma cómo los padres interactúan con los hijos e hijas, va a ser la base de su desarrollo social y emocional, y, por lo tanto, de su bienestar actual y futuro.

Los estilos de crianza van a hacer que el niño o niña se sienta de una determinada manera consigo mismo y con los demás, lo cual es fundamental para su desarrollo y también va a determinar las futuras interacciones sociales y relaciones afectivas. (p.738)

Los estilos de crianza que predominan en los padres de familia del grupo que atendí, son del tipo permisivo o también considerado negligente y el autoritario. Guzmán (2017) nos menciona que los padres permisivos son aquellos que no establecen reglas claras, al igual que no supervisan las actividades que los infantes realizan con el fin de evadir conflictos. Por otro lado, también nos menciona que los padres autoritarios son los que imponen las reglas sin dar alguna explicación de ellas, dejando a su vez aún lado los intereses y opiniones de los niños.

Jiménez (2010) menciona los rasgos de conducta parental y las consecuencias educativas que pueden darse en los niños, Tabla 9.

Tabla 9

Clasificación de los estilos educativos parentales

Tipología de socialización familiar	Rasgos de conducta parental	Consecuencias educativas sobre los hijos
Autoritario	• Normas minuciosas y rígidas • Recurren a los castigos y muy poco a las alabanzas • No responsabilidad paterna • Comunicación cerrada o unidireccional (ausencia de diálogo)	• Baja autonomía y autoconfianza. • Baja autonomía personal y creatividad. • Escasa competencia social. • Agresividad e impulsividad.
	• Indiferencia ante sus actitudes y conductas tanto positivas como negativas. • Responden y atienden las necesidades de los niños. • Permisividad. • Pasividad. • Especial flexibilidad en el establecimiento de reglas. • Acceden fácilmente a los deseos de los hijos.	• Baja competencia social. • Pobre autocontrol • Escasa motivación. • Escaso respeto a normas y personas. • Baja autoestima e inseguridad. • Inestabilidad emocional. • Debilidad en la propia identidad. • Autoconcepto negativo. • Graves carencias en autoconfianza y autorresponsabilidad.

Nota: Tabla realizada por Jiménez 2010

El análisis de los datos presentados acerca de los tipo de familia me permiten entender la importancia que tienen las relaciones familiares en los niños y cómo estas pueden afectar significativamente en su persona, causando problemas a nivel emocional lo que a su vez puede impactar en lo académico, además del desarrollo socioemocional como por ejemplo: baja autonomía, autoconfianza, agresividad e impulsividad, pobre autocontrol, escasa motivación, escaso respeto a normas y personas, baja autoestima, inseguridad, inestabilidad emocional y debilidad en la propia identidad.

Los instrumentos empleados para lograr obtener datos del alumnado también nos muestran que los niños mantienen un vínculo fuerte con sus familias o los tutores que están a cargo de ellos, ya que, al realizarles algún cuestionamiento relacionado a este grupo de personas, la mayoría de las niñas y niños de preescolar contestaban de manera emotiva; algo que se podía ver fácilmente expresado tanto en sus caras, al momento que se les dibujaba una sonrisa o incluso únicamente con el tono de voz con el que contestaban.

Diálogo con los alumnos y la docente en formación:

DF: ¿Qué actividades haces tú solo?

ALUMNO 1: Me ayudan mis papás (Lo dice emocionado)

ALUMNO 2: Jugar

ALUMNO 3: No sé

DF: ¿A qué te ayudan tus papás?

ALUMNO 1: A recoger

ALUMNO 2: Con la tarea

ALUMNO 3: A cambiarme o cuando no puedo

(E/NN/OCT/24)

Con la entrevista realizada a los menores logré entender lo relevante que resulta la participación de los padres o cuidadores en los procesos de autonomía de su propia autorregulación emocional, debido a la doble función que pueden desarrollar: así, cuando la sobreprotección es excesiva sin duda se limitan los procesos de autorregulación, mientras que cuando se pueden ofrecer modelos parentales permisivos existe una mayor posibilidad de que los niños y las niñas tengan procesos de autorregulación en equilibrio o adecuados para su desarrollo y aprendizajes.

Factores Escolares que Afectan los Procesos de Autorregulación

Mi grupo de preescolar cuenta con edades aproximadas entre los tres años de edad hasta los tres años y seis meses, la mayoría de ellos son hijos únicos y de manera previa, no habían estado en guardería o maternal, factores importantes para el desarrollo de los infantes, porque no han tenido la oportunidad de relacionarse con otros grupos de personas fuera de su grupo familiar.

Los alumnos de reciente ingreso al preescolar se van conociendo unos con otros, al inicio puede costarles el trabajo de manera conjunta, así como sentirse pertenecientes a un grupo integrado por niños que tienen diferentes características. Existen alumnos que, ante situaciones adversas a ellos, gritan de manera desenfrenada sin importar si molestan o no a

sus demás compañeros. En ocasiones solo repiten conductas aprendidas en casa y no saben cómo solicitar apoyo a la docente titular.

Uno de los alumnos de otro grupo entró al salón y una de las niñas lo vio, inmediatamente mi alumna se levanta de su asiento comenzando a gritar y a llorar, al darme cuenta fui hasta su lugar para preguntarle el qué tenía a lo que solo señalaba a su compañero del otro grupo que había entrado al salón. Al pedirle a la niña que se tranquilizará no hacía caso y solamente se ponía detrás de mí llorando. Hasta que el compañero del otro salón se fue, dejó de llorar y continuamos a realizar la actividad que estábamos haciendo.

Al preguntarle a la maestra titular por qué mi alumna había tenido tal comportamiento me dijo que esa reacción tenía cada vez que veía a ese niño porque anteriormente le había pegado cuando estaban en el área de juegos del preescolar durante el recreo, por lo tanto, a la niña le causaba miedo que volviera a pegarle.

(NT. EDUCA/NOV/24)

En el grupo de primer grado se presentaron diversas situaciones donde se hizo manifiesto de parte de algunos niños y niñas; el egocentrismo y la falta de convivencia con otros niños. Ante estas situaciones los menores optan por solucionar la situación gritando o incluso llegando a la agresión física a sus compañeros, debo mencionar que estas actitudes y acciones no sólo pasaban dentro del aula de clase, sino también en otras áreas de la institución, así como con compañeras y niños de otros salones.

También logré observar que durante el tiempo del recreo las y los menores eran selectivos con quiénes deseaban jugar, incluso, algunos de ellos se quedaban solos mientras que otros no se separaban de la docente titular. En algunas ocasiones les invité a jugar con otros compañeros, la negación fue rotunda a la vez que solicitaban mi acompañamiento para ir al área de juegos. Durante los primeros meses del ciclo escolar la inseguridad de mis alumnos era evidente en el patio escolar, al igual que dentro del aula donde solicitaban mi apoyo de manera constante, sin darse la oportunidad de lo que son capaces de hacer por sí solos.

Desarrollo Cognitivo de mis Alumnos y Alumnas de Primero de Preescolar

El desarrollo cognitivo es el proceso que pasan las personas para adquirir ciertas habilidades que le permitirán procesar e interiorizar cierta información que les brinde la oportunidad de resolver problemas y de adaptarse al entorno que les rodea, al respecto Navarrete, Tamayo, Guzmán, et. Al (2021) hacen mención a la teoría cognitiva de Piaget:

La teoría del desarrollo cognitivo de Piaget es una teoría integral sobre la naturaleza y el desarrollo de la inteligencia humana desarrollada por primera vez por Jean Piaget. “Se la conoce principalmente como teoría de las etapas del desarrollo, pero, de hecho, se ocupa de la naturaleza del conocimiento en sí mismo y de cómo los humanos llegan gradualmente a adquirirlo, construirlo y utilizarlo”. (p. 599)

En base a lo anterior podemos mencionar que los infantes del grupo de preescolar estudiado se encuentran dentro de la teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget en la etapa pre-operacional, es decir, en aquella que va desde los dos años de edad hasta los siete años. Esta etapa se caracteriza por el desarrollo de la acción simbólica que según Bálsamo (2022) se trata de la capacidad de poder darle significado a algo para después poder representar, el mismo autor menciona que dentro de este estadio se identifican cinco conductas; la imitación diferida, el juego simbólico, el dibujo, la imagen mental y el lenguaje.

Sin embargo, dentro del grupo estudiado se puede apreciar que no todos se encuentran en el mismo nivel de dicho estadio, ya que, algunos alumnos aún presentan dificultades en diversos aspectos como lo es el lenguaje y la imagen mental, cuestiones fundamentales para la autorregulación emocional.

Los problemas de lenguaje que enfrentan los alumnos se centran a la poca expresión oral, lo que a su vez está acompañado de problemas de pronunciación de ciertos fonemas, por lo tanto, algunos alumnos prefieren el expresarse de otra forma que no involucre el lenguaje, llegando a utilizar el dibujo o incluso mediante movimientos corporales. Además de estados anímicos diferenciados que hablan del apego de los menores a las figuras materna o paterna.

Diálogo entre mis alumnos y la docente en formación:

DF: Buenos días

ALUMNOS: Buenos días

DF: ¿Cómo están el día de hoy?

ALUMNOS: Bien

DF: ¿Cómo se sienten?

ALUMNO 1: Feliz (Sonríe)

ALUMNO 2: Triste (En el momento pone una cara triste)

DF: ¿Por qué?

ALUMNO 2: Por qué quiero a mi mamá

DF: ¿Cómo te sientes hoy? (Me acerque a un niño y se lo pregunte específicamente a él)

ALUMNO 3: (Solo pone una cara de enojado)

DF: ¿Estás enojado?

ALUMNO 3: (Asienta con la cabeza)

(NT. EDUCA/NOV/24)

Contexto Sociocultural

El contexto sociocultural es el ambiente donde se desarrollan los alumnos, de este obtienen diversos conocimientos y habilidades propias de una cultura o de un grupo de personas. Por tal motivo, resulta deseable que ese ambiente ofrezca lo necesario para un óptimo desenvolvimiento de los infantes donde les den el lugar que merecen y, además, los tomen en cuenta ante diversas situaciones. Al respecto Cifuentes (2018) menciona: Existe la necesidad de estudiar los contextos circundantes a los procesos de aprendizaje de los estudiantes, con la intención de integrarlos a las prácticas pedagógicas, a fin de convertirlos en una oportunidad para potenciar el desarrollo de competencias académicas, ciudadanas y laborales de los niños, niñas y jóvenes.

Por lo anterior, se puede decir que el proceso de aprendizaje no depende del factor cognitivo de cada persona, sino todo lo contrario, factores como el contexto sociocultural se involucran de manera significativa. Al convivir de forma cercana con diferentes personas de nuestro alrededor las niñas y niños pueden adquirir ciertas costumbres de ellos, mismos que pueden ir desde algunas actitudes, conductas o incluso acciones. Para comprender el contexto sociocultural existe la teoría de Vigotsky, al respecto Romero (2024) menciona que el desarrollo social de los infantes se lleva a cabo a través de la zona de desarrollo próximo, la cual permite comprender que el estudiante es capaz de hacer y lograr cualquier objetivo con el apoyo de un adulto o de alguien más experimentado.

A Manera de Reflexión.

El diagnóstico me permitió entender que el aprendizaje de los alumnos no depende únicamente de ellos mismos, sino por el contrario, lo que está a su alrededor influye de manera significativa, ya que de ese medio las niñas y niños de primer grado de preescolar pueden adquirir conocimientos, habilidades y capacidades en todo momento, sin importar que los infantes no se encuentren en una institución educativa que les brinde ese servicio. Por ende, la importancia de que los diferentes espacios donde conviven los alumnos se relacionen entre sí y trabajen a la par para dar la oportunidad a los aprendices de ir conformando sus procesos emocionales como lo es la autorregulación.

Identifiqué que los alumnos de primer grado de preescolar presentan una deficiencia en su autorregulación, así como una dependencia de las demás personas para realizar ciertas

acciones básicas propias de un niño de preescolar, por ejemplo; el escoger a qué va a jugar, con quién convive, el color que va a utilizar, incluso el ámbito socioemocional se ve afectado, dado que los alumnos tienen dificultades hasta para regular sus enojos, miedos y alegrías.

La autorregulación emocional involucra el autoconocimiento, si los infantes se reconocen como personas importantes que pueden sentir y ser de manera libre, el proceso de autonomía será favorecido, porque si un niño no aprende a reconocer cómo se siente se le complicará aún más el tomar decisiones en su vida sin el apoyo de otros.

Por lo tanto, el realizar el diagnóstico con diferentes instrumentos de recolección de la información me brindó la oportunidad de conocer al grupo en diversos aspectos desde lo familiar, lo escolar, o cognitivo hasta el contexto sociocultural, mismos que, a su vez abrieron la ruta para planear una intervención que atendiera el problema de autorregulación emocional de los alumnos a través de alternativas de atención que permitan un mejor desarrollo de los menores y por tanto, abrir la posibilidad de un aprendizaje de acuerdo a su desarrollo, experiencias y ayudas que pueda recibir de sus compañeras y compañeros, así como de la docente de grupo.

Segunda Categoría. Intervención Educativa a Favor de Procesos de Autorregulación

El proceso de intervención educativa para atender el objetivo de la presente investigación señala diseñar actividades encaminadas al desarrollo de la autorregulación a través de la cooperación para fortalecer el desarrollo integral en los niños de primer grado de preescolar, mi investigación acción, orientada a la transformación y atención de una problemática, permitió planificar por propia actividades o acciones encaminadas a dar seguimiento al objetivo expresado con anterioridad así como a anticipar instrumentos para la recolección de datos.

Este primer resultado de la intervención surge de las actividades desarrolladas en dos periodos de práctica docente que comprendieron de octubre-noviembre del 2024, donde tuve la oportunidad de pensar de manera anticipada, con la ayuda de mi experiencia, bajo el acompañamiento de la asesora de tesis y las demandas de la docente titular, la planeación didáctica encaminada a favorecer la autorregulación.

La intervención que planeé y pude implementar a favor de la autorregulación derivó de algunos proyectos que la titular de grupo desarrolló y de la cual, como docente en formación a su vez organicé en dos secuencias didácticas conformadas cada una de cinco actividades. Revisar las actividades desarrolladas me permitió entender que trabajar a favor de la autorregulación es una necesidad, pero, que si lo hacía de manera intencionada resultaba más beneficioso para los alumnos, porque en mi experiencia, las planeaciones que

regularmente elaboro tienen un cierto énfasis por actividades de lenguaje y pensamiento científico, porque así lo solicitan las titulares del grupo. Reconozco que, en pocas ocasiones, por mi cuenta, yo había elaborado planeaciones para atender y mejorar el desarrollo socioemocional.

Samaniego (2023) hace referencia a que la planificación educativa debe de encaminarse hacia una formación integral de los educandos, es decir, no solo enfocarse en los conocimientos académicos sino también en la formación de valores y de otras habilidades, lo que permitirá la formación de personas que aporten sus conocimientos para la construcción de una mejor sociedad.

Debo reconocer que, en mis prácticas de semestres anteriores a mi séptimo espacio de docente en formación, no había intencionados procesos de autorregulación, sin embargo, ahora era diferente porque ante una problemática ya detectada, tenía el compromiso de planear e implementar esas actividades, dado que la intervención estaba bajo mi responsabilidad.

Lo sucedido y en cierta medida el proceso que observaba ante la problemática de una pobre autorregulación en mis alumnos de primer grado de preescolar me permitió entender la relevancia de la planificación para atender problemáticas, porque si no hubiera llevado ya preparadas las actividades que desarrollé, quizás mi práctica nunca hubiera llegado a identificar cómo atender las necesidades que mis alumnos evidenciaban.

En este primer resultado de la intervención reconozco la necesidad de planear acciones enfocadas y diversas para la autorregulación, advierto que este proceso organizativo requiere de una cierta preparación previa, de un objetivo y, esos dos elementos yo los tenía en mi investigación. Por ese motivo doy un valor mayor a la planeación, porque fue a través de la misma que yo logré entender como una herramienta educativa, sirve al proceso de investigación. Carriazo, Pérez y Gaviria (2020) mencionan;

La Planeación Educativa se encarga de delimitar los fines, objetivos y metas de la educación. Este tipo de planeación permite definir qué hacer, cómo hacerlo y qué recursos y estrategias se emplean en la consecución de tal fin. La Planificación permite prever los elementos necesarios e indispensables en el quehacer educativo. (p. 88)

La planificación reúne diversos elementos en su realización con el propósito de que las intervenciones propicien la enseñanza y aprendizaje de los alumnos. Sin embargo, debemos de estar conscientes de que, aun así, se pueden propiciar conocimientos fuera de

lo planificado ante situaciones sorprendidas que pueden llegar a ocurrir en el jardín de niños y que brindan a los alumnos aprendizajes significativos.

Por tanto, la planificación me resultó necesaria para orientar la práctica docente, me permitió anticipar los recursos humanos y materiales para el logro de los fines previstos a favor de la autorregulación, en especial para atender las necesidades de los pequeños del preescolar, como fue el caso de la experiencia vivida, porque a partir de la planificación de mis acciones yo encaminé a la mejora de la autorregulación en mis niños de primer grado.

Sé que la planeación es una guía flexible y así ocurrió en el salón de clase, donde yo pude aprovechar las acciones que emergieron en el aula y encauzar mis esfuerzos hacia la autorregulación. La planificación de la docente en preescolar, como de otros niveles educativos, es la base para su actuar dentro del grupo, el conocimiento que este tenga de los menores son a la vez guía del actuar, sin desconocer que el dominio del tema nos permitirá a los docentes saber responder ante situaciones inesperadas que lleven a prácticas educativas y acciones de mayor o menor logro.

Luego de las intervenciones planificadas, como docente en formación he logrado comprender que se trata de ir más allá del campo formativo a utilizar y el proceso de aprendizaje a desarrollar, ahora creo ser más consciente de lo importante que resulta tomar en cuenta las características de los alumnos antes de planear, así como durante la implementación de la misma, porque así el responsable de acompañar los aprendizajes tendremos oportunidad de escoger las estrategias que consideremos idóneas, siempre pensando en cómo atender las necesidades y problemáticas que presente el alumnado como era mi caso la autorregulación. La atención a problemáticas de autorregulación emocional es necesaria, amerita un desarrollo de forma transversal, es decir, puede estar inmersa en los distintos campos formativos a utilizar, así como también relacionarse con los procesos de aprendizaje a impartir durante la jornada escolar (ver anexo 7).

Como parte de la planificación los docentes podemos implementar recursos para detonar la motivación por aprender, así como pensar y anticipar los materiales a utilizar, recrear y emplear el espacio donde se realizará la intervención educativa. Para el desarrollo de mi investigación con una metodología participativa diseñé actividades focalizadas en el problema específico, donde noté que con la implementación de diversos elementos los alumnos pudieran adquirir el mayor aprendizaje posible de acuerdo a sus necesidades y capacidades.

Intervención que Favorece la Educación Socioemocional y la Autorregulación

Las acciones que realicé durante el periodo de intervención ya antes mencionado estaban focalizadas a una mejora continua en el desarrollo emocional de mis niños, por semana planifiqué actividades que atendieran la problemática y necesidades detectadas en el diagnóstico previamente realizado, como es el caso de dificultades para identificar sus emociones, pobre manejo de estas y poca expresión de las mismas. En la siguiente tabla se encontrarán las actividades que se realizaron como base de esta investigación acción tabla 10.

Tabla 10

Actividades realizadas con los alumnos de primer grado de preescolar

Primera secuencia			
Octubre 2024			
Nombre de la actividad	Propósito de la actividad	Análisis	Recursos utilizados
“Semáforo de las emociones”	Que el alumno identifique sus emociones con el objetivo de que durante el día pueda autorregularse con las diversas actividades que se realizarán en el transcurso.	Al inicio de la jornada escolar los alumnos tenían que poner su nombre en el color del semáforo que indicará la emoción que sentían en el momento. La mayoría de los alumnos llegaban a imitar la decisión de otros compañeros ya que, al ser cuestionados el porqué de la elección de dicha emoción, respondían con un “no sé”. Fueron pocos los niños que lograban expresar su verdadero sentir.	• Semáforo • Tarjetas con nombres
“Dibújame”	Que los alumnos se identifiquen a ellos mismos como personas importantes, que se conozcan tanto físicamente, así como sus principales preferencias y a partir de ello que	Los alumnos tendrán que pasar a verse en el espejo para después comenzar a describirse mencionando en voz alta sus características físicas y lo que son capaces de hacer. Después los alumnos tendrán que dibujarse según como se vieron en el espejo. La mayoría de los alumnos se identifica tal y como es físicamente de manera oral con ayuda de cuestionamientos que realizaba de	• Espejo • Hojas con silueta

	conozcan sus emociones.	forma directa, al igual que, reconocían las características físicas de los demás, pero no aquellas personales tanto propias como de los demás.	
“Expresando lo que siento”	Que los alumnos reconozcan y expresen lo que sienten a través del arte.	Se les pondrá diferentes piezas musicales, cada que termine una canción pintaremos en una hoja lo que nos hizo sentir dicha melodía, en total se pondrán cuatro piezas musicales mismas que tratarán de transmitir las emociones básicas (Alegría, tristeza, enojo y miedo). Al momento de hacer la actividad se hizo notorio la diferente percepción emocional que tenían los alumnos ante una misma situación. Cada uno de ellos se expresó de la misma forma, pero le dieron un significado diferente, por ejemplo, mientras unos sentían tristeza otros se inclinaban más por el miedo.	• Música • Pintura • Hojas
“Yo soy”	Que los alumnos se identifiquen como personas importantes que son diferentes a los demás pero que forman parte de una misma comunidad.	Exponer los gustos, habilidades y características de todos los niños, fomenta que los alumnos se sientan personas importantes que pertenecen a una comunidad. La mayoría de los niños al momento de pasar se mostraron emocionados y entusiasmados por contarles a sus compañeros lo que habían puesto en su cartel, lo que a su vez origina que se viera beneficiada la autoestima en cada uno de ellos, ya que, se mostraban seguros de contar aquello que les gustaba.	• Carteles realizado s con ayuda de los padres de familia.
“El vaso de la calma”	Que los alumnos tengan	Los alumnos decorarán un vaso mismo que podrán utilizarlo cada que	• Vaso • Pintura

oportunidad de sientan una emoción fuerte, se lo • Material
expresar sus pondrán en la boca y en el expresaran para
emociones en un abiertamente lo que sienten. Al decorar
ambiente seguro, principio eran pocos los alumnos que
de esta manera utilizaban dicho objeto, pero conforme
podrán pasó el tiempo les dio seguridad y fue
autorregular lo una buena herramienta para que los
que sienten. niños pudieran expresar todo lo que
sentían sin miedo.

Nota: Tabla realizada por cuenta propia

A partir de la realización de las actividades aplicadas en la primera secuencia llevada a cabo en octubre del 2024 me permitió realizar una segunda secuencia con la finalidad de darle seguimiento a las principales necesidades que se encontraron entorno a la falta de autorregulación emocional, en donde, como docente en formación actúe como mediadora del conocimiento que iban obteniendo mis alumnos de primer grado de preescolar. La función de mediadora, además de propiciar conocimiento, me llevó a ejercer neutralidad ante un conflicto, así como facilitar el diálogo y comunicación entre las partes afectadas para la búsqueda de una solución tabla 11.

Tabla 11

Actividades realizadas con los alumnos de primer grado de preescolar

Segunda secuencia			
Noviembre 2024			
Nombre de la actividad	Propósito de la actividad	Análisis	Recursos utilizados
"Mi propio retrato"	Qué los alumnos desarrollen su propio autoconocimiento por medio de descripciones sencillas hacia algunos aspectos físicos.	Los alumnos pasarán a verse en el espejo para después ilustrar sus propias características físicas en una hoja que tendrá la silueta de una cara. Los alumnos son capaces de expresar de manera oral sus características y las de los demás, pero al momento de ilustrarlas son pocos los que verdaderamente tratan de dibujarse tal y como son añadiendo elementos	• Hoja con silueta de cara • Colores • Espejo

		importantes como su boca, ojos, nariz, orejas, cabello, entre otros.	
“Mi familia”	Que los alumnos identifiquen a los integrantes de su familia y además favorecen su autoestima al reconocer el valor que tienen dentro de ella.	Se les entregará a los alumnos una hoja, en ella tendrán que dibujar a su familia para posteriormente indicar quienes la conforman, si se parecen o tienen rasgos en común y con quienes son más cercanos. Al incorporar a la familia se pudo descubrir que aquellos alumnos que presentan mayores dificultades para autorregular sus emociones son aquellos que son hijos únicos con poca o con excesiva atención de parte de su familia.	• Hojas • Cinta • Imágenes de familias
“Un mensaje especial”	Que los alumnos identifiquen sus emociones y las emociones de sus otros compañeros.	Les pediré a los alumnos que piensen en una persona del salón que sea muy importante para ellos, ya que a esa persona le realizarán una tarjeta con un mensaje especial. Al recibir una tarjeta realizada por otra persona del salón hizo que los alumnos fortalecerán su autoestima, ya que al momento de recibir la carta, la mayoría de los niños se mostraba emocionado e incluso mencionan que se encontraban felices.	• Hojas • Tarjetas con mensaje • Sobres con nombres
“Como yo soy”	Que los alumnos identifiquen sus principales rasgos, aquellas características que los hacen únicos y diferentes a los demás, logrando	Se les entregará a cada quien su plastilina para que con ayuda de esta traten de moldearse a ellos mismos, tratando de hacer cada uno de sus aspectos físicos que los identifican. Los alumnos identifican cada parte de su cuerpo, pero les cuesta el determinar que son personas únicas, ya que, la mayoría solo realizaba el producto, pero no lograba explicar	• Plastilina • Espejo

	aceptarse tal y como son.	y aquello que los hacía diferente a los demás.	
“Lo que amo”	Que los alumnos identifiquen a los integrantes de su familia y además favorecen su autoestima al reconocer el valor que tienen dentro de ella.	Los alumnos realizarán un mural acerca de la importancia de la familia en donde expresarán lo que más les gusta de estar con su familia, que no les gusta, lo que hacen cuando están todos juntos y lo que les hace sentir pasar tiempo con ellos. Se identificó que la familia es fundamental para el desarrollo socioemocional de los niños, ya que, es el ambiente inmediato, en donde conviven la mayor parte del tiempo y quienes pueden brindarles ciertos elementos a los niños para la mejora de su autorregulación.	• Papel craft • Colores

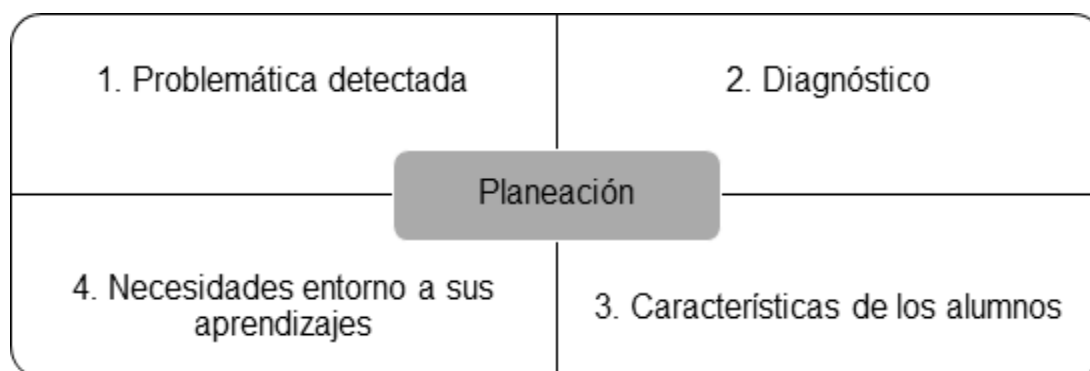
Nota: Tabla realizada por cuenta propia

Elementos y Características Necesarias

Como ya se ha mencionado la planificación de la intervención posee diversos elementos que buscan enriquecer su propia elaboración para beneficio de los alumnos y de mi labor como docente, ya que es una herramienta que respalda mi actuar con los niños durante todas las semanas de trabajo continuo. En este caso, consideré los siguientes elementos para poder planificar de manera adecuada las actividades a realizar con el grupo. Ver figura 6.

Figura 6

Elementos considerados para la planeación



Nota: realización de figura propia

El primer elemento a tomar en cuenta fue la problemática detectada, la cual es la base para focalizar las actividades, por otro lado, el diagnóstico fue fundamental para conocer el ambiente inmediato en el que se desenvuelve el grupo, tanto de manera externa como interna del aula, mismo que dio pase a descubrir las características de los alumnos y sus principales necesidades de aprendizaje.

Además de los elementos anteriores fue necesario tener un conocimiento previo de las características que tiene dicho proceso para la realización de la planeación; Heinsen y Maratos (2019) comparten algunas características para tener una buena planeación, las cuales son; que sea coherente, flexible, abierta, continua y progresiva, equilibrada y contextualizada. A continuación, en la tabla 12 se describen las características antes mencionadas.

Tabla 12

Características de una planeación

Característica	Descripción
Coherente	Tener relación con las estrategias didácticas que se vayan implementando con los elementos curriculares para partir con la elaboración de actividades pedagógicas.
Flexible	Para obtener los mejores resultados con el apoyo de la planeación, es necesario que sea adaptable a los diferentes estilos, ritmos y procesos de aprendizaje.
Abierta	Con el fin de beneficiar a los alumnos, se debe de mantener un proceso abierto para llevar una buena organización y anticipar los procesos de enseñanza.

Continua y progresiva	Es para favorecer la continuidad del proceso asegurándonos que se respete el indicador de grado correspondiente.
Equilibrada	Garantiza que se usen las estrategias adecuadas para llevarlas a cabo dentro del aula.
Contextualizada	Es preferible que se tomen en cuenta las características del alumnado, así como el espacio y los recursos con los que se cuenta para el desarrollo de la práctica.

Nota: realización de tabla propia

Mediante la figura 6 y la tabla 12 mostradas anteriormente destaco aquellos elementos y características que fueron base en la elaboración de mi planeación para las diversas intervenciones que tuve con el grupo de primero, mismos aspectos que a su vez he utilizado durante los demás semestres de la licenciatura y que con el paso del tiempo he fortalecido cada uno de ellos en beneficio a mi práctica docente y al cumplimiento de objetivos académicos establecidos para cumplir en un cierto tiempo.

Beneficios de la Planificación.

La planificación en mi investigación acción llevó a conocer diversos beneficios para los docentes, así como para los alumnos, en donde a su vez se obtuvieron aprendizajes generalizados para un conocimiento integral para los participantes de este proceso, a continuación, se presenta la tabla 13, la cual expone algunos beneficios de manera breve.

Tabla 13

Beneficios de realizar una planificación en una investigación acción que atiende proceso de autorregulación

Beneficios docentes	Beneficios para los menores	Aprendizajes de la docente	Aprendizajes de las niñas y niños
Fundamenta la intervención docente.	Mayor aprovechamiento académico.	La planeación es una guía en el día a día de los docentes	Aprendizajes más significativos para los alumnos.
Docentes preparados para los contenidos a propiciar con el grupo	Desarrollo integral de distintas habilidades	La adquisición de conocimientos se puede obtener de cualquier situación	Conocimientos basados en sus características y necesidades.

que surja dentro del salón de clases.			
Aprovechamiento del tiempo y de los recursos disponibles en el aula.	Mejora la comprensión de los contenidos	La planeación es un instrumento flexible.	Conocimientos más específicos acerca del desarrollo socioemocional.
Propiciar aprendizajes de forma intencionada.	Se atienden de manera más específica las necesidades del grupo.	Ayuda a la organización de actividades a realizar durante un periodo de tiempo.	Mejoramiento de las interacciones interpersonales con sus demás compañeros.

Nota: tabla realizada por cuenta propia

Lo anterior me hace pensar que la planeación no solo es una herramienta a utilizar para la organización del quehacer de la jornada escolar, sino que es un propiciador de aprendizaje generalizado tanto para el docente responsable de su creación y aplicación como para los alumnos que son los principales partícipes y constructores de su aprendizaje.

Los beneficios y aprendizajes adquiridos por los docentes vistos en la anterior tabla 13 se engloban mayormente a la mejora de la práctica para una reconstrucción de esta mediante las experiencias previamente vividas. Para los alumnos los beneficios y aprendizajes se ven reflejados en su vida diaria al poner en práctica los conocimientos que se les propiciaron.

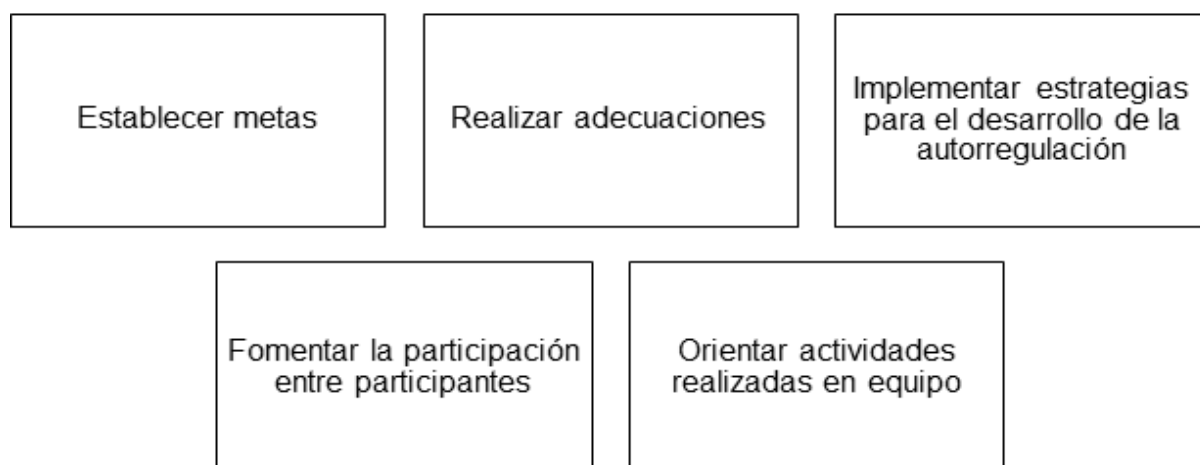
Retos Personales en la Planeación.

La participación de las niñas y niños en las actividades que aparecen en la tabla 10 me llevaron a reflexionar acerca de la importancia de tener una planificación para favorecer el área socioemocional dentro del aula de clases, ya que, en ocasiones la escuela suele ser el único ambiente donde se ven favorecidas. Brindándole mayor enfoque a la autorregulación emocional, la cual es el área que se detectó por medio del diagnóstico que requería de mayor apoyo.

Lo anterior, además de llevarme a reflexionar acerca de la importancia de la planeación, me hizo pensar sobre cómo mejorar mi práctica docente para beneficio de mis alumnos desde la planeación, no solo para favorecer el aspecto socioemocional sino para generar una educación integral. Ver figura 7.

Figura 7

Retos de la práctica docente desde la planeación



Nota: Elaboración propia

A manera de Reflexión

Se puede decir que la planeación es una guía flexible de actividades o acciones a realizar, en donde los docentes tenemos la oportunidad de crear el mapa a seguir de las jornadas escolares, implementando diversos recursos y estrategias para el óptimo desarrollo de aprendizajes con los alumnos. Para el caso de la autorregulación emocional tener una planeación resultó de gran utilidad para centrar los conocimientos que se deseaban propiciar en los alumnos en base a sus necesidades y características, aunque para ello se tuvieron que afrontar diversos retos personales.

Tercera Categoría. Manejo y Expresión de las Emociones de las Niñas y Niños de Primer Grado de Educación Preescolar: Una Intervención Encaminada a la Autorregulación Emocional.

Identificación y Expresión de las Emociones en los Alumnos de primer Grado de Preescolar

A partir del diagnóstico que realicé con mi grupo de primer grado de preescolar, observé que son niños que comienzan a conocerse como individuos, por lo tanto, desconocen diversas cosas que pasan en ellos mismos, así como también a su alrededor, ejemplo de ello, comprender sus propias emociones y también el de las demás personas, en ese sentido radica la problemática que se estudia, bajo el supuesto que a partir del conocimiento de las emociones es posible desarrollar procesos de autorregulación.

Según Bisquerra (2003) para que una emoción se produzca es necesario que pase por un mecanismo de tres pasos; conformados por; 1) Informaciones sensoriales que llegan al centro emocional del cerebro. 2) Producción de una respuesta neurofisiológica y 3) La interpretación de dicha información por parte del neocortex. De acuerdo a lo anterior: “una emoción es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno” (p.12).

Partimos de considerar que para que los alumnos identifiquen sus propias emociones es necesario que los docentes planifiquemos actividades y desarrollemos algunas acciones de manera cotidiana. Bajo tal idea se analiza los siguientes resultados de la intervención para mejorar procesos de autorregulación de las y los niños de primer grado de preescolar. Iglesias (2024) refiere que la autorregulación emocional se puede considerar como una habilidad que posee todo individuo y que implica diferentes procesos para poder manejar todo tipo de emociones, desde aquellas que nos brinden satisfacción como también las que nos puedan causar incomodidad o malestar durante alguna situación de la vida cotidiana como lo es el logro de objetivos o al momento de adaptarse a cosas nuevas.

Para el desarrollo de las diferentes actividades de intervención educativa se ocuparon igual variedad de materiales con el objetivo de brindarles a los alumnos diferentes experiencias durante la jornada escolar, utilizando plastilina, pintura, pelotas, recortes, al igual que diferentes modalidades de organización de grupo: individual, grupal y por equipos.

Para dar comienzo con la realización de actividades que dieran seguimiento a la problemática, en la intervención propuse la actividad de “El semáforo de las emociones” cuyo propósito era que el alumno identificará sus emociones durante la jornada, de esta forma fue posible observar las formas de autorregulación que tenían los propios alumnos ante una emoción con el apoyo del desarrollo de diversas actividades que se tenían consideradas durante el día. En la actividad, ellos debían identificar la emoción con la que llegaban al preescolar y señalarla en el semáforo mediante una pinza que tenía su nombre (ver anexo 8). Cabe resaltar que de manera previa las niñas, niños y yo hicimos un repaso para verificar que los alumnos reconocieran las emociones que iban a formar parte del semáforo, relacionando cara con el nombre, algo que la mayoría de los alumnos trabajan de manera cotidiana.

Los alumnos expresaban que se sentían felices, solo algunos cuantos dijeron estar tristes o enojados, pero cuando se les preguntaba el por qué no decían nada, se quedaban callados y regresaban a sus lugares para seguir trabajando. Ante esa reacción de parte de

mis alumnos, reflexiono acerca de cómo ayudarlos a identificar lo que sienten y expresarlo ante los demás como parte de tarea docente en formación a cargo del grupo.

Diálogo de mis alumnos y docente en formación:

(Pasa el alumno 1 a poner su pinza en la cara de felicidad y a continuación es el turno del alumno 2, quién pone la pinza en el mismo lugar)

DF: Cuéntame ¿Por qué estás feliz?

ALUMNO 1: No sé

DF: ¿Por qué no sabes?

ALUMNO 1: (Se queda callado y se regresa a su lugar)

DF: Recuerden que debemos de ponerlo en la emoción que estamos sintiendo en este momento.

(El alumno 2 puso la pinza en la cara de felicidad)

DF: Cuéntame ¿Por qué estás feliz?

ALUMNO 2: No sé

DF: ¿Por qué no sabes?

ALUMNO 2: (Se queda callado y se regresa a su lugar)

(A continuación, pasaron más alumnos que hicieron exactamente lo mismo)

(NT.EDUCA/OCT/24)

Lo anterior me permitió detectar que los alumnos ponían la pinza según como la colocará su compañero de adelante, lo que permitió comprender que algunos de los alumnos no lograban tener una decisión propia respecto a sus emociones, se dejaban llevar por sus demás compañeros, imitaban su acción y prueba de ello era que cuando se les preguntaba el por qué, no responden.

En el momento no me esperaba las nulas respuestas de parte de los alumnos en relación a las preguntas de por qué sentían la emoción que seleccionaron, por lo tanto, opté por repetirles la indicación en más de una ocasión, pensando en que los niños y niñas no habían entendido o escuchado lo que yo les había dicho que íbamos a realizar en la actividad. Sin embargo, analizando la situación posterior a la actividad, considero que debí de adecuar la pregunta realizada a un grado de complejidad adecuado para las niñas y niños del grupo, ya que, para un niño que apenas va comenzando con su proceso de autorregulación, como es el caso de la mayoría de mis alumnos, es difícil identificar su sentir, y, considero que se

vuelve aún desafiante el tener que explicar el por qué por medio de la comunicación oral como única forma de hacerlo.

Lo anterior me dio indicios de que los alumnos tienen poco conocimiento de sí mismos a nivel emocional, desconocen su sentir y también la forma en cómo se manifiestan las emociones en ellos, pero teniendo bien en claro que hacer, es decir, el nombre y cara de las emociones. Al conocer esta situación quise actuar de manera instantánea, tratando de brindar mayores experiencias a los alumnos acerca de las emociones, para ello consideré importante abarcar otros aspectos para favorecer lo emocional como lo es el ámbito familiar y de autoconocimiento.

Favorecimiento del Autoconocimiento en los Alumnos y Alumnas de Primer Grado para la Mejora del Proceso de Autorregulación

Por lo general, una persona que cuenta con cierta habilidad de autorregular sus emociones sería capaz de y manejar lo que siente en la situación que se le presente, utilizando diferentes estrategias para ello, por lo tanto, resulta necesario que se tenga un conocimiento de sí mismo, tanto para la identificación de la emoción, y qué podemos hacer para manejarla.

En el caso de los niños y niñas de primero de preescolar es fundamental que comiencen a desarrollar ese autoconocimiento para que puedan reconocer las emociones que manifiestan y puedan iniciar ese largo y cambiante proceso de autorregularse de la forma que sea más conveniente para ellos. Por tal razón, propuse diversas actividades orientadas a desencadenar en los alumnos el autoconocimiento por ellos mismos, con el fin de desencadenar en ellos un avance en la identificación de emociones y con ello mejorar los procesos de autorregulación.

López, Hernández y Rivera (2023) mencionan que el autoconocimiento engloba rasgos como la conciencia, el nombre y la comprensión de las emociones, siendo la conciencia emocional el primer paso para entender las siguientes. Los autores resaltan la importancia del autoconocimiento para favorecer el proceso de autorregulación, por ello, los educadores habremos de facilitar las herramientas que favorezcan el desarrollo y conocimiento personal de los alumnos, ya que se vuelve prioridad para entender y comprender las propias emociones.

La actividad implementada en el salón de clase “Yo soy” tenía como propósito que los alumnos se identificaran como personas importantes, diferentes a los demás, capaces de relacionarse y convivir en un mismo espacio. Para su desarrollo los alumnos tenían que hacer

de tarea un cartel con ayuda de los padres de familia, tutores o cuidadores, donde plasmarán sus principales gustos o preferencias en torno a su pasatiempo, comida, entretenimiento, etcétera (ver figura 8).

Figura 8

Carteles realizados con el apoyo de los padres



Nota: Carteles que los alumnos realizaron con ayuda de sus padres de familia

Los alumnos tenían que llevar su cartel a clase para ser expuesto enfrente de sus compañeros, brindándoles un espacio para conocerse entre ellos mismos como grupo. El día de la presentación organicé la actividad para que las niñas y niños de primero prestarán atención a todas las exposiciones. Así, cada día exponían tres alumnos. Solamente tres alumnos no presentaron su trabajo por inasistencia debido a enfermedad o por otras circunstancias desconocidas en el día que les tocaba exponer.

Para la realización de esta actividad fue indispensable la ayuda de los padres de familia, ya que sin ellos los alumnos no hubieran podido hacerlo por sí solos o se les habría complicado su realización. La actividad no solo fue una tarea más por hacer en casa, gracias a ella, los padres o tutores tuvieron la oportunidad de convivir con su hijo y tener un espacio para conocer este proceso de autoconocimiento, reforzando vínculos afectivos con sus hijos.

Al momento que los alumnos pasaban a exponer el cartel, el resto del grupo permanecía en su lugar escuchando a su compañero. Hubo momentos en los que fue necesario intervenir con el grupo, llamándoles la atención para que prestaran atención a la presentación, incluso mi estrategia como docente en formación fue realizarles preguntas acerca de la información expuesta. De igual forma hice preguntas a los niños que estaban

exponiendo para ayudarlos con su cartel y se acordarán de lo que habían hecho de tarea con ayuda de sus tutores.

Diálogo obtenido durante la exposición del cartel

(ALUMNO 1 se encuentra presentando su cartel)

DF: Cuéntanos ¿Cuál es tu comida favorita?

(El ALUMNO 1 observa el cartel que realizó)

ALUMNO 1: La pizza

DF: ¡Qué rico!, ¿A quién más les gusta la pizza?

ALUMNOS: A mí (en un mismo tono)

DF: ¿Cuál es tu color favorito?

ALUMNO 1: El rojo

DF: Que bonito color, ¿A quién más le gusta el rojo?

ALUMNO 2: A mí me gusta el rojo

ALUMNO 3: A mí también me gusta el azul

DF: ¡Perfecto!, muy bien niños

(NT. EDU/OCT/24)

La mayoría de los alumnos se mostraba entusiasmado por exponer su cartel, pero al momento de pasar al frente les llegaban los nervios, por lo tanto, al principio se notaban algo tímidos, pero poco a poco se iban relajando. Al notar esto solicité al grupo que cada que terminará un compañero de presentar su trabajo le diéramos un aplauso, y a su vez motivar a los demás a pasar a exponer sin preocupación.

Con esta actividad los alumnos pudieron identificar sus propios gustos y preferencias, así como las de otros compañeros del grupo, permitiendo a su vez, un mayor conocimiento de ellos mismos y en los demás. Para el cierre, se trató de reflexionar de manera grupal acerca de lo realizado, con el objetivo de hacerles comprender que cada uno de nosotros somos diferentes a los demás y que, así como tenemos diferentes gustos podemos sentir y presentar distintas emociones.

Diálogo con los alumnos de primer grado

DF: ¿Todos tenemos los mismos gustos?

ALUMNOS: No

ALUMNO 1: A mí me gusta el color rosa

ALUMNO 2: A mí el color rojo

DF: Entonces, ¿Todos podemos sentir lo mismo?

ALUMNO 3: No por qué yo a veces me pongo triste por qué me regaña mi mamá

ALUMNO 1: Yo no me pongo triste

DF: Nos podemos poner alegres, tristes, enojados cada quien por diferentes motivos y está bien, sentirnos así. No siempre vamos a tener la misma emoción que nuestro compañero de al lado.

ALUMNO 3: Sí por qué solo a mí me regaña mi mamá

DF: Así es

(NT.EDUCA/OCT/24)

La actividad “yo soy” estuvo orientada a conocer cuestiones de sí mismos, como lo son sus gustos y preferencias, no fue la única que se realizó en torno al autoconocimiento. Se presentaron otro tipo de actividades encaminadas al mismo fin, pero con diferentes recursos, como es el caso de la actividad “mi propio retrato”, donde los alumnos se identificaron físicamente.

En esta actividad los alumnos tenían que pasar al frente a verse en el espejo que está justo a un lado del pizarrón, de esta forma podrían observar e identificar sus rasgos físicos, mismos que después plasmaron en una hoja de trabajo, en la cual estaba marcada una silueta de la cara. Para apoyarlos con la realización de esta actividad fue indispensable mi intervención docente para orientarlos y guiarlos a través de cuestionamientos propios de la actividad.

Observé que la mayoría de los alumnos identifica cada una de las partes que conforman su cuerpo, al igual que, son capaces de describirse físicamente, incluso llegando a fijarse en ocasiones en pequeños detalles de ellos mismos y de los demás. Sin embargo, al momento de realizar el producto final de la actividad algunos les costaba trabajo el plasmarse tal y como son, es decir, con sus ojos o cabello del color que realmente son (ver anexo 9).

Para finalizar con la actividad realizamos una breve reflexión de manera grupal, esto con el fin de analizar que todos somos diferentes físicamente y por ende cada quién expresa sus emociones de forma distinta, tomé el ejemplo de cuando ellos están enojados, enfatizando que no todos hacían los mismos gestos.

Diálogo entre docente en formación y alumnos

DF: ¿Todos somos iguales físicamente?

ALUMNOS: ¡Noooo!

ALUMNO 1: Yo tengo el cabello de color café (Se toca su cabello para mostrarmelo)

ALUMNO 2: Yo lo tengo corto

DF: Así es, pero, ¿todos tenemos manos?

ALUMNOS: Sí

DF: ¿Todos tenemos pies?

ALUMNOS: Sí

DF: ¿Cabeza?

ALUMNOS: Sí

DF: ¿Ojos?

ALUMNOS: Sí

DF: Muy bien, a pesar de tener lo mismo, somos diferentes en algunas cosas de nuestro cuerpo. Así mismo pasa con las emociones que sentimos, cada una de ellas se puede expresar de forma diferente en nosotros, mientras algunos hacen un gesto para poder expresarla otros simplemente la pueden manifestar de otra forma.

(NT.EDUCA/OCT/24)

Esta actividad también dio pie a que se pudiera generar empatía entre ellos, dado que, hay alumnos que ante alguna situación que les provoque enojo o tristeza suelen gritar o incluso agredir de forma violenta a otro compañero, que si bien no son acciones justificables es importante que, como grupo, ellos sean pacientes y traten de apoyar a aquel compañero que necesite autorregularse.

Por lo anterior, también logré incorporar otro tipo de estrategias para el favorecimiento de la autorregulación de los alumnos, por ejemplo, llevé al salón de clases un oso de peluche el cuál se denominó como objeto seguro. Dejé el oso de peluche al alcance de los alumnos y teníamos, niñas, niños y docente, el acuerdo era que, cuando ellos sintieran alguna emoción podían tocarlo. (ver la figura 9).

Figura 9

Implementación del oso de peluche



Nota: Alumno tratando de regular sus emociones con ayuda del oso

Al llevar a cabo esta estrategia, percibí una buena respuesta de parte de los alumnos, había niños que se acercaban al oso de peluche; en la mayoría de los casos les funcionaba de consuelo ante diversas situaciones de desborde emocional, algún golpe dado por otro compañero o inclusive por una caída accidental. Sin embargo, también fue complicada su implementación debido a que había niños que a pesar de no necesitar el oso de peluche lo querían para jugar, lo que a su vez provocaba peleas entre ellos por querer tener entre sus manos al oso, sin importarles que alguien realmente lo ocupará.

Considero que lo más recomendable para mejorar la estrategia es añadir un reglamento para el uso del oso de peluche, dado a que, a los alumnos solo les di la indicación principal, explicándoles el para qué lo íbamos a estar utilizando, sin tomar a consideración que se debían de establecer límites para que esta acción de autorregulación emocional fluyera de mejor manera.

La Familia como Factor en el Proceso de Autorregulación en los Niños y Niñas de Primer Grado de Preescolar

Como di a conocer en el diagnóstico, la familia suele ser un factor determinante para que los alumnos puedan tener un autoconocimiento de sí mismos y a su vez desarrollar en ellos procesos de autorregulación. Se detectó que el tipo de relación que pueden llegar a tener los niños y niñas con su familia da pie a entender el porqué de múltiples actitudes y acciones que pasan en el aula de clases, entre ellas las acciones que suelen realizar debido a la falta de autorregulación emocional, como lo es gritar y en ocasiones pegar, no identificar ni nombrar las emociones que experimentan.

Resulta lógico pensar que, para la mayoría de mis niños de primer grado, la familia es muy importante para ellos y, suele ser notorio al momento de que se habla del tema ya sea por fines allegados a una actividad o porque entre los niños hacen mención de la misma.

Por lo tanto, hablar de la familia fue un tema que se abordó poco a poco, de manera sutil, ya que, incluso pasando el mes de septiembre de 2024 de asistencia al preescolar como docente en formación, había alumnos que aún no podían aceptar el hecho de separarse de sus padres, les provocaba llanto y rechazo entrar al aula de clases, llanto que en múltiples ocasiones fue contagioso, es decir, si una niña lloraba, en automático empezaban a llorar otros.

Diálogo entre la maestra en formación y el alumnado

(Durante la mañana entra llorando al salón de clases el ALUMNO 1)

DF: ¿Qué pasa ALUMNO 1?

(ALUMNO 1 solo llora)

DF: Vente vamos a escoger donde te vas a sentar el día de hoy

ALUMNO 1: Mamá

DF: ¿Qué pasa con tu mamá?

ALUMNO 1: Mamá, quiero irme con mi mamá

(Entra ALUMNO 2 deja sus cosas en su lugar, ve llorar al ALUMNO 1 y también comienza a llorar)

DF: ¿Qué pasa ALUMNO 2?

ALUMNO 2: Yo también quiero a mi mamá

DF: Tranquilos, más tarde viene su mamá por ustedes. Vamos a hacer muchas actividades y a jugar para después poder irnos con nuestras mamás.

Nota: Los alumnos siguieron llorando hasta que se dio inicio a la primera actividad

(NT. EDUCA/OCT/24)

De manera constante durante las mañanas yo abordaba el tema familiar con el objetivo de que los niños pudieran expresarse y manifestar su sentir, pero sobre todo para que tuvieran presente que ellos asisten al preescolar para aprender cosas nuevas, jugar y convivir con sus compañeros de grupo, recordándoles que solo asistían unas cuantas horas al preescolar y después se iban con su familia.

Las actividades planificadas y después implementadas con los alumnos me brindaron la información necesaria para determinar que los niños de primer grado tienen un papel menor

o mayor según sea el caso dentro de su familia, debido a que tienen padres o tutores que los sobreprotegen o por el caso contrario; no les brindan la atención suficiente para su desarrollo.

La actividad “Mi familia” fue la que me permitió conocer lo anterior, los alumnos al tener que dibujar y expresar cómo era su familia se identificaron a ellos como parte de ella, describiendo lo que hacían en su casa, con quién pasaban más tiempo, qué actividades hacen en familia y cómo les hacía sentir pasar tiempo con ellos.

Diálogo entre la docente en formación y los niños y niñas de primer grado

(Una vez que terminaron de hacer el dibujo de su familia los alumnos iban a pasar a exponer.)

DF: ALUMNO 1 pasa a exponer tu dibujo

(Pasa al frente)

DF: Platícanos tu dibujo

ALUMNO 1: Es mi papá y mi mamá

(Señalando el dibujo)

DF: ¡Muy bien!, ¿Qué haces con tu familia?

ALUMNO 1: Todo, voy al parque y veo la tele

DF: y ¿Cómo te hace sentir eso?

ALUMNO 1: Bien, muy feliz

DF: ¿En qué te ayudan tus papás?

ALUMNO 1: Solo cuando necesito ayuda

(NT.EDUCA/OCT/2024)

También hubo casos de niños que se quedaban callados al momento de pasar a exponer, ya sea por tímidos o por no tener un buen vínculo afectivo con su familia y no poder relacionar algún momento significativo para mencionar con sus compañeros durante la exposición.

Otra actividad que me llevó a identificar el papel de la familia en los alumnos fue denominada “Lo que amo” en ella los niños y niñas de manera grupal tenían que hacer un mural en papel kraft acerca del valor y significado que tiene para ellos su familia (ver anexo 10). Pude comprobar que la mayoría de los alumnos tienen un vínculo especial al relacionar cualquier tipo de emoción al momento de hablar de sus seres queridos.

Dentro del desarrollo de la actividad pregunté a los alumnos acerca de qué ocurre cuando lloraban o se enojaban en presencia de sus papás, algunos llegaban a mencionar

que la mayoría de veces los abrazaban, los seguían regañando o les decían que no estuvieran llorando.

Diálogo entre la docente en formación y los alumnos

DF: ¿Qué hacen sus papás cuando los ven llorar?

ALUMNO 1: Me dicen que ya no llore

ALUMNO 2: A mí también me dicen lo mismo

ALUMNO 3: Me regañan

ALUMNO 4: A mí a veces me abrazan

DF: ¿Y cuándo ustedes se enojan?

ALUMNO 3: Me regañan por qué dicen que me porto mal

(NT. EDUCA/NOV/24)

Los alumnos a manera de cierre estuvieron platicando acerca de lo que suelen hacer con su familia y los miembros que la componen permitiéndonos identificar los diferentes tipos de familias que pueden llegar a existir y que, a pesar de ello, siguen siendo parte fundamental en la vida de cualquier individuo.

La familia puede llegar a ser un factor de alteración en la parte emocional de los alumnos, ya que, en ocasiones en vez de fortalecer este aspecto, se minimizan las emociones que los niños pueden llegar a presentar en situaciones de su vida cotidiana, llegando a brindarle pocas herramientas para su autorregulación. Al respecto, considero indispensable crear espacios donde los padres de familia tengan la oportunidad de conocer acerca de la importancia del desarrollo socioemocional de los niños para tratar de propiciar un cambio en las perspectivas que se tienen acerca del tema, sin embargo, para que eso se lleve a cabo es importante que a los padres les cause interés.

La base social es la familia, es en ella que empieza a deslumbrar la educación en primera línea, es la familia quien recibe al niño y lo alberga por mucho tiempo conduciendo su desarrollo y cuidándolo como el mayor tesoro que haya llegado al hogar, en este proceso de gran importancia los niños atraviesan un sin números de sucesos que deben ser orientados y canalizados para la construcción del aspecto más importante del individuo, el aspecto emocional, el cual está influenciado por completo por variantes ambientales entre ellas el contexto familiar. (Barcia, et. al, 2023, p.474)

Otros Aspectos Importantes a Tomar en Cuenta Dentro del Grupo de Primer Grado de Preescolar Respecto a su Proceso de Autorregulación Emocional

A lo largo de las jornadas de trabajo con mi grupo de primero de preescolar me di cuenta que un factor determinante en el desarrollo de las actividades planeadas fue la poca participación que recibía de parte del grupo, en múltiples ocasiones los alumnos se quedaban callados ante mis preguntas, incluso en los momentos en donde debían de exponer acerca de una situación presentada.

Las actividades donde detecté menos participación eran las que trataban de expresión oral, es decir, aquellas en las que los alumnos tenían que comunicar verbalmente lo que se les pidiera. La mayoría de los niños y niñas se mostraban tímidos para participar, les daba pena que fueran escuchados por sus demás compañeros, lo que me dio a entender que durante las primeras fechas de prácticas entre octubre y noviembre de 2024, aún les costaba convivir dentro del grupo.

Al tener poca participación oral de parte de los alumnos comprendí que iba a ser difícil que lograrán comunicar sus emociones de esa forma, por lo tanto, traté de ser más observadora para darme cuenta de qué otra manera ellos expresaban lo que sentían, descubriendo que en muchas ocasiones era mediante gestos o algunos otros movimientos corporales.

Los alumnos mostraban algo de facilidad para comunicarse con ciertos gestos y, manifestar lo que sentían con otras personas, como ya había mencionado anteriormente, solo cuando la emoción era muy fuerte, ellos optaban por gritar o llorar. De igual manera a causa de ello implementé, durante los días de trabajo en el aula de primer grado, ejercicios de respiración.

Los ejercicios de respiración se realizaban de manera grupal para tratar de tranquilizar a los alumnos una vez que entrábamos del recreo o de alguna otra clase, teniendo así una doble función, como pausa activa para recuperar su atención y además como estrategia para la autorregulación emocional. Lo que hacíamos era inflar un globo imaginario, yo pasaba a darles dicho globo y después inhalamos y exhalamos simulando llenarlo.

Ante esta estrategia había buena respuesta de parte de los alumnos, en la mayoría de las ocasiones realizaban dicho ejercicio tal cual, y como se daba la indicación, incluso poco a poco los niños se fueron familiarizando con dicha acción a tal grado de ya no tener que darles instrucciones, solo con decir “vamos a inflar nuestro globo”, los niños lo hacían. Cómo era una acción que se realizaba casi a diario tenía miedo de que poco a poco dejará de funcionar con los alumnos, sin embargo, esto no fue así, en todo momento de su implementación se lograba el objetivo de relajar y calmar a las niñas y niños.

A manera de reflexión

Por medio del diagnóstico y de las actividades aplicadas dentro del grupo se identificó que los alumnos tenían dificultades para poder identificar sus emociones y explicar el por qué de su sentir. Por ello, se implementaron actividades que estuvieran centradas en favorecer el autoconocimiento a nivel físico y emocional de cada uno de los alumnos, descubriendo que existen otros factores que influyen de manera significativa dentro de este proceso, como lo es la familia.

La planeación que se realizó en base a las necesidades del alumnado me ayudó como docente en formación a obtener resultados que me brindarán la suficiente información para seguir teniendo una intervención focalizada en el desarrollo emocional de los alumnos. Buscando diferentes estrategias para una mejora continua del aprendizaje y así llegar al punto de implementar ejercicios respiratorios para beneficio de control y manejo emocional de los alumnos.

Cuarta Categoría. La Cooperación Dentro del Proceso de Autorregulación Emocional

Inicios de la Cooperación

Al principio trabajar la cooperación con mi grupo de primero de preescolar era un poco difícil, debido a que los niños cuando recién entraron a la institución se encontraban en etapa del egocentrismo. Para algunos de ellos se trataba de su primera interacción entre personas de su misma edad y eso lo hacía aún más complejo, ya que para que pudieran ser cooperativos entre ellos primero tenían que adaptarse a un nuevo espacio en sus vidas, la escuela y todo lo que ello implicaba.

Diario de la educadora

El día de hoy una de las alumnas lloró por qué un compañero le había quitado su lugar, después de los hechos ella comenzó a llorar de manera desconsolada y al momento de querer tranquilizarla no se dejaba, lloraba aún más, incluso, comenzó a gritar, negándose rotundamente a recibir apoyo de parte mía o de algún otro compañero.

(NT.EDUCA/OCT/24)

Lo anterior tuvo solución con el paso del tiempo y con la constante intervención de la docente en formación, donde de manera transversal en la implementación de algunas actividades fui propiciando de manera intencionada la convivencia entre alumnos, brindándoles espacios seguros de participación y comunicación para su óptima adaptación,

todo ello con el fin de que el trabajo cooperativo fluyera y no se sintieran obligados a trabajar con otro y otros.

Según Catalán, Espinoza y Figueroa (2023) la cooperación en el aula tiene una mirada constructivista y se puede considerar como el trabajo que se realiza de manera conjunta por un objetivo en común, favoreciendo en los estudiantes la interacción entre pares y a su vez, valores relacionados a su desarrollo personal.

La actividad “El vaso de la calma” fue determinante para el trabajo cooperativo, los alumnos tenían que hacer un vaso de la calma con el material que se les proporcionó, lo podían decorar a su gusto de forma que fuera un objeto que lo consideran como propio. Durante su elaboración algunos niños presentaban dificultades para hacerlo por cuenta propia, por lo tanto, algunos optaron por pedir ayuda a sus compañeros que se encontraban cerca de ellos.

La respuesta de parte del grupo fue positiva, más de dos alumnos se mostraban interesados en apoyar a su compañero que así lo habían solicitado, incluso en ocasiones no era necesario pedirla de forma abierta con el grupo, sino que entre los mismos compañeros que se tenían a un lado ayudaban y sin necesidad de decirles de forma verbal, ellos mismos por medio de la observación se daban cuenta de a quien se le estaba dificultando la elaboración de su vaso de la calma, ver figura 10.

Figura 10

Vaso de la calma



Nota: Los alumnos se encontraban realizando su vaso de la calma de manera cooperativa, mostrándose solidarios al ayudarse entre ellos.

Algunos alumnos me pedían permiso para poder ayudar a sus compañeros, lo que me dio a entender que era algo que ellos requerían realizar bajo la autorización de alguien. Reflexionando la situación, me situé a inicios de ciclo escolar, donde yo solo fui a observar y recordé que la maestra titular no permite que los alumnos reciban apoyo entre ellos, normalmente restringía esta acción diciendo “cada quien podía hacer las cosas por sí solos”.

En base a lo anterior, creo entender la postura de la maestra titular porque, hay alumnos que ni siquiera intentan hacer la actividad por sí solos cuando ya están pidiendo ayuda y eso a la vez puede generar una dependencia de los demás. También considero que limitar a los niños a realizar acciones de cooperación desde pequeñas edades, puede hacer que más adelante se les dificulte trabajar en equipo y ver por las demás personas, por lo tanto, lo que implementé como docente en formación fue la observación atenta, trataba de prestarles atención a todos los alumnos para verificar que intentarían hacer sus actividades por ellos solos la actividad y si ocupaban ayuda de alguien más realmente fuera necesaria.

Diálogo con los alumnos

ALUMNO 1: No puedo

ALUMNO 2: Yo te ayudo, ¿Maestra le puedo ayudar a ALUMNO 1?

DF: Ya lo intentaste hacer tú solo ALUMNO 1

ALUMNO 1: Sí, ya lo intenté, pero no puedo ¿Me ayuda?

(Vi que lo intento hacer en repetidas ocasiones)

DF: Está bien te va a tratar de ayudar tú compañero

ALUMNO 1: Esta bien maestra

(A continuación, comienzan a trabajar ambos y después de un tiempo se les volvió a preguntar)

DF: ¿Cómo van?

ALUMNO 1 y 2: Bien maestra, ya casi terminamos

DF: Perfecto

(Al último los dos alumnos me mostraron cómo les había quedado su vaso de la calma).

(NT. EDUCA/OCT./24)

También implementé actividades que tenían como objetivo desarrollar en los alumnos la cooperación de forma más directa, en donde, los niños tenían que interactuar entre ellos entablando un diálogo para compartir ideas. La actividad “Un mensaje especial” fue una de

ellas, los alumnos tenían que realizarle una carta al compañero que tenían a un lado, donde plasmarán todo aquello que pensaban de él, ver figura 11.

Figura 11

Cartas para compañeros



Nota: Cartas realizadas por niños de primer grado, expresándose mediante el dibujo.

En la carta la mayoría de los alumnos optaba por realizar un dibujo para expresar mejor sus ideas, por lo tanto, al momento de entregársela a la persona correspondiente, ellos tenían que explicar con sus propias palabras lo que significaba dicha ilustración, ese era el momento donde más interactuaban los alumnos entre ellos, ya que, al escuchar a sus compañeros les daba emoción y entusiasmo, lo que a su vez fue significativo para el proceso de autorregulación emocional al desarrollar la autoestima de cada uno de los alumnos con las palabras que otro compañero le estaba brindando.

Diálogo entre los alumnos y la docente en formación

DF: Es el turno de la pareja del ALUMNO 1 y ALUMNO 2

ALUMNO 1: Esta es la carta que hice para mi compañero

(El ALUMNO 1 le entrega la carta al ALUMNO 2 y este comienza a verla)

DF: Cuéntanos ALUMNO 1 que le pusiste en la carta a tu compañero

ALUMNO 1: A mí me gusta mucho que mi compañero sea muy divertido y que juegue conmigo en la hora del recreo.

(Al escuchar estas palabras el ALUMNO 2 comienza a sonreír)

DF: Muy bien

ALUMNO 2: Gracias

DF: Si quieren se pueden dar un abrazo

(Los alumnos proceden a darse un abrazo)

DF: Ahora es tu turno ALUMNO 2, puedes entregarle tu carta a tu compañero

(El ALUMNO 2 procede a entregarle su carta a su compañero)

DF: ¿Qué le pusiste en la carta?

ALUMNO 2: Que lo quiero mucho, me gusta su peinado y también me gusta que juegues conmigo en el recreo

DF: Perfecto chicos, ahora cuéntenme... ¿Cómo se sintieron cuando se les entregaba la carta?

ALUMNO 1: Feliz

ALUMNO 2: Yo también, me siento feliz

(NT. EDUCA/NOV/24)

Esta actividad dio la oportunidad a los alumnos de convivir más entre ellos y además reforzar lazos de amistad que en ocasiones se ven obstaculizados por peleas o conflictos que llegan a tener por diversas cuestiones dentro del preescolar: las más comunes suelen ser cuando se pelean por querer juntarse con un compañero en específico o por algún material que no quieran compartir.

Situaciones de Conflicto

Cuando se presentan situaciones de conflicto o de peleas entre los alumnos se trata de darles solución en el momento, sin importar que estemos en medio de alguna actividad, de esta manera se escucha las versiones de las personas involucradas y se evita que el problema escalé a gran medida. Cada que hay un conflicto en el salón de clases, la mayoría de los niños se involucran, prestan atención al problema presentado e incluso tratan de apoyarme para darle solución, escuchando las versiones de los niños partícipes y llegan a ser testigos de la situación, en cierta medida las niñas y niños pueden ayudar al docente a tener un mejor contexto de lo que realmente pasó.

Diario de la educadora

El día de hoy se presentó una situación de conflicto en el aula de clases, el alumno 1 se enojó con el alumno 2 por qué no le quiso prestar un color para terminar de realizar su dibujo. El alumno 1 decidió arrebatárselo y el alumno 2 reaccionó de manera violenta, es decir, le dio un manazo a su compañero para que se lo regresara. Al darme cuenta del problema inmediatamente intervine y lo que hice fue quitarles a ambos el color para que me pudieran contar lo que había pasado.

DF: ¿Por qué se están peleando?

ALUMNO 1: Es que no me quiso prestar el color azul

ALUMNO 2: Es que me lo arrebató maestra

DF: Bueno, también recuerden que debemos de pedirlo prestado y no arrebatarlo, para eso le puedes decir a tu compañero que, si te lo puede prestar por favor, si te dice que sí lo tomas y si te dice que no, se lo pides prestado a otro compañero

ALUMNO 3: Sí maestra, debemos de ser compartidos

ALUMNO 4: Yo le presto mi color a mi amigo

DF: Pídanse disculpas

ALUMNO 1: ¿Me perdonas?

ALUMNO 2: Sí

(Los alumnos continuaron con la actividad)

(NT. EDUCA/OCT/24)

Los problemas que se presentaban en el aula se solucionaban mediante el diálogo directo entre las personas involucradas, de esta forma, cada menor podía decir su versión de los hechos, compartir ideas hasta llegar a un punto de reflexión y por último pedir disculpas a sus compañeros afectados. De igual manera hice uso de herramientas tecnológicas, por ejemplo, el empleo de videos educativos que tratarán de la convivencia escolar o de la importancia de perdonar a las demás personas a pesar de los malos entendidos Ver figura 12.

Figura 12

Uso de tecnologías en el salón



Nota: Implementación de tecnología mediante un vídeo

De esta forma el sentido de cooperación poco a poco se iba interiorizando en los alumnos y prueba de ello es que los niños y las niñas llegaron a ser cooperativos conmigo, al ayudarme a resolver los problemas que se presentaban dentro y fuera del salón, brindándome su apoyo para borrar el pizarrón, entregar el material e incluso de mantenerme informada de situaciones que pasen a la hora del recreo.

Diario de la educadora

En la hora del recreo algunos alumnos se presentaron en el lugar donde estaba haciendo la guardia para decirme que compañeros más grandes le habían pegado al alumno 1 y que se encontraba llorando en uno de los juegos del patio del jardín de niños. Inmediatamente me dirigí hasta el lugar y antes de anticiparme me puse a escuchar a los involucrados y a los niños que fueron testigos para darle solución al problema, a lo cual algunos alumnos me apoyaban al decirles a los compañeros involucrados en el problema que debían de pedir disculpas.

(NT. EDUCA/NOV/24)

Conforme avanzaban los meses del ciclo escolar, en cada actividad que las niñas y niños realizaba se iba notando que los alumnos se mostraban interesados en trabajar de forma cooperativa, muestra de ello, la actividad “Cómo yo soy” en donde los alumnos tenían que verse en el espejo para tratar de moldearse a ellos mismos conforme las características que habían observado previamente. Lo que me llamó la atención fue que cada que un niño pasaba a observarse en el espejo sus demás compañeros lo ayudaban a notar sus características sin necesidad de pedirles su apoyo (ver anexo 12).

Diálogo con los alumnos

(Pasa el ALUMNO 1 a verse en el espejo)

DF: ¿Qué observas en ti?

ALUMNO 1: Mis ojos son cafés

DF: ¿Tu cabello de qué color es?

ALUMNO 2: Tiene el pelo café

DF: ¿Tú qué dices ALUMNO 1, tienes el pelo café?

(Se observa nuevamente en el espejo)

ALUMNO 1: Sí maestra mi cabello es café

ALUMNO 3: También tiene lunares

DF: Que observador ALUMNO 3, ¿pero es eso cierto ALUMNO 1?

ALUMNO 1: Sí maestra, vea aquí tengo uno

(La mayoría del grupo se animó a participar con el resto de los niños que iban pasando a verse al espejo)

(NT. EDUCA/NOV/24)

El trabajo cooperativo se fue presentando en múltiples manifestaciones, ya sea, ayudando a los demás en realizar algún trabajo manual, al colorear o incluso como se pudo apreciar en la descripción de la actividad anterior a apoyarlos al momento de participar. Lo anterior originó que los alumnos pudieran trabajar mejor en equipo y a su vez crearán vínculos de amistad con sus compañeros, lo cual fue un gran logro del grupo de primer grado de preescolar.

Cada vez se iba notando que los alumnos comenzaban a estimarse entre ellos y a identificarse como grupo. Llegó el momento que cuando los niños o niñas del salón faltaba a clases, había uno o dos compañeros preguntando por ellos, situación que no pasaba anteriormente, lo que me dio a entender que realmente se preocupaban y tenían un aprecio entre ellos.

La Cooperación en los Procesos de Autorregulación

La cooperación fue tan significativa para el grupo que se convirtió en una herramienta para desarrollar en mis niños de primero de preescolar el proceso de autorregulación emocional. En ocasiones notaba como algunos de los alumnos se interesaban no sólo por sus emociones sino también por las de sus demás compañeros, era tanto su interés que optaban por ayudarlos cada vez que observaban que alguien necesitaba expresar su sentir.

Por lo general, cuando se daba el desborde emocional de algún compañero, inmediatamente dejaban de realizar la actividad que estuvieran realizando para dirigirse a su compañero y apoyarlo ante la situación que esté pasando. Mismo apoyo que era bien recibido por parte de la persona afectada.

Diálogo entre la docente en formación y los niños

(ALUMNO 1 se cae el solo de su silla)

DF: ¿Estás bien?

ALUMNO 1: (Comienza a llorar)

DF: Por eso es importante que nos sentemos bien

(Se acerca el ALUMNO 2 a tratar de ayudar a su compañero)

ALUMNO 2: Tranquilo, no pasa nada

DF: ¿Dónde te pegaste?

ALUMNO 1: Aquí (Me señala su pierna)

DF: No pasó nada, solo fue el golpe de la caída

ALUMNO 3: Sí, está bien

ALUMNO 2: Sana, sana, colita de rana si no sana hoy sana mañana

DF: Muchas gracias ALUMNO 2

(ALUMNO 1 comienza a tranquilizarse al escuchar a sus demás compañeros)

(NT. EDUCA/DIC/24)

Los alumnos empezaron a utilizar diversas estrategias para la autorregulación emocional tanto propia como para apoyar a sus demás compañeros en situaciones que así lo requerían, por ejemplo, la acción del globo que se describió previamente en la categoría anterior, fue una de esas herramientas que no sólo utilizaban dentro del salón y en momento que yo les indicaba, sino que la interiorizaron a tal grado de llevarla a práctica durante el recreo y sin necesidad de darles una instrucción.

Diálogo con los niños durante el recreo

(Me llevan a ALUMNO 1, mismo que se encontraba llorando)

DF: ¿Qué pasó?

ALUMNO 2: Se cayó

DF: ¿Cómo?

ALUMNO 1: (Llorando) Me tropecé

DF: Tranquilo, ¿Dónde te pegaste?

(ALUMNO 1 seguía llorando y no contestaba las preguntas que se le estaban haciendo)

DF: Necesitas calmarte para que me puedas decir.

(Seguía llorando)

DF: Respira profundo

ALUMNO 2: Infla tu globito

DF: Muy bien ALUMNO 2

(ALUMNO 1 comienza a realizar la acción de inflar su globo imaginario)

DF: Recuerda, tomamos aire y después lo sacamos para llenar nuestro globo

(ALUMNO 1 poco a poco se fue tranquilizando)

DF: Ahora sí cuéntame ¿Dónde te pegaste?

(ALUMNO 1 procede a enseñarme su rodilla)

DF: Vamos al salón a ponerte pomada

De esta manera comprobé que los alumnos iban adquiriendo principios de autorregulación emocional al utilizar estrategias para controlar sus emociones dentro y fuera del aula de clases. La cooperación fue una herramienta fundamental para su desarrollo, ya que, los alumnos al preocuparse por los demás y ver por su bienestar, tomaban en cuenta las emociones tanto propias como del prójimo, mostrando empatía y a su vez solidaridad por los demás.

A Manera de Reflexión

Aprendí como docente en formación que la autorregulación emocional es un proceso que se puede desarrollar de lo grupal a lo individual. Las actividades implementadas dentro del aula daban pie a que los alumnos pudieran controlar sus emociones a través de la interacción con sus otros compañeros y mediante los movimientos corporales.

La reflexión como parte de un ciclo de investigación acción me permitió descubrir que la cooperación es un factor favorable para que el grupo se desenvuelva a nivel emocional, donde los alumnos se sientan en un espacio seguro para expresar sus emociones de una forma favorable con sus demás compañeros y sepan resolver situaciones de conflicto en las que estén involucrados.

Quinta categoría. Progresos en la Autorregulación de los Alumnos y Alumnas de Primero de Preescolar

Cuando se habla de evaluación la gran parte de las personas tiene la idea que se trata de un instrumento cerrado y específico que recolecta información acerca del desempeño que tuvieron los alumnos y los conocimientos que adquirieron durante un tiempo definido. Sin embargo, Díaz Barriga (2023) nos menciona que la Nueva Escuela Mexicana opta por la implementación de la evaluación formativa.

La evaluación formativa es una actividad compleja, por lo que, para fines analíticos, se pueden reconocer dos dimensiones: la primera, referida a las y los estudiantes, a través de la cual se promueve la reflexión, la responsabilidad y el análisis que pueden realizar sobre su proceso de aprendizaje en un clima de confianza; y, la segunda, vinculada con las y los docentes, la cual permite realizar ajustes en su trabajo didáctico, planificar las siguientes situaciones didácticas y generar procesos para retroalimentar el trabajo de sus estudiantes. (Díaz Barriga, 2023, pp. 2-3)

En el caso de educación preescolar, la evaluación formativa es la mejor opción para verificar si los alumnos interiorizaron el aprendizaje que se les propició durante los bloques establecidos para la obtención de conocimientos y aptitudes. Por lo general, para su registro y organización de la información se suele utilizar el diario de la educadora, listas de cotejo, escalas estimativas, rúbricas de evaluación entre otras cosas.

Durante el proceso de esta investigación dicha metodología de evaluación fue fundamental para apreciar el desarrollo que los alumnos tenían en torno a su autorregulación emocional. Se utilizó principalmente la escala estimativa para evaluar las actividades planificadas y el diario de la educadora para hacer un registro más libre de las situaciones que pasaban en el aula.

Díaz Barriga (2023) menciona que “la evaluación formativa referida a las y los docentes ofrece la posibilidad de trabajar sobre la planificación y la puesta en marcha de situaciones didácticas”. (p.4) Por ende, dicha metodología me brindó la oportunidad de reflexionar acerca de mí propio trabajo realizado con los alumnos y así poder realizar los cambios oportunos en base a las necesidades detectadas.

Continuamente me encontraba analizando las estrategias que utilizaba para poder implementar acciones que me podrían ayudar a darle un seguimiento oportuno a la problemática detectada, así y en base a la información que recababa me guiaba para seguir planificando actividades acordes a las necesidades encontradas. Como ya he mencionado antes, usé la escala estimativa y el diario de la educadora para tener un registro de los avances que las niñas y niños iban teniendo en torno a su autorregulación emocional. Sin embargo, a manera de cierre de la modalidad por proyectos que se estuvo manejando durante el ciclo escolar, apliqué una serie de actividades como parte del proceso de evaluación.

Esta metodología permite crear aprendizajes gracias a la realización de una producción concreta. A través de una serie de etapas, los alumnos colaboran, guiados por el o la docente, para responder a una problemática, resolver una situación o responder a una pregunta, apoyándose en un tema que suscita su interés. (Alamillo, 2022, p.1)

Una de las actividades se tituló “El globo”, la finalidad de esta era que los niños interactuarán de forma cooperativa a la par de que trabajarán con su autorregulación emocional. En primera instancia los niños jugarían con un globo, mismo que no podía caer al suelo, así que todos debían de ir dándole pequeños toques para evitar que se cayera al suelo. Conforme la actividad avanzaba se iban incorporando más globos para agregarle dificultad al juego (ver anexo 13).

Al finalizar se entregó a las niñas y los niños los alumnos un rompecabezas de las emociones, mismo que tenían que armar para después pegarlo en el pizarrón y los alumnos pudieran identificar la emoción principal que habían sentido durante el juego. Además, a lado de cada emoción estaría un parámetro, donde los niños tenían que indicar el grado en el que habían sentido dicha emoción.

Diálogo entre docente en formación y alumnos

(ALUMNO 1 y ALUMNO 2 pasan a identificar la emoción que sintieron)

ALUMNO 1: Yo me sentí feliz

DF: Muy bien ¿Cuál es la cara de felicidad?

ALUMNO 1: Está (Señala la cara de felicidad y pone una marca en el parámetro que estaba aún lado en donde indica que se sentía muy feliz)

DF: Excelente, ¿Por qué te sentiste feliz?

ALUMNO 1: Porque me gusta jugar con los demás

DF: Qué bien, después vamos a volver a jugar

(Es el turno del ALUMNO 2)

DF: Dime ALUMNO 2 ¿Qué sentiste cuando estabas jugando con tus compañeros?

ALUMNO 2: Me sentí muy feliz, pero me sentía triste cada vez que se nos caía el globo.

DF: Entonces, ¿Vas a poner dos marcas?

ALUMNO 2: ¿Se puede hacer eso maestra?

DF: Claro que puedes, ¿En dónde?

ALUMNO 2: Primero lo voy a poner en la cara de felicidad, por qué me divertí mucho con mis amigos.

(Pone su marca en el máximo de felicidad del parámetro)

DF: Muy bien

ALUMNO 2: En la cara triste solo voy a poner que me puse poquito triste

DF: Cómo tú te hayas sentido

(Colocó una marca en lo mínimo del parámetro de tristeza).

(NT.EDUCA/MAR/25)

Con el desarrollo de dicha actividad y diálogo anterior pude confirmar que mi grupo de primer grado de preescolar ya tenía principios de autorregulación emocional al identificar sus emociones en distintos momentos e incluso dándole un grado de intensidad a dicha emoción. Pensé que durante el juego iban a surgir situaciones de conflicto, pero no fue así, para mi

sorprende a los alumnos supieron regular sus emociones para poder trabajar como grupo de manera armoniosa y cooperativa para lograr el mismo objetivo.

Hubo momentos en que los niños chocaban entre ellos por querer tocar el globo al mismo tiempo y, lo que anteriormente hubiera sido motivo de conflicto, ¡no lo fue!, los niños supieron llevar la actividad de manera tranquila y me atrevo a afirmar que lo hicieron en convivencia.

Se notaron cambios realmente significativos dentro del grupo y específicamente con algunos niños y niñas del salón, donde se apreció que tenían mejor actitud en las actividades, al ser más cooperativos y comunicativos con sus compañeros, lo que deja ver que su autorregulación emocional tuvo avances para su propio bien y el de los demás.

Entrevistas Realizadas a la Educadora Titular y a Padres de Familia

Como otra forma de evaluar el progreso en la autorregulación emocional de los alumnos, se realizaron entrevistas para los padres de familia y docente titular con el fin de conocer las perspectivas que ellos tienen en cuanto a la problemática central. Las opiniones de los adultos también resultaron valiosas a fin de reconocer el progreso en el manejo de sus emociones, ya que son personas que están envueltos en todo el proceso educativo de las niñas y niños.

La entrevista a la docente titular se conformó de cinco preguntas, las cuales estaban orientadas a obtener la mayor información posible respecto a las ideas que la maestra titular del grupo tenía respecto a lo trabajado y logrado durante este periodo. A continuación, se muestran las respuestas de la entrevista realizada, ver tabla 14.

Tabla 14

Entrevista a la educadora titular: AM

Preguntas	Respuesta
¿Qué opina del proceso de autorregulación emocional de las niñas y niños?	La autorregulación es un proceso que conlleva a los alumnos a saber reconocer sus emociones para poder gestionarlas posteriormente, en el grupo de 1°B los pequeños han logrado identificar sus emociones y reconocerlas como algo bueno, sin embargo, aún están en proceso de poder gestionarlas y tener una buena reacción

ante ello, influye notoriamente la edad de los alumnos y la educación emocional que se brinda en casa.

¿Cómo considera que fue la participación de la docente en formación desarrollando actividades diversas a favor de la autorregulación de las niñas y niños a través de la cooperación en este grupo de primero de preescolar?

Fue una participación propositiva y proactiva, comprendiendo el proceso de cada uno de los alumnos y sobre todo rescatando las características y necesidades de cada uno para poder ayudarles a comprender de mejor manera cómo gestionar sus emociones.

¿Cuál (s) actividad desarrollada en la práctica o acciones permanentes considera usted que ayudaron a la autorregulación emocional a través de la cooperación de niñas y niños del grupo?

La diversificación en las modalidades de trabajo, el juego activo dentro de las actividades, la escucha y paciencia a cada uno de los alumnos, el tacto con que se dirige a los alumnos y el constante cuestionamiento ante lo que sienten y cómo reaccionan.

¿Cómo observa el proceso de autorregulación emocional, expresión y manejo de las emociones y la cooperación de niñas y niños de su grupo de primero de preescolar?

Reconocen sus emociones y están en el proceso de identificar qué las provocan y cómo reaccionan ante ellas, aún hay conductas de egocentrismo por su edad, sin embargo, el simple hecho de reconocer sus emociones ha sido de gran ayuda para que ellos poco a poco midan sus reacciones y las relaciones interpersonales con sus compañeros.

¿Puede usted referir alguna niña o niño en el que haya visto cambios en su autorregulación? ¿Qué tipo de cambios?

Dante, Cristo, Emiliano, Tadeo, Violeta y Fernanda. En cuanto a cambios; mejor actitud hacia las actividades, mejoría en la reacción ante situaciones de conflicto con sus pares, resolución ante actividades retadoras, menos berrinche cuando algo no es o no les sale como ellos esperan, mayor escucha activa, mejor atención y observación ante la consigna de las actividades.

Nota: Elaboración propia

Por otro lado, se les realizaron cinco preguntas a los padres de familia referentes al progreso emocional que han notado desde casa con sus hijos o hijas. Con la finalidad de que sea accesible para los tutores, se les entregó una hoja con las preguntas para que se las llevarán a casa y pudieran contestarlas tranquilamente, aun así, solo recibí siete respuestas de doce instrumentos que fueron entregadas. A continuación, se presentan algunas de las respuestas recibidas por los padres de familia ver tabla 15.

Tabla 15

Entrevista realizada a los padres de familia

Preguntas	Respuestas
¿Qué opinión tiene usted acerca de que las niñas y niños manifiesten sus emociones?	R1: Tiene inteligencia emocional. Su ambiente en familia es sano y le enseña a expresarse. R2: Es bueno que los niños sepan expresarse. R3: Qué es muy importante, para saber cómo se sienten. R1: Yo pienso que es bueno que se expresen por qué así podemos saber sus necesidades y si llega a haber alguna situación poder resolverla.
¿Considera importante que su hijo/hija que cursa primero de preescolar identifique y nombre lo que siente? ¿Por qué y para qué?	R1: Sí. Debe conocer las emociones y saber que está bien sentir, expresar en cada circunstancia. R2: Sí, para regular sus emociones y sus propias ideas. R3: Para saber en qué puedo ayudarlo y trabajar con él. R4: Sí, considero que es importante para que él pueda marcar sus límites si algo lo hace sentir mal, o no le gusta, de igual manera si algo les gusta o lo hace sentir bien pueda seguir haciéndolo.
En casa, papá y mamá u otros adultos que conviven con su hijo/a ¿Cómo maneja las emociones?	R1: Le enseñamos que está bien, pero controlarse, no exagerar en los berrinches, mejor platicarlo. R2: Platicando con él, preguntar qué es lo que le gusta y lo que no. R3: De manera tranquila, siempre pensando en el autocontrol. R4: Dialogando para saber si las cosas están bien o no y dejar que se exprese libremente.

La autorregulación emocional	R1: Está expresándose mejor
alude a “capacidad de	R2: Ya no hace berrinches, pone más atención y aprende
manejar las emociones y el	a tomar turnos.
comportamiento de manera	R3: Paciente y empático.
adecuada”... ¿Qué acciones	R4: Sabe cuándo se porta mal con alguien lo hace sentir
de autorregulación ha	triste e intenta no volverlo a hacer para que ya no se sienta
observado en su hija (o)	mal.
desde que ingresó a este	
grupo de primero de	
preescolar a la fecha?	
¿Considera que su niña o	R1: Considero que sí, veo que ayuda a otras personas.
niño es una persona con	R2: Sí, dialoga y convive más con sus compañeros.
autorregulación y	R3: Sí. por qué siempre se preocupa por cómo se sienten
cooperadora con otras y	los demás.
otros? Sí, No ¿Por qué?	R4: Sí, por qué trata de no portarse mal con otras
	personas.

Nota: Elaboración propia

Mayoritariamente quienes contestaban las preguntas eran las madres de los alumnos dejando a entrever que son las principales cuidadoras de los niños y niñas, además me di cuenta que tienen conocimiento sobre la importancia de la autorregulación emocional en sus hijos e hijas. En base a lo que respondieron los padres de familia puedo decir que el trabajo realizado dentro del aula de clases ha sido interiorizado por los alumnos a tal grado de demostrar cambios favorables en su ambiente más cercano que es la familia.

A Manera de Reflexión

La evaluación formativa me permitió dar cuenta del avance que los alumnos iban teniendo de manera gradual conforme a su autorregulación emocional, para ello, también se aplicaron actividades a modo de cierre para dar cuenta del progreso que ha tenido el grupo y los conocimientos que han adquirido entorno al campo emocional, inclusive las entrevistas realizadas a los padres de familia y a la docente titular respalda lo anteriormente dicho, porque los alumnos han podido poner sus aprendizajes en práctica dentro de la escuela como en su hogar, mejorando significativamente en su autorregulación emocional.

A manera de conclusión, también tengo que decir que a pesar de los buenos resultados que se han obtenido, la autorregulación emocional es un proceso lento y sobre todo gradual, que se desarrolla a la par que los niños van creciendo, por lo tanto, es necesario que durante toda su vida escolar y personal se siga trabajando en la autorregulación. Para ello, como docentes debemos de comprometernos a la búsqueda continua de nuevas estrategias, mismas que permitan al alumno fortalecer su desarrollo socioemocional de forma integral.

Conclusiones

El presente trabajo de tesis “El desarrollo de la autorregulación emocional en preescolar” parte de un problema real que está situado en un jardín de niños, por ello la importancia de una investigación-acción oportuna que aborde la problemática desde un punto central dentro del aula de clases para el óptimo desarrollo cognitivo y emocional de las y los niños.

Cómo docente en formación se indagó y se actuó en base a favorecer en los alumnos la modulación oportuna de sus emociones a través de actividades diversas cuyo objetivo fue el desarrollo integral del alumnado a través del aprendizaje cooperativo porque constituye una estrategia para potenciar el área emocional de un grupo al mostrar solidaridad con los compañeros.

Al término de la investigación realizada tengo respuestas para las preguntas que se plantearon al inicio y que fueron guía de todo el desarrollo de dicho documento: ¿Cómo se manifiesta la autorregulación emocional en las niñas y los niños de primer grado de preescolar? La respuesta es simple y se puede apreciar en el apartado del diagnóstico. Durante los primeros años de vida la autorregulación emocional puede ser un proceso complejo para todo individuo, por ello, la importancia de un desarrollo temprano en el contexto escolar. Los niños al carecer de esta habilidad moderativa de las emociones suelen tener comportamientos poco aceptados en la sociedad como lo son los berrinches o incluso llegar a la violencia, sin embargo, aquellos niños que presentan un mejor control de emociones se ven reflejado en su actuar, porque estos aprendices suelen desarrollar acciones y comportamientos en donde se pone en juego la paciencia y la resolución de problemas mediante diversas estrategias.

La intervención educativa que se realizó, dio como resultado elementos para responder la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo se puede favorecer el desarrollo de autorregulación emocional en niñas y niños de primer grado de preescolar? Reconozco que fue difícil atender las necesidades de autorregulación de cada uno de los alumnos. Como docente en formación a cargo del grupo sabía que era importante contar con la ayuda de todo mi grupo de primero de preescolar para ver resultados favorables en cuanto a su autorregulación emocional, por lo tanto, recurrí a la cooperación como una herramienta fundamental para lograr ese objetivo. Los alumnos al tener la oportunidad de trabajar cooperativamente, apoyándose entre sí con sus demás compañeros dio pie a que se crearán ambientes seguros en donde ellos pudieran manifestar y expresar su sentir confianza. Llegando al punto de ayudar a autorregular las emociones de alguien que lo necesitara.

Lo anterior se logró gracias a que se llevó a cabo una planeación en torno a las necesidades que se encontraron en el diagnóstico de acuerdo al área socioemocional del grupo, en ella se determina los materiales y estrategias a utilizar para tratar la problemática identificada. Además, dentro de la planeación se encuentra el rol que ocupe como docente, en este caso siendo mediadora de conocimientos y de conflictos que se presentaban dentro del aula.

El trabajo cooperativo se logró tanto de manera grupal, entre el propio alumnado y también con el personal docente, ya que incluso los alumnos mostraban actitudes de apoyo conmigo como docente, al tratar de apoyarme mostrando empatía con los compañeros que así lo necesitaban o incluso, tratando de resolver sus propios problemas o situaciones de conflicto en base a sus posibilidades y con los aprendizajes aprendidos en el manejo de sus emociones.

Considero que la tercera pregunta de investigación se puede responder con cada una de las acciones que se realizaron para elaborar la presente investigación y que se encuentran plasmadas en cada uno de los capítulos que estructuran dicho estudio. ¿Cuál es el rol docente para favorecer el proceso de autorregulación en un primer grado de preescolar? Mi papel como docente fue desarrollar una intervención acción a favor de la expresión y manejo de las emociones del grupo de primer grado, la cual estaba basada en las necesidades e intereses del grupo que estuvo observando de manera detallada durante el transcurso del tiempo.

Como docente en formación fui capaz de investigar respecto al tema de autorregulación antes, durante y después de la intervención a favor de la autorregulación para atender la problemática que se presentaba en mi grupo. Logré proponer diversas estrategias e instrumentos para la autorregulación del alumnado. Para ello fue necesario realizar otra labor importante como docente, la lectura de la realidad y la contextualización, la cual me permitió observar y dar cuenta de la situación en la que se encontraba el alumnado.

Los retos que presente durante esta investigación fueron el poco apoyo de parte de la docente titular, debido a que ella constantemente se encontraba realizando labores directivas como encargada temporal de dicho puesto, en ocasiones necesitaba que me apoyará con aquellos alumnos que requerían de mayor atención. Otro factor que me pareció limitante fue la poca asistencia de los alumnos que demandaban de mayor ayuda para poder autorregular sus emociones.

A lo largo de esta investigación se pudieron alcanzar los siguientes rasgos del perfil de egreso, mismos que me dieron la oportunidad de actuar de manera asertiva en mi labor como docente:

Competencias genéricas:

Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo.

Competencias profesionales:

Aplica el plan y programas de estudio para alcanzar los propósitos educativos y contribuir al pleno desenvolvimiento de las capacidades de sus alumnos.

- Utiliza metodologías pertinentes y actualizadas para promover el aprendizaje de los alumnos en los diferentes campos, áreas y ámbitos que propone el currículum, considerando los contextos y su desarrollo.
- Incorpora los recursos y medios didácticos para favorecer el aprendizaje de acuerdo con el conocimiento de los procesos de desarrollo cognitivo y socioemocional de los alumnos.

Cada una de estas competencias se desarrollaron a través de las diferentes intervenciones. Su alcance me permitió lograr los objetivos de dicha investigación y además ser consciente de las habilidades que un docente pone en juego antes, durante y después de su práctica con el fin de buscar brindar una excelencia en la educación que se les propicie a los alumnos.

Para la realización de dicha investigación puse a prueba mis habilidades como docente en formación obtenidas con el transcurso de mi formación, mismas que me permitieron seguir con la elaboración de dicho estudio al realizar una intervención focalizada en el tema en base a mis conocimientos previos sobre el desarrollo socioemocional y desarrollé habilidades de investigación para seguir aprendiendo acerca de la problemática tratada.

A manera de cierre de las conclusiones puedo afirmar:

- Resulta importante seguir una ruta de investigación que permita conocer, y poner en práctica la autorregulación a través de la cooperación en el aula para la mejora del desarrollo integral de las niñas y niños del grupo estudiado.

- La importancia de tener una intervención focalizada acerca de la autorregulación emocional que brinde a los alumnos experiencias en donde ellos puedan expresar y controlar sus emociones con ayuda de diversas herramientas brindadas por los otros, la docente y los padres de familia.
- El docente tiene un papel fundamental para el desarrollo emocional de los alumnos al realizar intervenciones que den pie al seguimiento y desarrollo oportuno de dicha habilidad en edades pequeñas, donde se tomen en cuenta las características, necesidades de los alumnos y también los ambientes en los que se desenvuelven.
- Para la autorregulación emocional resultó fundamental el trabajo cooperativo para que los alumnos tuvieran completa confianza y libertad de expresar sus emociones con sus demás compañeros y así buscar de manera conjunta y solidaria el cómo controlarlas y manejarlas de manera beneficiosa para el propio individuo y la sociedad.

A partir de lo anterior, se reconoce que el trabajo de investigación se logró en base a los conocimientos que se obtuvieron con el transcurso de la formación de la carrera y de las diferentes experiencias adquiridas durante los ocho semestres, de los cuales aprendí conocimientos y capacidades que hoy en día se demuestran en esta investigación.

Los aprendizajes que obtuve como profesional al término de mi formación me han dejado un crecimiento profesional y personal. En base a ello, aprendí a ser una docente autónoma, con voz y voto para poder buscar diversas estrategias que fueran acordes con las necesidades e intereses de cada uno de los grupos en los que fui maestra practicante, desarrollando la habilidad de adaptarme a los diferentes contextos y tratando de innovar y mejorar mi práctica docente.

Además, durante mi formación se me brindaron las herramientas necesarias para poder actuar de manera ética ante las problemáticas que se me presentaban. Se me permitió dar cuenta de las diversas metodologías a implementar a favor del aprendizaje de los niños, así como de la diversidad de formas de aprendizaje que se pueden encontrar en un salón de clases.

Lo que quedó pendiente en esta investigación es tener un mayor seguimiento de los alumnos del grupo, es decir, continuar implementando estrategias de autorregulación hasta terminar su educación preescolar para comprobar los alcances y beneficios que tiene el propiciar el manejo y control de las emociones durante esta etapa. Se podrían considerar otros factores del área socioemocional para el desarrollo integral de los alumnos. en otro momento la mediación de la educadora para favorecer. Además, me faltó darle peso a la

mediación que hacemos los docentes dentro del proceso educativo de los alumnos, al ser los principales encargados de propiciar en los alumnos conocimientos y a su vez el actuar con neutralidad ante cualquier situación o problemática.

Referencias

- Alamillo, C. (2022). Metodología del aprendizaje basado en proyectos (ABP). [Metodologia-ABP-Final.pdf](#)
- Aravena, F. (2023). Focus group: Una técnica para indagar sobre la práctica educativa. [PL FA FOCUS-GROUP.pdf](#)
- Bálsamo, M. (2022). Teoría psicogenética de Jean Piaget. Aportes para comprender al niño de hoy que será el adulto del mañana. [Teoría Psicogenética de Jean Piaget. Aportes para comprender al niño de hoy que será el adulto del mañana. Serie Cuadernos de Psicología y Psicopedagogía N°7](#)
- Barcia, M, Jaya, M, Masaquiza, E y Pachay, M. El contexto familiar en el estado emocional de los niños de educación inicial. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9152481.pdf>
- Bravo, E., Brígido, M., Hernández M. y Mellado V. (2022). Las emociones en ciencias en la formación inicial del profesorado de infantil y primaria. <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/119468/1/Las%20emociones%20en%20ciencias%20en%20la%20formaci%C3%B3n%20inicial%20del%20profesorado%20de%20infantil%20y%20primari>
- Becerra, S. (2022). El juego como estrategias para trabajar las emociones y favorecer la socialización en el preescolar. [Stybaliz Andrea Becerra Rodríguez.pdf](#)
- Bisquerra, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida [Vista de Educación emocional y competencias básicas para la vida](#)
- Bisquerra, R. (2008). *Educación para la ciudadanía. El enfoque de la educación emocional*. Madrid: Wolters Kluwer
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. Educación XXI, (10), 61-82. <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:EducacionXXI-2007numero10-823/Documento.pdf>

- Bisquerra, R. (2010). Psicopedagogía de las Emociones. Síntesis. <https://sonria.com/wp-content/uploads/2020/03/Psicopedagogia-emociones Bisquerra.pdf>
- Burgos, M. y García, M. (2020). Los estilos de crianzas en el desarrollo socioafectivo de niños de 6 a 11 años. [Vista de Los estilos de crianzas en el desarrollo socioafectivo de niños de 6 a 11 años](#)
- Cabrera, L. (2017). La investigación-acción: una propuesta para la formación y titulación en las carreras de Educación Inicial y Primaria de una institución de educación superior privada de Lima. [a07v26n51.pdf](#)
- Catalán, M., Figueroa, M. y Espinoza, R. (2023). Aprendizaje cooperativo, trascendido el aula convencional. [a6-87-98.pdf](#)
- Carrera, B. y Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: enfoque sociocultural [Redalyc.Vygotsky: enfoque sociocultural](#)
- Camprubí, R y Castellanos, P. (2019). Metodologías cualitativas para la investigación. [MetodologiasCualitativasParaLaInvestigacion.pdf](#)
- Corona, J. (2018). Investigación cualitativa: fundamentos epistemológicos, teóricos y metodológicos. [Vista de Investigación cualitativa: fundamentos epistemológicos, teóricos y metodológicos](#)
- Delgado, A. (2022). Metodología de investigación-acción participativa para la enseñanza-aprendizaje del diseño. [Vista de Metodología de Investigación-Acción Participativa para la EnseñanzaAprendizaje del Diseño](#)
- De Grandis, C., Gago-Galvano, L., Clerici, G. y Elger, Á. (2019). El desarrollo de la autorregulación en la infancia temprana y sus factores moduladores. [de grandis.pdf](#)
- Díaz Barriga, Á. (2023). La evaluación formativa es un reto pedagógico-didáctico en el trabajo docente. [2324_s5 La evaluacion formativa reto pedagogico didactico.pdf](#)
- Díaz, J. (2022). Desarrollar la autorregulación emocional en niños y niñas de segundo grado de preescolar. [Jessica Díaz Torres.pdf](#)

- Duarte, A. (2021). Caracterización de las prácticas pedagógicas dedicadas a la autorregulación emocional como estrategia para la resolución de conflictos en grados preescolar. [Microsoft Word - tesis Alba Duarte García](#)
- Esparza, L. y Ramírez, S. (2024). Aprendiendo a autorregular las emociones en preescolar durante el confinamiento.
- Fernández-Martínez, A. M. Montero-García, I. (2016). Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 14 (1), pp. 53-66.
[Aportes para la educación de la Inteligencia Emocional desde la Educación Infantil *](#)
- Flores, R. (2022). Autorregulación de las emociones en niños y niñas de tercero de preescolar. [2081 - UPN094LEPFLRO2022.pdf](#)
- Fonseca, H. y Bencomo, M. (2011). Teorías del aprendizaje y modelos educativos: revisión histórica. La Revista de Enfermería y Ciencias de la Salud
- Fuentes, F. (2024). Educación Socioemocional en la Nueva Escuela Mexicana: Un Análisis Documental.
- Gómez, O. y Calleja N. (2016). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revmexinvpsi/mip-2016/mip161g.pdf>
- Gonzalez, A. (2020). Lo bueno de tener un mal día: Cómo cuidar de nuestras emociones para estar mejor.
- Gross, J. J. (2015a). Emotion regulation: Current status and future prospects. Psychological inquiry, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Guerrero, E. (2024). Fortalecimiento de la autorregulación de las emociones en alumnos de preescolar. <https://repositorio.beceneslp.edu.mx/jspui/handle/20.500.12584/1526>
- Gutiérrez, C. (2024). La autorregulación emocional en niños/as de segundo ciclo de educación infantil: relación con el estrés familiar y recomendaciones para su promoción desde el contexto escolar.

[TFG La autorregulación emocional en niños-as de segundo ciclo de Educación Infantil.pdf](#)

Hernández, J, López, K y Rivera, F. (2023). El autoconocimiento para favorecer la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia.

[Vista de El autoconocimiento para favorecer la regulación emocional en preescolar a través de la educación a distancia](#)

Herrera, L. (2024). Programa de actividades para potenciar la autorregulación emocional en niños de cinco años.

[TL HerreraCulquiLeydi.pdf](#)

INEGI (2024). Quiénes somos. Recuperado de:

https://www.inegi.org.mx/inegi/quienes_somos.html

Johnson, D y Johnson, R. (1999). Aprender juntos y solos. Aprendizaje cooperativo, competitivo e individualista. Buenos Aires

Latorre, A, Rincón D y Arnal J. (2021). Bases metodológicas de la investigación educativa.

[Bases metodológicas de la investigación educativa - Antonio Latorre, Delio del Rincón, Justo Arnal - Google Libros](#)

López, E. (2016). La educación emocional en la educación infantil y primaria, en Inteligencia emocional y bienestar II Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones. Ediciones Universidad San Jorge.

Macías, E. (2021). La observación de la clase de lenguas para formar y mejorar la práctica profesionalmente docente. [La observacion de la clase de lenguas.pdf](#)

Menjura, M. I., Franco, B. E. (2022). Manifestaciones de la autorregulación emocional en niños y niñas de educación inicial.

Morales, A. (2018). Evaluación de un programa para incrementar habilidades de autorregulación en niños de edad preescolar. [1080290400.pdf](#)

Naciones Unidas. (2020). Desbloqueemos nuestras emociones para lograr los ODS: la inteligencia emocional. [Desbloqueemos nuestras emociones para lograr los ODS: la Inteligencia Emocional | Naciones Unidas](#)

Naciones Unidas México. (2021). Los estudiantes mexicanos perseveran y se autorregulan para cumplir con sus obligaciones escolares: UNESCO

[Los estudiantes mexicanos perseveran y se autorregulan para cumplir con sus obligaciones escolares: UNESCO | Naciones Unidas en México](#)

Oliveros, V. (2018). La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra.

[La inteligencia emocional desde la perspectiva de Rafael Bisquerra](#)

Peña, G., Rodríguez, K., Menoscal, S., & León, J. (2021). La investigación educativa: teoría y práctica.

[Vista de La investigación educativa: teoría y práctica](#)

Ponce, M. (2020). La autorregulación en alumnos del nivel preescolar para fomentar el ambiente de convivencia.

[DEMRTT16 La autorregulación en alumnos del nivel preescolar para fomentar el.pdf](#)

Quiroz, K. (2023). Estrategias socioemocionales para favorecer la autonomía en un grupo de educación preescolar.

<https://repositorio.beceneslp.edu.mx/jspui/handle/20.500.12584/1350>

Ramírez, L., Hernández, M. y Moreno, X. (2024). Educación Socioemocional en el marco de la nueva escuela mexicana

Rojas, W. (2022). La relevancia de la investigación cualitativa. [Vista de La relevancia de la investigación cualitativa](#)

Schwindt C. (2024). Regulación emocional mindfulness en niños. [*Manual-Regulacion-emocional-en-ninos.pdf](#)

Tomás, R. (2018). Aprendizaje cooperativo en el aula de educación infantil

Wiater, A. Metodología de investigación-acción en la didáctica de lenguas extranjeras: sus posibilidades y límites. [Metodologia-de-investigacion-accion-en-la-didactica-de-lenguas-extranjeras-sus-posibilidades-y-limites.pdf](#)

Anexos

Anexo 1. Jardín de niños “A M O”



Anexo 2. Ubicación del preescolar





Guía de observación: Experiencias en los principios del desarrollo de la autonomía en niños de primer grado de preescolar

Jardín de niños:	"Angelita Martínez Ortiz"
Grupo Observado:	1°- B
Observadora:	Gómez Loredó Marcela Lizeth
Periodo de observación:	26 de agosto al 6 de septiembre del 2024
Observante:	Niño 1

Acciones a observar	Siempre	Algunas veces	Aspecto a mejorar	Observaciones
Hábitos				
Se pone o se quita la prendas de vestir por su propia cuenta				
Se abrocha y desabrocha botones, cierres o cintas				
Se asea (nariz, manos, otros)				
Mantiene su material en el espacio de trabajo				
Reconoce el orden de la clase (El horario de salida, recreo, etc.)				



Ubica los diferentes espacios del aula y del preescolar				
Sabe en qué áreas se encuentran los diversos materiales del aula				
Interacciones sociales				
Es capaz de pedir ayuda si así lo requiere				
El alumno sabe algunas normas de cortesía				
Es capaz de adaptarse con facilidad a diferentes situaciones escolares				
Comparte objetos con los demás				
Desarrollo intelectual Y AUTONOMÍA				
Se conoce a sí mismo (gustos, intereses, necesidades,)				
Reflexiona acerca de sus errores				
Control de emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enojo)				
Se muestra participativo				
Afronta retos dentro del aula de clase				
Ocio				
Respeto el turno en los juegos				
Reconoce límites o reglas				

Diario de incidencias

Del 31 al 04 de abril del 2025

Gómez Loreda Marcela Lizeth

Lunes 31 de abril

Se inició la jornada de trabajo de manera normal, el día de hoy se tenía previsto que los alumnos tuvieran sus dos clases complementarias, educación física y música como lo marca el horario establecido por el preescolar para mí grupo, sin embargo, no fue así, la maestra de educación física no iba a poder el profesor de música no iba asistir durante la semana, algo que se me avisó el mismo lunes en la mañana, por lo tanto, me preocupé porque pensé que se me terminarían las actividades previstas para ese día y no podría cubrir los 30 minutos de su clase.

Lo bueno fue que las actividades que tenía para ese día duraron un poco más de lo que se tenía contemplado, así que pude cubrir ese tiempo sin problema alguno y con ayuda de las pausas activas que involucraban el movimiento a su vez el canto para tratar de brindarles a los alumnos una experiencia similar a la clase de música. Lev Vygotsky destacaba el aprendizaje social y la interacción como clave para el desarrollo, lo que justifica las pausas activas como estrategias para mejorar la atención.

Anexo 6. Entrevista de los alumnos



Benemérita y centenaria escuela normal del estado de San Luis Potosí
Educación preescolar
Jardín de niños "Angelita Martínez Ortiz"
Período de observación
Agosto - Septiembre 2024



Guía de entrevista para los alumnos

Nombre de la entrevistadora: Gómez Loreda Marcela Lizeth

Nombre del alumno:

Grupo: 1ºB

Fecha:

1. Me gustaría que me platicaras, ¿Cómo te sientes en el preescolar?
2. ¿Qué actividades haces en tu casa sin ayuda de nadie? ¿Qué pasa cuando no puedes hacer algo?
3. ¿Qué haces cuando no puedes realizar una actividad?
4. Tus papás, ¿En qué actividades si te ayudan, en cuáles no te ayudan?
5. ¿Te gusta jugar con otros niños? ¿Por qué?

Anexo 7. Planeaciones de autorregulación



Segunda semana

Campo formativo: De lo humano y lo comunitario	
Propósito: Que el alumno identifique sus emociones con el objetivo de que durante el día pueda autorregularse con las diversas actividades que se realizarán en el transcurso.	
Contenido: Construcción de la identidad personal a partir de su pertenencia a un territorio, su origen étnico, cultural y lingüístico, y la interacción con personas cercanas.	PDA: Describe gustos, preferencias, posibilidades motrices y afectivas, en juegos y actividades que contribuyan al conocimiento de sí, en un ambiente que considere la diversidad.
"Semáforo de las emociones" Inicio: Comenzaré a realizarles los siguientes cuestionamientos acerca de de los colores del semáforo que visualizamos cotidianamente: • ¿Dónde podemos encontrar los semáforos? • ¿Qué significa el color verde? • ¿Qué significa el color amarillo? • ¿Qué significa el color rojo? • ¿Cómo podemos utilizar el semáforo en el aula? Dialogaremos al respecto. Desarrollo: Les mencionaré que al inicio del día pondrán su nombre en el lado del semáforo que ellos quieran dependiendo de sus emociones, es decir, si se sienten felices estará en el verde, si se sienten tristes estará en el amarillo y si se sienten enojados en lo rojo. Cierre: Al finalizar el día de igual manera se les preguntará el cómo se sienten, en dado caso de que sus emociones hayan cambiado se modificará el semáforo a la parte que el alumno indique.	Recursos Materiales: • Semáforo • Tarjetas con nombres Tiempo: Todos los días Espacio: Salón de clases Evaluación: Rúbrica Adecuaciones:



Campo formativo: Lenguaje	
Propósito: Que los alumnos se identifiquen a ellos mismos como personas importantes, que se conozcan tanto físicamente así como sus principales preferencias y a partir de ello que conozcan sus emociones.	
Contenido: Expresión de emociones y experiencias, en igualdad de oportunidades, apoyándose de recursos gráficos personales y de los lenguajes artísticos.	PDA: Representa emociones y experiencias de manera gráfica, haciendo uso de dibujos o recursos de los lenguajes artísticos.
"Dibujándome" Inicio: Se les comenzará realizando las siguientes preguntas a los alumnos: • ¿En qué se parecen? • ¿Todos somos iguales? • ¿En qué se parecen con sus demás compañeros? • ¿En qué son diferentes con sus otros compañeros? Desarrollo: Es importante lograr un autoconcepto para poder desarrollar habilidades que nos ayuden con la autorregulación, así que por turnos y de manera ordenada los alumnos tendrán que pasar al frente a verse en el espejo para después comenzar a describirse mencionando en voz alta sus características físicas y lo que son capaces de hacer. En dado caso que así lo requieran se les realizarán preguntas guía para lograr el objetivo o incluso se les pedirá ayuda al resto del grupo, propiciando de esta manera un ambiente seguro de convivencia mismo que generará que los alumnos se sientan libres de expresarse. Cierre: A manera de cierre y como parte de lo mismo se les entregará una hoja con una silueta de un niño o niña, los alumnos tendrán que dibujar sus características físicas, como por ejemplo, el color de cabello, el color de sus ojos, su boca entre otras cosas, así como también alrededor de la silueta sus gustos como por ejemplo, su color favorito, su comida favorita, lo que les gusta hacer, entre otras cosas para que al finalizar se peguen en el pizarrón o en un papel craf dichos dibujos, en donde analizaremos que todos somos diferentes pero esas mismas diferencias nos hacen únicos alimentando de esta manera la autoestima de los alumnos.	Recursos Materiales: • Espejo • Hoja con silueta Tiempo: Todos los días Espacio: Salón de clases Evaluación: Rúbrica Adecuaciones:



Campo formativo: Lenguaje	
Propósito: Que los alumnos reconozcan y expresen lo que sienten	
Contenido: Expresión de emociones y experiencias, en igualdad de oportunidades, apoyándose de recursos gráficos personales y de los lenguajes artísticos.	PDA: Representa emociones y experiencias de manera gráfica, haciendo uso de dibujos o recursos de los lenguajes artísticos.
“Expresando lo que siento” Inicio: Se les comenzará realizando las siguientes preguntas a los alumnos: Les • ¿Les gusta la música? ¿Por qué sí o por qué no? • ¿En qué momentos o ocasiones escuchan música? • ¿Qué podemos decir mediante la música? ¿Podemos decir cómo nos sentimos mediante la música? • ¿Si todos somos diferentes físicamente sentiremos lo mismo? Desarrollo: En diversas ocasiones la música le brinda la oportunidad a los alumnos de autorregular sus emociones, ya que para ellos puede ser una forma de relajación, expresión y manejo de sus emociones al sentirse comprendidos por la melodía, por lo tanto, para esta actividad la música será una de nuestras herramientas principales ya que además de tener un conocimiento de sí mismo y de sus propias capacidades los alumnos deben de identificar sus emociones. Por lo tanto, se les pondrá diferentes piezas musicales, cada que termine una canción pintaremos en una hoja lo que nos hizo sentir dicha melodía, en total se pondrán cuatro piezas musicales mismas que tratarán de transmitir las emociones básicas (Alegria, tristeza, enojo y miedo). Cierre: Para finalizar, en el pizarrón se pondrán las caras de las emociones antes mencionadas (Alegria, tristeza, enojo y miedo) se les mencionará a los alumnos que pasen a pegar la hoja que representa la primera melodía en la emoción que sintieron y se hará lo mismo con el resto de piezas musicales, al momento que cada uno de los alumnos acomode sus creaciones nos daremos cuenta si todos sintieron o percibieron lo mismo o no, ahí se reflexionará al respecto mencionando que así como somos diferentes físicamente también sentimos cosas distintas ante diversas situaciones.	Recursos Materiales: • Espejo • Hoja con silueta Tiempo: Todos los días Espacio: Salón de clases Evaluación: Rúbrica Adecuaciones:



Tercera Semana

Campo formativo: De lo humano y lo comunitario	
Propósito: Que los alumnos se identifiquen como personas importantes que son diferentes a los demás pero que forman parte de una misma comunidad.	
Contenido: Construcción de la identidad personal a partir de su pertenencia a un territorio, su origen étnico, cultural y lingüístico, y la interacción con personas cercanos.	PDA: Describe gustos, preferencias, posibilidades motrices y afectivas, en juegos y actividades que contribuyan al conocimiento de sí, en un ambiente que considere la diversidad.
“Yo soy” (Previamente para esta actividad se les pedirá de tarea que realicen un cartel con ayuda de sus padres, en este expresaran mediante dibujos, imágenes o recortes sus principales preferencias, gustos, lo que no les gusta, su animal favorito, su color favorito, sus cualidades, características físicas, entre otras cosas) Inicio: Se les comenzará realizando las siguientes preguntas a los alumnos: • ¿Quién les ayudó a realizar su cartel? • ¿Cómo hicieron su cartel? • ¿Qué se les dificultó al hacer su cartel? • ¿Qué fue lo que más les gustó de hacer su cartel? Desarrollo: Para la autorregulación es necesario tener un autoconocimiento de uno mismo bien desarrollado para saber cómo controlar nuestras emociones en base a lo que somos. Los alumnos pasarán a exponer los carteles que realizaron con ayuda de su familia de esta manera nos conoceremos un poco más como grupo empezando desde lo individual y desde uno mismo. Cierre: Para finalizar, se realizará un mural grupal, en el cual los alumnos se dibujaran. Esto con el propósito de que se identifiquen ellos como seres individuales pero también como un grupo.	Recursos Materiales: • Espejo • Hoja con silueta Tiempo: Todos los días Espacio: Salón de clases Evaluación: Rúbrica Adecuaciones:

Anexo 8. Semáforo de las emociones



Anexo 9. Yo soy



Anexo 10. Mi propio retrato



Anexo 11. Lo que amo



Anexo 12. Cómo yo soy



Anexo 13. El globo



Anexo 14. Entrevistas realizadas a los padres de familia

Benemérita y centenaria escuela normal del estado de San Luis Potosí
Educación preescolar
Jardín de niños "Angelita Martínez Ortiz"
Período de evaluación
Marzo-Abril 2025

BECENE
Preescolar

Guía de entrevista

Nombre de la entrevistadora: Gómez Loreda Marcela Lizeth
Nombre de la persona a entrevistar: Andrea Olvera Peña
Parentesco que tiene con el alumno: Madre
Grupo: 1°B
Fecha: 04 de Abril del 2025

Propósito: Conocer desde la perspectiva de los tutores su opinión acerca de la expresión y manejo de las emociones de las niñas y niños de primer grado de preescolar.

- ¿Qué opinión tiene usted acerca de que las niñas y niños manifiesten sus emociones? (ira, alegría, enojo, tristeza, sorpresa y otras)
que es muy importante, para saber como se sienten
- ¿Considera importante que su hijo/hija que cursa primero de preescolar identifique y nombre lo que siente? ¿Por qué y para qué?
Para saber en que puedo ayudarlo y trabajar con él
- En casa, papá y mamá u otros adultos que conviven con su hijo/a ¿Cómo maneja las emociones?
De manera tranquila, siempre pensando en el autocontrol
- La autorregulación emocional alude a "capacidad de manejar las emociones y el comportamiento de manera adecuada" ... ¿Qué acciones de autorregulación ha observado en su hija (o) desde que ingresó a este grupo de primero de preescolar a la fecha?
Paciente y empático
- ¿Considera que su niña o niño es una persona con autorregulación y cooperadora con otras y otros? Sí ¿por qué? NO ¿por qué?
Sí, por que siempre se preocupa por como los demás se sienten

Algo más que usted deseara agregar

Andrea Olvera Peña



Benemérita y centenaria escuela normal del estado de San Luis Potosí
Educación preescolar
Jardín de niños "Angelita Martínez Ortiz"
Período de evaluación
Marzo-Abril 2025



Guía de entrevista

Nombre de la entrevistadora: Gómez Loreda Marcela Lizeth
Nombre de la persona a entrevistar: Fernanda Velázquez
Parentesco que tiene con el alumno: mamá de Esteban Benjamín, maestra
Grupo: 1°B
Fecha: 3/Abril/2025 Practicante.

Propósito: Conocer desde la perspectiva de los tutores su opinión acerca de la expresión y manejo de las emociones de las niñas y niños de primer grado de preescolar.

- ¿Qué opinión tiene usted acerca de que las niñas y niños manifiesten sus emociones? (ira, alegría, enojo, tristeza, sorpresa y otras) Es bueno que los niños sepan expresarse
- ¿Considera importante que su hijo/hija que cursa primero de preescolar identifique y nombre lo que siente? ¿Por qué y para qué? Si, para regular sus emociones y sus ideas propias.
- En casa, papá y mamá u otros adultos que conviven con su hijo/a ¿Cómo maneja las emociones? Platicando con él, preguntar que es lo que le gusta y lo que no.
- La autorregulación emocional alude a "capacidad de manejar las emociones y el comportamiento de manera adecuada" ... ¿Qué acciones de autorregulación ha observado en su hija (o) desde que ingresó a este grupo de primero de preescolar a la fecha? Ya no hace berrinches, pone más atención y aprende a tomar turnos.
- ¿Considera que su niña o niño es una persona con autorregulación y cooperadora con otras y otros? Sí ¿por qué? NO ¿por qué? Si, dialoga y convive más con sus compañeros

Algo más que usted deseara agregar

-Agradezco el gran apoyo que tiene mi hijo con la maestra, ha aprendido mucho. muy buen trabajo ☺

Guía de entrevista

Nombre de la entrevistadora: Gómez Loreda Marcela Lizeth

Nombre de la persona a entrevistar: Andrea Téllez

Parentesco que tiene con el alumno: Madre

Grupo: 1ºB

Fecha: 03-04-25

Propósito: Conocer desde la perspectiva de los tutores su opinión acerca de la expresión y manejo de las emociones de las niñas y niños de primer grado de preescolar.

- ¿Qué opinión tiene usted acerca de que las niñas y niños manifiesten sus emociones? (ira, alegría, enojo, tristeza, sorpresa y otras)
Es importante, ya que están aprendiendo a expresar el como se sienten.
- ¿Considera importante que su hijo/hija que cursa primero de preescolar identifique y nombre lo que siente? ¿Por qué y para qué?
Sí, por que empieza a regular sus emociones y a saber que está bien y que está mal.
- En casa, papá y mamá u otros adultos que conviven con su hijo/a ¿Cómo maneja las emociones?
Habiendo con ella para saber como se siente, por ejemplo, si está enojada, haciendo ejercicios de respiración.
- La autorregulación emocional alude a "capacidad de manejar las emociones y el comportamiento de manera adecuada" ... ¿Qué acciones de autorregulación ha observado en su hija (o) desde que ingresó a este grupo de primero de preescolar a la fecha? Trata de mantener la calma y si algo no le parece o no le agrada lo expresa de manera tranquila.
- ¿Considera que su niña o niño es una persona con autorregulación y cooperadora con otras y otros? Sí ¿por qué? NO ¿por qué?
Sí, porque cuando ve a alguien triste o enojado trata de almorlo y ver la manera de que se ponga feliz.

Algo más que usted deseara agregar

Nos parece un excelente trabajo que están haciendo con nuestro hijo, y los aprendizajes que han tenido gracias a su ayuda

Guía de entrevista

Nombre de la entrevistadora: Gómez Loreda Marcela Lizeth

Nombre de la persona a entrevistar:

Parentesco que tiene con el alumno:

Grupo: 1°B

Fecha:

Propósito: Conocer desde la perspectiva de los tutores su opinión acerca de la expresión y manejo de las emociones de las niñas y niños de primer grado de preescolar.

- ¿Qué opinión tiene usted acerca de que las niñas y niños manifiesten sus emociones? (ira, alegría, enojo, tristeza, sorpresa y otras)
De ser bueno que ello se manifiesten para saber que les ocurre
 - ¿Considera importante que su hijo/hija que cursa primero de preescolar identifique y nombre lo que siente? ¿Por qué y para qué?
Si, para saber que está bien o que se está comportando de buena manera
 - En casa, papá y mamá u otros adultos que conviven con su hijo/a ¿Cómo maneja las emociones?
Contar mucho pero siempre dice lo que piensa.
 - La autorregulación emocional alude a "capacidad de manejar las emociones y el comportamiento de manera adecuada" ... ¿Qué acciones de autorregulación ha observado en su hija (o) desde que ingresó a este grupo de primero de preescolar a la fecha?
No siempre lo dice con claridad, una adelantando o le da algo de pena
 - ¿Considera que su niña o niño es una persona con autorregulación y cooperadora con otras y otros? Sí ¿por qué? NO ¿por qué?
Si, trata de estar calmada con otros niños pero en ocasiones ella no sabe como expresarse sin llorar o apenarse.
- Algo más que usted deseara agregar