



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

TITULO: "La expresión de las emociones a través de la escritura en un grupo de 5 grado de primaria"

AUTOR: Aileen Anaid Barrientos Tovar

FECHA: 7/22/2022

PALABRAS CLAVE: Expresión de las emociones, Escritura, Habilidad socioemocional, Comprensión y Reflexión

**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

2018



2022

**“LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES A TRAVÉS DE LA ESCRITURA EN
UN GRUPO DE 5 GRADO DE PRIMARIA.”**

PORTAFOLIO TEMÁTICO

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

PRESENTA:

AILEEN ANAID BARRIENTOS TOVAR

ASESOR (A):

NUBIA MARISSA COLUNGA TREJO

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO 2022



Benemérita y Centenaria
Escuela Normal del Estado
de San Luis Potosí

**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 AILEEN ANAID BARRIENTOS TOVAR autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la utilización de la obra Titulada:

**“LA EXPRESIÓN DE LA EMOCIONES A TRAVÉS DE LA ESCRITURA EN UN
GRUPO DE 5 GRADO DE PRIMARIA.”**

en la modalidad de: Portafolio temático para obtener el
Título en Licenciatura en Educación Primaria

en la generación 2018-2022 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 05 días del mes de JULIO de 2022.

ATENTAMENTE.

AILEEN ANAID BARRIENTOS TOVAR

Nombre y Firma
AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



BENÉMERITA Y CENTENARIA
 ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
 SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

OFICIO NUM: BECENE-DSA-DT-PO-01-07
 REVISIÓN 9

DIRECCIÓN: Administrativa

ASUNTO: Dictamen Aprobatorio

San Luis Potosí, S.L.P.; a 01 de Julio del 2022

Los que suscriben, integrantes de la Comisión de Titulación y asesor(a) del Documento Recepcional, tiene a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): BARRIENTOS TOVAR AILEEN ANAID
 de la Generación: 2018 - 2022

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de: Portafolio Tématico.
 Titulado:

"LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES A TRAVÉS DE LA ESCRITURA EN UN GRUPO DE 5 GRADO DE PRIMARIA."

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 PRIMARIA**

ATENTAMENTE

DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
 SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
 BENÉMERITA Y CENTENARIA
 ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
 SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ

ENCARGADA DE TITULACIÓN

ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBÁÑEZ CRUZ

MTRA. NUBIA MARISSA COLUNGA TREJO

AGRADECIMIENTOS

La realización de este documento fue todo un reto, en ciertos momentos me llegué a sentir desorientada, sin saber a dónde llegar, pero con la ayuda y el apoyo que me brindaron todas aquellas personas que siempre estuvieron, logré salir adelante y culminar el trabajo.

Principalmente quiero agradecer a las personas que han sido mi sostén y mi motivación para salir adelante, mis padres, mis dos pilares y grandes ejemplos a seguir ya que me han demostrado que con esfuerzo, dedicación y perseverancia se puede llegar a donde uno quiere. Por siempre estar, en aquellos momentos difíciles, aunque fuera a distancia siempre sabían el cómo hacerme sentir que los tenía cerca, por confiar en mí y guiarme a ser la persona que soy, siempre estaré agradecida por todos los sacrificios que han hecho por mí.

De igual manera agradecer a mis hermanos, que a pesar de su corta edad ellos comprendían diversas situaciones por las que pasaba mientras realizaba el documento, así mismo agradezco a mi hermana Sol por apoyarme, ayudarme y prestarme algún recurso necesario (celular) para completar mi trabajo, de igual manera agradecer a mi primo que me vio caer en momentos difíciles y siempre estaba ahí apoyándome y dándome ánimos para seguir adelante, gracias a ellos por confiar en mí y saber que lo lograría.

También agradezco a toda mi demás familia que siempre estuvo al pendiente de mi proceso y me apoyaron para lograr mis objetivos.

Agradezco a mis amigos por su compañía, sus palabras de calidez, sus ánimos, por estar en los momentos difíciles y no dejarme sola y apoyarme, brindarme una mano, compartir conmigo momentos increíbles y hacerlos así grandes anécdotas y recuerdos juntos, gracias por ese cariño y apoyo incondicional.

A mi asesora le agradezco por confiar en que lograría culminar, por ayudarme a crecer como persona y estar en el proceso de mi documento, que fue una base importante para poder realizar este trabajo, así como también agradezco a todos y cada uno de aquellos maestros que me impartieron clases y pudieron sembrar un conocimiento en mí para poder ser la persona que ahora soy, de igual manera agradecer a mi alma mater BECENE por dejar grandes enseñanzas, experiencias y conocimientos.

De igual manera me siento agradecida con mi equipo de futbol de la institución ya que gracias a ellas y al profesor que siempre estuvieron logré encontrar un sostén más y una pequeña familia.

Por último, pero menos importante, se fue un trabajo arduo y complejo, en el que se sacrificaron muchas cosas, pero agradezco a Dios por permitirme estar donde estoy y siempre estar conmigo cuidándome, así como a los grandes ángeles que tengo con Él y cuidarme desde donde están.

Gracias infinitas a todos y cada una de esas personas que estuvieron en el proceso y lo hicieron más fácil con sus palabras de apoyo.

ÍNDICE

I.INTRODUCCIÓN	7
II. CONTEXTO ESCOLAR	11
1. Contexto externo	11
III. CONTEXTO TEMÁTICO	24
IV. RUTA METODOLÓGICA	36
V. ANÁLISIS DE LA PRÁCTICA	41
ANÁLISIS 1.....	41
DIAGNÓSTICO ¿QUÉ HARÍA YO?	41
ANÁLISIS 2.....	62
PALETAS ENGAÑOSAS	62
ANÁLISIS 3.....	77
EMOCIONÓMETRO	77
ANÁLISIS 4.....	91
HISTORIA QUE NACE DEL CORAZÓN.....	91
ANÁLISIS 5.....	106
COCINERO DE LA ESCRITURA.....	106
VI. CONCLUSIONES	121
VII. VISIÓN PROSPECTIVA	125
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	128
IX.ANEXOS.....	132

I.INTRODUCCIÓN

Las emociones en la educación tienen un gran impacto ya que suelen intervenir en el actuar de los alumnos dentro del aula, además se pueden crear espacios de aprendizajes que conllevan estas, de igual manera buscar estrategias en las que se fomenten la expresión de las emociones.

Para fomentarlas se puede lograr con ayuda de la escritura, ya que esta es una herramienta que se aplica continuamente en el ámbito educativo proporcionando conocimientos y habilidades sobre el manejo de la escritura, así como también brindar un apoyo en la redacción y ortografía, además se puede tomar como un recurso de expresión.

El contexto social interviene también en la expresión de las emociones, comúnmente los alumnos suelen convivir con las personas que los rodean y se encuentran en el mismo círculo social que ellos, de mismo modo van adaptando a las formas de relación que se presentan en el entorno así como las expresiones que tienen las personas que los rodean.

La pandemia por COVID - 19 tuvo gran peso en la educación socioemocional debido al aislamiento que se tuvo que enfrentar por los motivos de contingencia la gran mayoría de los individuos dejaron de relacionarse con amigos y maestros, ya que por medidas de prevención se tenía que tomar un distanciamiento, por lo que la mayoría de los alumnos tomaban clases virtuales y solamente tenían acercamiento con familiares, esto llegó a afectar el desarrollo de ellos porque no sabían cómo actuar en distintas situaciones.

Sin embargo, algunos de ellos lograron mantener comunicación con sus compañeros de manera escrita utilizando los recursos tecnológicos como un medio de comunicación y la educación se benefició en ese aspecto ya que con ello se lograron crear estrategias para la nueva modalidad de impartir y tomar clases.

Cada vez la sociedad suele ser más cambiante, la educación se actualiza continuamente y logra encontrar estrategias y herramientas que brinden un mayor aprendizaje para el alumnado tomando en cuenta el aspecto socioemocionales suele ser complejo ya que cada individuo se expresa de manera distinta y cada uno lleva un proceso de desarrollo.

En base a la observación se creó una actividad de diagnóstico para saber cómo estaba el grupo y posteriormente se elaboraron actividades secuenciales a cada uno de los resultados esperando que tuvieran influencia en el progreso y crecimiento de los alumnos, teniendo una mejora de la expresión de las emociones.

La unidad de análisis de la investigación es el quinto grado grupo "A" de la escuela primaria profesor Rafael Ramírez, en el estado de San Luis Potosí, en el que se identificó la problemática de confianza que ellos presentan al expresar sus emociones ya que por lo general se mostraban cohibidos y poco entusiasmados dentro del salón de clases, al igual que fuera del se comportaban temerosos en la convivencia con sus compañeros.

Pregunta inicial:

¿Cómo fomentar la expresión de las emociones?

El propósito general del portafolio temático es el siguiente:

- Fomentar la expresión de emociones en alumnos de 5º grado de primaria a través de la escritura.

Propósitos específicos:

- Utilizar la escritura (redacción) como herramienta para la expresión de las emociones.

- Diseñar y aplicar actividades que favorezcan la habilidad de expresar las emociones.

Con ayuda de la elaboración del documento pude desarrollar las competencias perfil de egreso que se marca en el plan de estudios 2018. A continuación, se presentan las competencias genéricas:

- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para auto-regularse y fortalecer su desarrollo personal.

Competencias profesionales:

Detecta los procesos de aprendizaje de sus alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional.

- Plantea las necesidades formativas de los alumnos de acuerdo con sus procesos de desarrollo y de aprendizaje, con base en los nuevos enfoques pedagógicos.
- Establece relaciones entre los principios, conceptos disciplinarios y contenidos del plan y programas de estudio en función del logro de aprendizaje de sus alumnos, asegurando la coherencia y continuidad entre los distintos grados y niveles educativos.

La estructura del portafolio se compone por apartados que son los siguientes:

- Contexto escolar: En este primer apartado se encuentra la descripción del contexto en el que se desarrolló la práctica, se identifican diferentes puntos externos de la escuela así como también internos.

- Contexto temático: En este espacio se aborda la problemática, rescatando el interés de la misma así como se mencionan diferentes referentes teóricos que la sustentan.
- Ruta metodológica: Se encuentra como fue el proceso de realización de este portafolio marcando desde el inicio, los diferentes pasos que se realizaron para recopilar información, de igual manera que el ciclo reflexivo de Smith
- Análisis de la práctica docente: Este es uno de los espacios más relevantes que corresponden al portafolio debido a que en él se encuentran cada uno de los análisis realizados de las actividades de intervención que aplicaron, en él se reflexiona sobre diversos ámbitos y se fundamenta con teóricos.
- Conclusiones: En este punto se establecen lo que sucedió durante la realización del documento así como se mencionan los logros adquiridos, las dificultades y los nuevos conocimientos.
- Visión prospectiva: Es este apartado donde se aborda sobre los aprendizajes obtenidos, cómo me veo a futuro en el aspecto personal y profesional así como lo que se pretende realizar de manera profesional.
- Referencias bibliográficas: En el que se hace mención sobre cada una de la bibliografía utilizada para la realización del documento.
- Anexos: Donde se agregan cada uno de los materiales como hojas de trabajos utilizados para lograr el propósito marcado.

Cada uno de los apartados se creó con una finalidad específica, mostrando así el procesos que se realizó para llegar a lo esperado, obtenido buenos resultados.

II. CONTEXTO ESCOLAR

1. Contexto externo

Los alumnos pasan la mayor parte de tiempo en la escuela convirtiéndola así en su segunda estancia en la que se desenvuelven con mayor frecuencia, también ahí es donde ellos empiezan a conocer, interactuar, convivir y socializar con sus compañeros y maestros.

Las instituciones de enseñanza tienen como uno de sus objetivos principales mejorar constantemente los contextos de enseñanza, centrándose en las necesidades y características de los estudiantes para que desarrollen un enfoque reflexivo (Prosser y Trigwell, 1999). Por esta razón, deben tenerse en cuenta las competencias previas de los estudiantes, condicionados también por su entorno familiar y por su experiencia previa en los centros de enseñanza. (Bourdieu y Passeron, 1977; Boudon, 1983, p.358)(Citado por Gonzalez, Marlin, p.5)

La escuela primaria “Prof. Rafael Ramírez” fue fundada en el año de 1955, las clases se impartían a cargo del profesor Victorino Alcántara, quien inició labores y fundó dicha institución educativa en ese año. Se iniciaron las clases en un horario diario de 9:00 a 12:00 y de 3:00 a 5:00; horario de clases rural. Mientras se fundaba la escuela, las clases se daban en unas casas que estaban solas en la calle López Mateos de la colonia San Antonio, en Soledad de Graciano Sánchez. La escuela contaba con una gran extensión de su territorio, pero por falta de documentación se perdieron unos terrenos que ahora son casas.

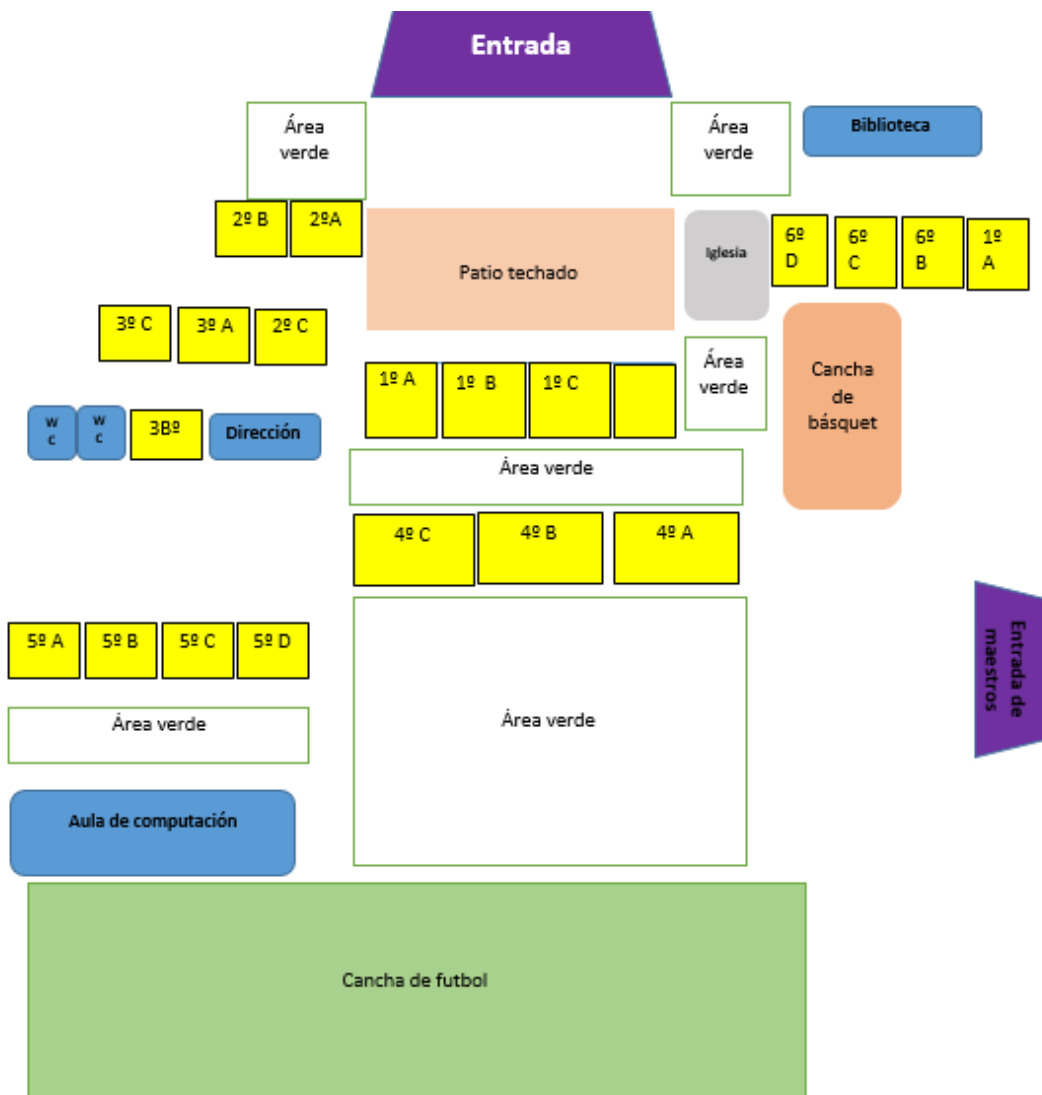
Actualmente la escuela primaria “Prof. Rafael Ramírez” con C.C.T. 24DPR1032F, pertenece a la zona escolar 090 y es del sector público, se encuentra ubicada en la calle plaza Plutarco Elías Calles #12, INFONAVIT San Antonio, código postal 78436, Soledad de Graciano Sánchez, S. L. P., tiene un horario de 8:00 a 12:50 pm. Es una escuela de organización completa ya que cuenta con personal docente para atender los 6 grados escolares que se imparten, así como también contar con el

personal responsable de la organización y trabajo administrativo, la institución se encuentra a cargo de la Lic. Irma Araceli Montantes Martínez quien mediante el liderazgo lleva la responsabilidad y dirección del plantel. La escuela pertenece al sistema educativo federal atendiendo a una población estudiantil conformada por 488 alumnos en turno matutino.

Cuenta con servicios básicos como agua potable, drenaje, electricidad e internet; esto para que la escuela brinde un servicio educativo de calidad y poder así atender cada una de las necesidades educativas y poder desarrollar un proceso de enseñanza-aprendizaje.

La infraestructura con la que cuenta es acorde para poder llevar a cabo las actividades educativas; cuenta con dieciocho aulas en total; tres de 1º grado, tres para 2º grado, tres aulas para 3º grado y otras tres aulas para 4º grado, para 5º grado cuatro y para 6º grado cuatro, además se cuenta con un salón de usos múltiples, así como uno de computación, biblioteca escolar, la dirección, baños para niños y otros para niñas, una bodega de educación física, un patio cívico techado, una cancha de basquetbol, una cancha de fútbol que es de tierra, un pequeño patio techado, así como jardineras y áreas verdes. Los salones son de diferentes dimensiones, con una sola puerta y amplias ventanas, aunque la iluminación no es igual en todos los salones, ni la ventilación, así como también se cuenta con cañón de proyección, computadoras y bocinas; utilizadas para una mejor enseñanza y aprendizaje de los alumnos.

A continuación se presenta un croquis de la escuela:



Croquis de la escuela primaria “Prof. Rafael Ramírez” Fuente: Elaboración propia.

Los espacios que se encuentran en la institución se mantienen en buenas condiciones, además de contar en cada uno de los espacios con las medidas de prevención y sanitización necesaria debido a la pandemia por COVID-19.

En el contexto externo, la escuela está inmersa en un medio social dentro del cual, los aspectos de inseguridad son algo comunes, ya que la zona en la que se encuentra ubicada la escuela no es muy segura, así como también se pueden

encontrar a sus alrededores diferentes tipo de comercio; como lo que es fruterías, tiendas de abarrotes, cocinas rápidas entre algunos otros más, enfrente de la escuela también se encuentra un centro de salud.

Las calles que están sobre la escuela son muy transitadas en las horas de entrada y salida de los alumnos, por lo general la calle de la entrada principal no da paso a los vehículos ya que se puede causar un accidente, para esto se realizan filas de padres de familia que esperan la entrada y salida de los niños, esto para tener un mejor control.

Rodríguez y Wanda (1999), mencionan que:

La escuela no es meramente el escenario en que la educación y el desarrollo de los sujetos tienen lugar; la escuela es un sistema vivo, un auténtico ecosistema cultural cuyo propio desarrollo está entrelazado con el desarrollo del sujeto. Por lo tanto, no deben obviarse ni invalidarse los conocimientos, valores, actitudes e intereses que el estudiante trae consigo a la escuela. Por el contrario, el lograr que los educandos expresen y expliquen su realidad cotidiana es vital para lograr la identificación de los elementos que pueden facilitar, limitar o impedir el desarrollo de capacidades de orden superior. (p.485)

Los alumnos se desenvuelven en diferentes contextos, y estos pueden influir en su aprendizaje, pero no deben dejarse de un lado los conocimientos, valores y actitudes que cada uno de los alumnos presenta, sin embargo se pueden reforzar y mejorar en ellos ya que la educación comienza en casa.

En cuanto al aspecto social, la escuela tiene un alto número de alumnado y así año con año el ingreso es alto, debido al reflejo del trabajo y alto desempeño que ha tenido la escuela, además de la organización y control que se tiene en la ella, esto

ha dado la confianza para los padres de familia, cabe mencionar que la colonia San Antonio no cuenta con muchas escuelas primarias además de ésta, por lo que el número de estudiantes es grande y del mismo modo tiene mayor compromiso social y educativo con cada uno de ellos.

En cuanto a la participación de los padres de familia en las actividades que se desarrollan algunos muestran interés por el desempeño de los niños que están teniendo en el ámbito educativo y colaboran con las actividades, en ocasiones se puede tornar conflictivo debido a que no cuentan con el tiempo suficiente por sus trabajos, pero la gran mayoría de los padres esta comprometidos con la educación de sus hijos, para así apoyarlos en la medida posible.

Con relación al entorno socioeconómico del contexto y de la población de la escuela primaria, se podría decir que la mayoría se encuentra en un nivel medio, medio-bajo; esto debido a que durante las jornadas de práctica se analizó y reflexionó sobre las condiciones de vida que tienen cada uno de los alumnos, además de cómo es la familia en la que se desenvuelven; por lo general las familias son nucleares, extensas y en algunos casos monoparentales, así como también el lugar en donde viven y los servicios con los que cuentan las familias son los básicos (agua potable, drenaje, electricidad y en algunos casos internet).

Los padres de familia son un factor importante en el desarrollo de los alumnos, ya que son un gran apoyo, respecto al nivel educativo que los padres tienen es el básico que consta de preescolar, primaria y secundaria, la gran mayoría de ellos se encuentran en situación laboral para así poder sustentar a su familia, por eso en algunas ocasiones se ve un poco afectada la atención, el cuidado y la convivencia que tienen, a lo que en ocasiones se ve un poco reflejado esto en el aprendizaje de

los alumnos ya que algunos padres no cuentan con el tiempo suficiente debido a sus trabajos.

Fierro (1999) “La función del maestro como profesional que trabaja en una institución está cimentada en las relaciones entre personas que participan en el proceso educativo: alumnos, maestros, directores, madres y padres de familia”. (p.31)

El personal que labora en la institución se conforma por 18 docentes frente a grupo, existe una directora, dos maestros de educación física, una maestra de inglés, una psicóloga que ayuda con el desarrollo de los alumnos e imparte una clase de cinco minutos a cada grupo, un maestro de apoyo que se encarga de trabajar con los alumnos que necesitan mayor ayuda, dos secretarias y dos intendentes que ayudan a mantener la institución en buenas condiciones, entre el personal que labora en la institución se genera un ambiente estable y agradable, ya que este es de importancia para el desempeño y disposición de trabajo de cada uno de ellos.

Los maestros además de tener a cargo su grupo también tienen diferentes comisiones, una de ellas la cooperativa, entre otras, así como diversas responsabilidades, que permiten una mejor organización y desempeño educativo, de mismo modo ofreciendo calidad de servicio para los alumnos, algunas de las actividades que desempeñan son el trabajo frente a grupo, la guardia de entrada y salida, las medidas de sanidad en la entrada de la institución y del aula, guardias correspondientes a cada una de las áreas asignadas durante el recesos, estas para resguardar la integridad de los alumnos, organización de eventos y festividades escolares atendiendo las propuestas de ruta de mejora escolar.

Gracias a cada una de las actividades que el personal lleva a cabo se trabaja en un ambiente de compañerismo, armonía y confianza, aunque en ocasiones pueden percibirse diversas situaciones que puedan causar algún conflicto, pero entre el diálogo y comunicación de los mismos docentes y directivos se establecen acuerdos para llegar a una solución.

La relación que los alumnos tienen entre ellos es respetuosa, aunque algunos no conviven mucho, se puede observar que se mantienen enfocados en sus actividades y la relación que tienen solamente es de compañerismo ya que buscan relacionarse un poco con las personas que presentan mismos ideales para de esta manera convivir, por lo general fuera del aula solamente se juntan para comer su lonche y jugar con sus amigos.

La relación que se tienen entre alumno-docente es buena, ya que existe un respeto y cordialidad entre ambos, la convivencia es sana y por lo general se busca que el aprendizaje del alumno incremente así como también apoyarlo y brindarle la mano en diversas actividades y situación en las cuales no se sienta cómodo o crea que le perjudiquen, de mismo modo el maestro crea un clima de confianza donde el alumno se sienta capaz de interactuar con él y así también el maestro además busca estrategias que ayuden al aprendizaje del niño, para lograr los objetivos educativos, ya que si el ambiente es bueno el alumno obtendrá un mayor aprendizaje.

La interacción que tienen los maestros y padres de familia es de suma importancia ya que son dos grandes pilares de la educación, debido a que también intervienen en el procesos de formación educativa de los niños, la comunicación es uno de los puntos que más se trabaja con ellos ya que deben de conocer el aprovechamiento y transcurso del aprendizaje, además la comunicación que tienen, se establece con

respeto y cordialidad para dirigirse el uno al otro, se involucran y participan en diversas actividades que lleven a progresar el rendimiento educativo de sus hijos.

En la dimensión valorar el comportamiento y actitud que cada uno de los alumnos tiene se ve influenciada por los valores que poseen, los valores se van inculcando desde la casa y esto les abre camino a la relación e interacción que existe con los demás, dentro de la escuela se observa un ambiente de sana convivencia, también se desarrollan actividades basadas en valores las cuales así los niños los puedan reforzar y los ayude a crecer como personas, regulando su comportamiento y actitud ante cualquier situación.

La institución escolar representa, para el maestro, el espacio privilegiado de socialización profesional. A través de ella entra en contacto con los saberes del oficio, las tradiciones, las costumbres y las reglas tácticas propias de la cultura magisterial. Fierro (1999, p.30)

2. Contexto interno

La infraestructura de la primaria está en condiciones adecuadas para un ambiente de aprendizaje; cuenta con 18 aulas, con mobiliario suficiente para abordar clases y en muy buenas condiciones, cada alumno tiene su mesabanco en óptimas condiciones para que lleven a cabo sus actividades de manera cómoda.

La escuela cuenta con un patio cívico donde los maestros desarrollan y llevan a cabo diversas actividades culturales y deportivas, cuentan también con un salón de usos múltiples, un aula de cómputo, dirección, biblioteca, bodega, baños en buenas condiciones, áreas verdes y una cancha de básquet así como una pequeña cancha

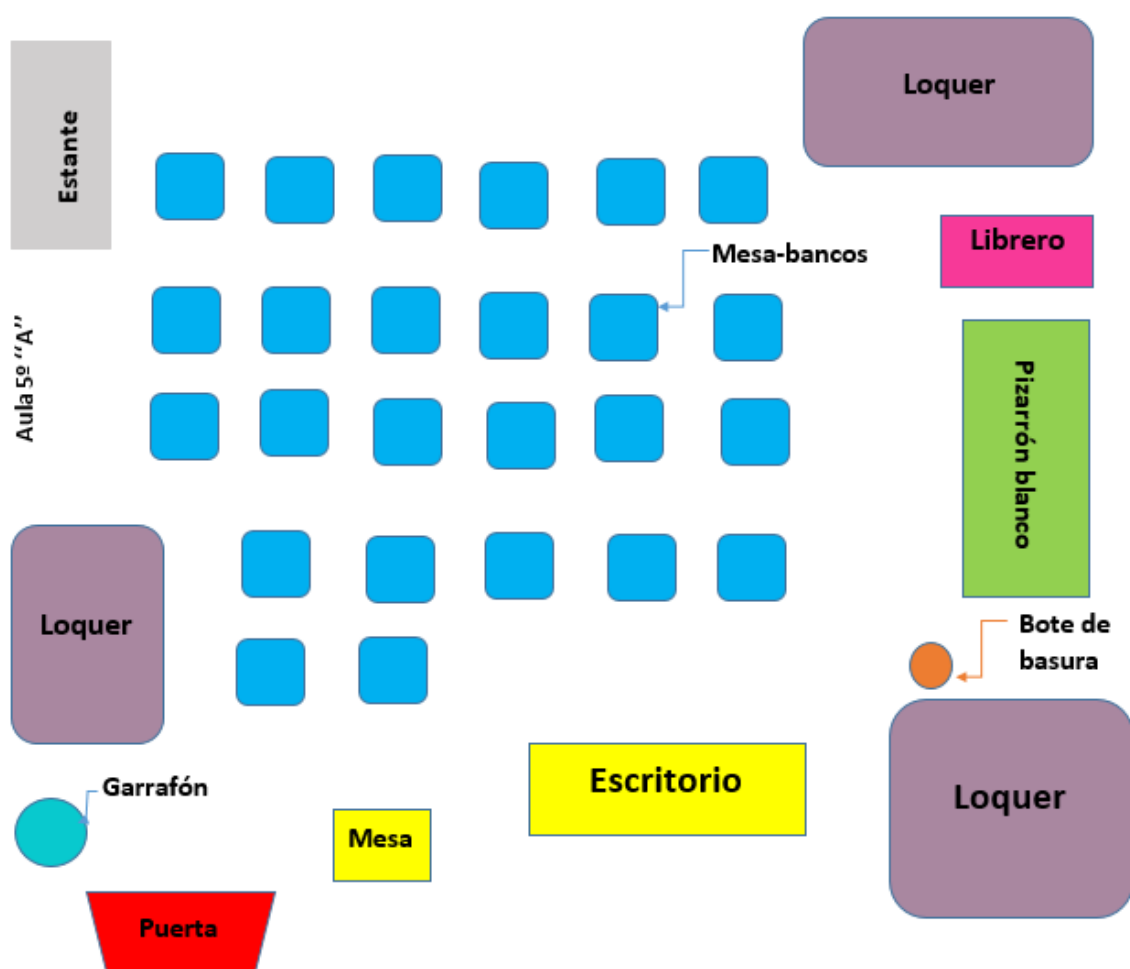
de fútbol, tiene rampas y señaléticas sobre la sana distancia y medidas preventivas sobre el COVID-19.

Las aulas de la escuela primaria son de diversos tamaños algunas son un poco más amplias que otras pero cada una está acorde al grado y a la capacidad de alumnos con el que se cuenta, también se cuenta con material didáctico y de apoyo en cada uno, así como además de tener mesa-bancos para los alumnos cuenta con un estante, tres lockers, se utilizan para guardar trabajos o libros así como también material que ellos necesitan, un librero y un pizarrón.

Fierro menciona que “la dimensión didáctica hace referencia al papel del maestro como agente que, a través de los procesos de enseñanza, orienta, dirige, facilita y guía la interacción de los alumnos con el saber colectivo culturalmente organizado, para que ellos, los alumnos, construyan su propio conocimiento”(1999, p.34)

Los profesores llevan a cabo sus clases según sus planeaciones, estas se basan en los planes y programas vigentes, en las cuales se busca aplicar estrategias y actividades que lleven al desarrollo de un buen aprendizaje para los alumnos, por lo general se realizan varios momentos de evaluación, esto para ver cuál es el inicio que tienen y así poder observar su progreso y crecimiento en el aprendizaje y el desarrollo de competencias que están obteniendo a través de cada uno de los trabajos. Además los profesores dirigen a los niños para que ellos desarrollen diferentes habilidades así como también buscan diversas herramientas que les puedan ser útiles, como por ejemplo, material didáctico y atractivo según el contenido de enseñanza.

El salón en el que se encuentra el grupo de 5º “A” cuenta con diversos materiales y recursos necesarios para llevar a cabo las prácticas del aprendizaje, el mobiliario que tiene son mesabancos para cada uno de los alumnos, un estante, tres lockers, un librero, un pizarrón, un escritorio, una silla, una mesita de sanitización y material didáctico, cada uno de los recursos materiales se mantienen en buen estado ya que se les da cuidado por los mismos alumnos y padres de familia.



Croquis del salón del grupo de 5º “A”. Fuente: elaboración propia

El grupo de 5o grado grupo A está conformado por 25 alumnos, ha permanecido así desde primer año, aunque han surgido algunos cambios o se han agregado algunos otros compañeros, los niños se conocen en su mayoría ya que tienen ya cinco años juntos compartiendo clases.

En el entorno familiar que se encuentran cada uno de los alumnos se puede mencionar que los padres de la gran mayoría están comprometidos con el desarrollo de sus hijos mostrando interés por su desempeño, además de impulsarlos y apoyarlos a que sean mejores.

Durante las jornadas de observación y práctica se pudo observar que los alumnos pueden aprender mediante diferentes estilos, algunos de ellos que se constataron son el auditivo, visual y kinestésico ya que de esta forma se les facilita mayormente sus aprendizajes, además se identificó que el aspecto de participación se ve afectado ya que no siempre quieren ponerla en práctica y en ocasiones son los mismos estudiantes los que contestan por lo que se les pide a los demás que compartan sus ideas mencionando su nombre, además se identificaron las diferentes fortalezas y debilidades que presentan en cada una de las materias que se les imparten.

El desarrollo que los alumnos tienen en el aula se puede ver influenciado por diversos factores, uno de ellos fue la pandemia de COVID-19 ya que al estar en cuarentena se deterioró el desenvolvimiento de los estudiantes con sus compañeros, esto lo pude notar a través de que cuando recién regresaron a clase en la nueva modalidad, no convivían con sus compañeros, se mostraban tímidos y ante las situaciones que pasaban en el salón no mostraban alguna reacción.

Una característica muy particular del grupo es que son muy callados y solamente siguen las instrucciones que se les dan, además se encuentra un pequeño rezago educativo en el grupo para esto se aplicaron varias estrategias para que no se atrasen como por ejemplo citar a los alumnos con mayores problemas de comprensión el día Viernes, se les dejaba trabajos extras de escritura y lectura pero un problema es que tienen a faltar continuamente y eso hace que los alumnos se atrasen aún más.

El comportamiento que los niños tenían hacia las actividades no lo expresaban, no mostraban desinterés y cumplían con lo que se les pedía, además en mi perspectiva pienso que fue así debido a que se habían acostumbrado a trabajar de la manera virtual y no tener que relacionarse con personas externas, lo que sí creo es que si no se trabaja la expresión de las emociones con los educandos a la larga puede afectarles ya que posiblemente se sientan inseguros de interactuar con otras personas y tengan miedo a que no los comprenda.

La escritura es un herramienta que los alumnos pueden utilizar para poder expresarse sin embargo a lo largo de la jornada de práctica se observó que muestran problemas al momento de escribir, por ejemplo en ocasiones cambian algunas letras por otras y en otros casos cambian totalmente la palabra que quieren decir, creo que esto paso ya que cuando inició la pandemia se encontraban en 3º y el pausar o frenar repentinamente los ejercicios de escritura afecto, además de que los trabajos no eran supervisados en casa así que por tal motivo no todos entregaban sus trabajos, también suelen tener problemas con significados de palabras que no conocen y les falta mejorar el gusto por la lectura y escritura así como también comprensión.

La educación socioemocional los alumnos no la toman muy en cuenta ya que la mayoría de las veces no se lleva o se les presenta la materia como tal, dado caso los alumnos casi no hablan sobre sus emociones y no las expresan como tal, algo que también sobresale es que casi no tienen relación con sus demás compañeros y solamente lo hacen por motivos de trabajo o actividades, pero la mayor parte del tiempo se concentran en terminar su trabajo.

Durante la observación del grupo me puede percatar de diversas debilidades y fortalezas que los alumnos tienen, esto me ayudó a buscar diferentes estrategias de trabajo que se pueden incluir, ya que no todos los alumnos aprenden de la misma forma, además que el desarrollo de las habilidades socioemocionales puede aportar a la educación y así obtengan un mejor aprendizaje.

III. CONTEXTO TEMÁTICO

Las emociones surgen a través de los sentimientos, es una respuesta al acontecimiento que está pasando, para esto se da una reacción de cómo se debe actuar ante la situación que se presente. Sugiero mencionar que Goleman (2000) define a la emoción como “La raíz de la palabra emoción es motere, el verbo latino “mover” además del prefijo “e”, que implica “alejarse”, lo que sugiere que en toda emoción hay implícita una tendencia a actuar” (p. 24).

La expresión de las emociones es de gran impacto en el desarrollo de aprendizaje de los alumnos, la educación se beneficia al fomentar estas ya que se trabaja con el desenvolvimiento de las actitudes.

La Educación Socioemocional es un proceso de aprendizaje a través del cual los niños y los adolescentes trabajan e integran en su vida los conceptos, valores, actitudes y habilidades que les permiten comprender y manejar sus emociones, construir una identidad personal, mostrar atención y cuidado hacia los demás, colaborar, establecer relaciones positivas, tomar decisiones responsables y aprender a manejar situaciones retadoras, de manera constructiva y ética. (SEP, 2018, p.424)

El desenvolvimiento de las emociones ayuda a el crecimiento personal de cada uno de los niños, según la necesidad que tenga y como se sienta es la forma en la que él actúa, la relación social juega también un papel importante en la educación debido a que el alumno convive y se desenvuelve con más personas, la interacción con ellas apoya a su desarrollo social.

Entonces la relación social tiene una gran influencia, ya que por lo general en la educación existen lazos de convivencia entre alumno-maestro, alumno-compañeros, alumno-padres de familia, alumno-personal que labora, etc. Cada uno de estos piensa y actúa según lo que experimenta, considero que la comunicación

que tienen los alumnos en diferentes contextos también influye ya que cada uno ve las cosas de diversas maneras por lo que los llevará a tomar diferentes decisiones, en cada momento.

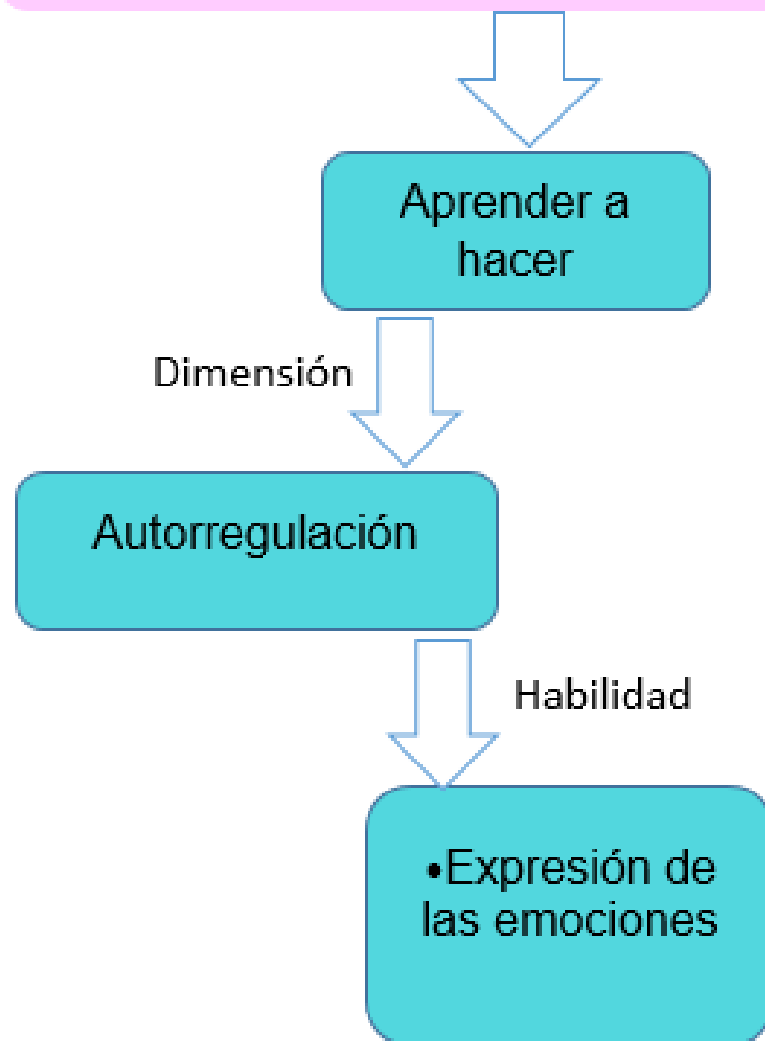
La emoción es un componente complejo de la psicología humana. Se conforma de elementos fisiológicos que se expresan de forma instintiva y de aspectos cognitivos y socioculturales conscientes e inconscientes, lo que implica que las emociones, especialmente las secundarias (o los sentimientos), también son aprendidas y moduladas por el entorno sociocultural y guardan una relación de pertinencia con el contexto en el que se expresan (SEP, 2017, p. 427)

Por lo general en la educación se deja en segundo término el aspecto emocional, en los planes y programas de estudio del año 2017 se da un apartado específico, lo cual considero que contribuye en gran medida en el desarrollo de estas en los alumnos ya que si se toman en cuenta el sentir como la importancia que se le da a otras materias el rendimiento de los alumnos aumentará.

En la educación socioemocionales se plantean cinco dimensiones, las cuales pueden ayudar en el plano individual y social, apoyando a que los alumnos aprendan a ser, aprender, hacer y convivir, cada una de las dimensiones se compone por una serie de habilidades las cuales tienen diferentes indicadores de logro.

A continuación, en el siguiente esquema se encuentran las dimensiones y la habilidad de expresión de las emociones:

EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL



Esquema 1: Dimensiones y habilidad expresión de las emociones.
Fuente: Elaboración propia

Las dimensiones ayudan al desempeño del niño y niña en su ámbito tanto personal como educativo, para lograr habilidades socioemocionales se plantea que una

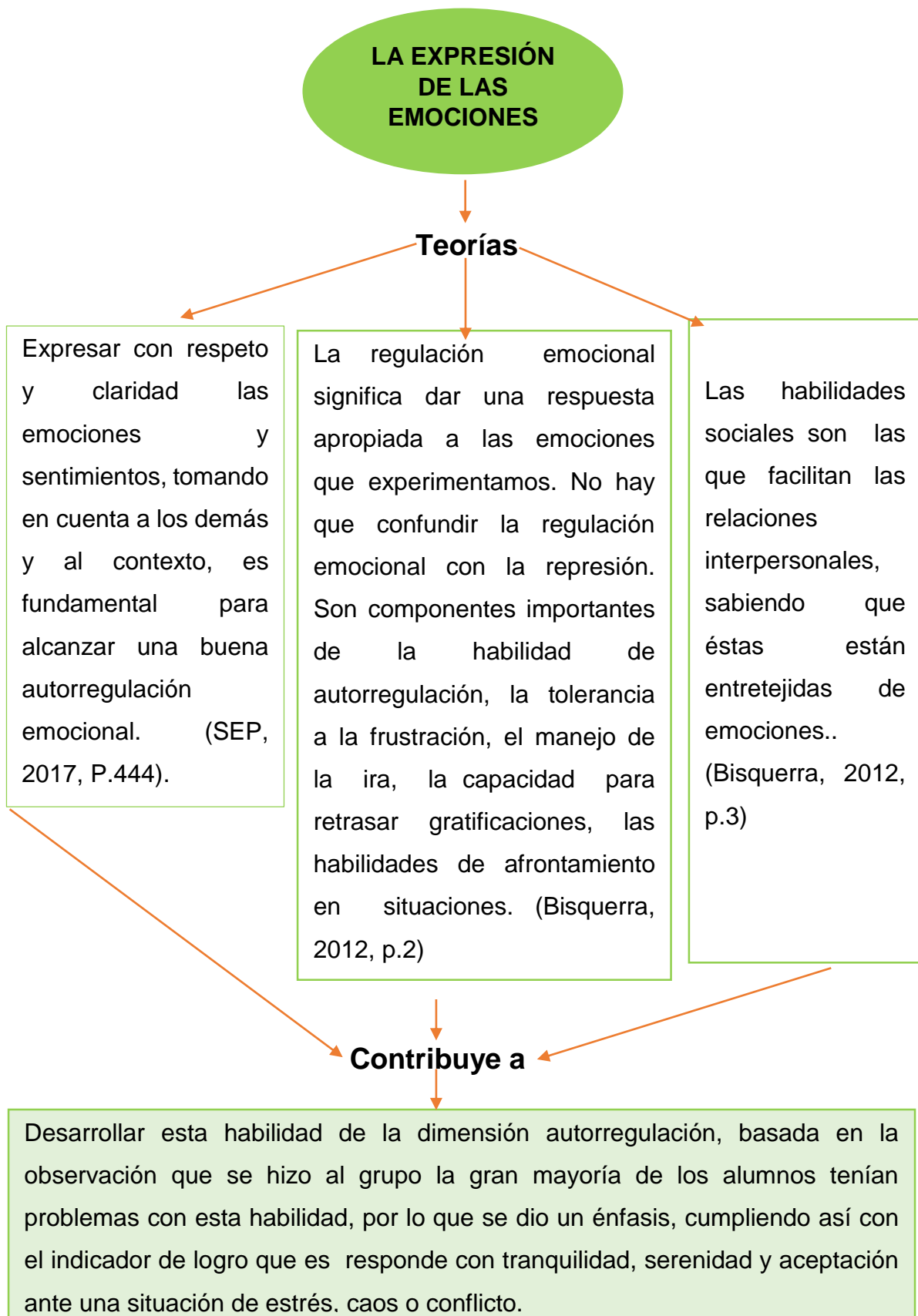
buena herramienta sería el lenguaje escrito ya que lo utilizamos como método de comunicación.

El enfoque didáctico en primaria, referente a la enseñanza del español, tiene como prioridad que “los alumnos participen en situaciones comunicativas (oralidad, lectura y escritura), con propósitos específicos e interlocutores concretos. Consecuentemente, el acercamiento de los estudiantes al conocimiento y el uso eficiente de diversos tipos textuales adquiere relevancia” (SEP, 2011, p. 21)

Posteriormente se planteó la siguiente pregunta ¿Cómo fomentar la expresión de las emociones a través de la escritura?, El desarrollo de esta habilidad socioemocional cumple un papel muy importante dentro de la educación, debido a la relación y al desenvolvimiento que los alumnos tienen dentro del aula, son aspectos sociales que en conjunto con las emociones se pueden desenvolver por medio de la educación.

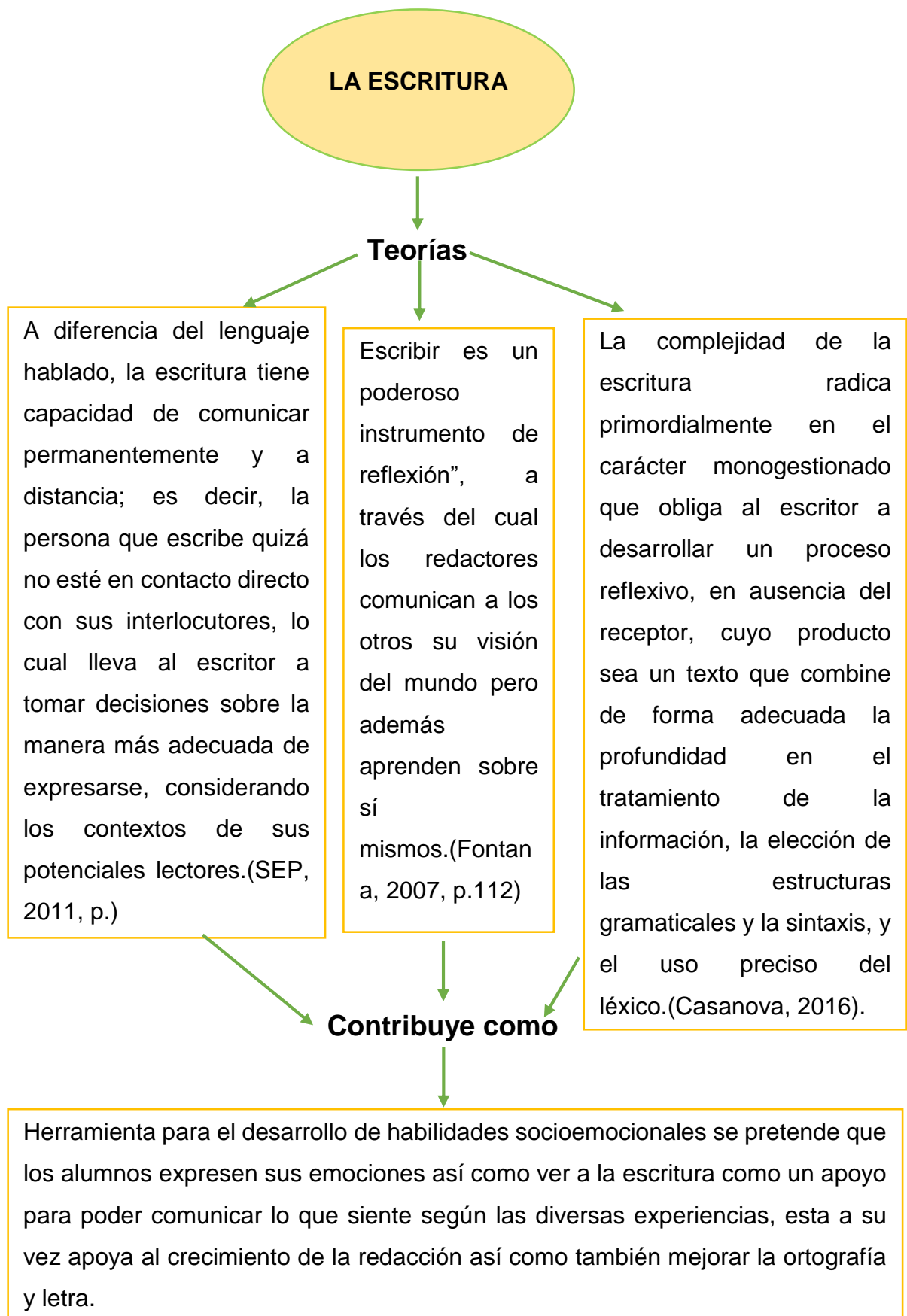
Del mismo modo se considera que el lenguaje escrito es un medio de comunicación en el entorno educativo y este ayuda a la relación que se tiene maestro alumno así como también la interacción social que se encuentra entre los demás compañeros, como se mencionaba en otros estudios es importante que el docente tenga un buen manejo de habilidades socioemocionales ya que este a su vez podrá implementarlas y apoyar a los niños en su desarrollo, la escuela es el principal centro de convivencia de los niños y es desde la educación donde nosotros podemos partir con el desarrollo de habilidades socioemocionales.

Los dos términos que se abordan son la expresión de las emociones y la escritura, estas dos me llevaron a lo siguiente:



Esquema 2: Teoría y contribución de la expresión de las emociones

Fuente: Elaboración propia



Esquema 3: Teoría y contribución de la expresión de la escritura.

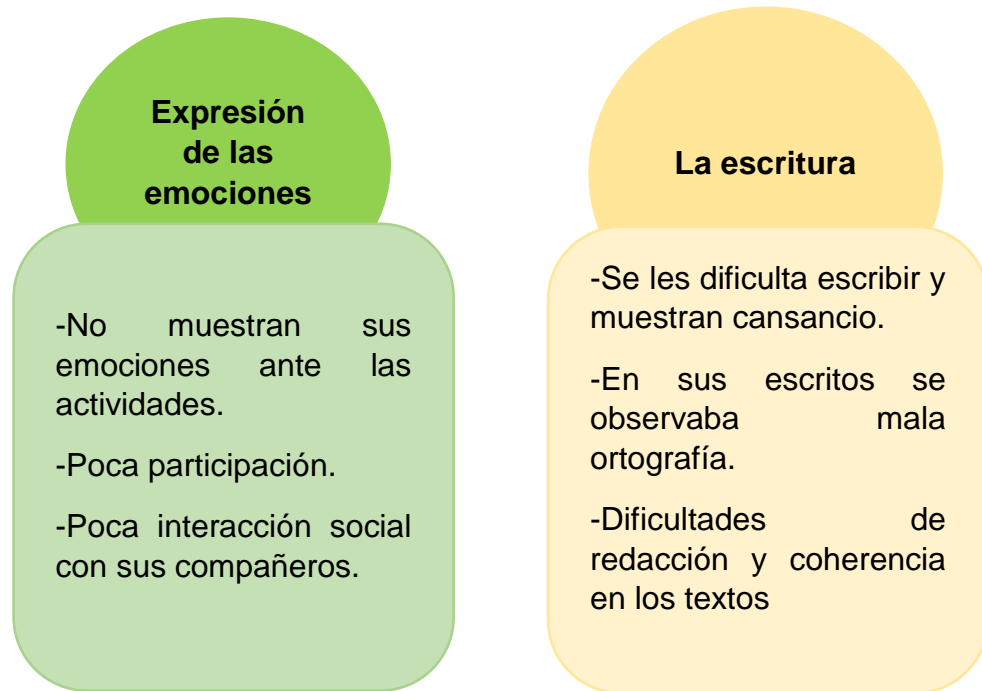
Fuente: Elaboración propia.

Con ello mi objeto de estudio se centra en fomentar la expresión de las emociones a través de la escritura, enfocándose en diseñar y aplicar actividades que la favorezcan; se considera que en la educación se incluyan estrategias donde los alumnos puedan ir desarrollándose en el aspecto socioemocional, en el cual los estudiantes y maestros por lo general trabajan con él de manera implícita en el aula.

Las emociones se presentan en todos los aspectos sociales en los cuales se involucran las personas que nos rodean y estas surgen a través de lo que se siente en ese momento y actuamos como nos sentimos. En algunos de los casos si no es que en una mayoría los niños de la educación primaria no muestran la expresión como tal sus emociones a lo que se propone que a través de la redacción de textos los educandos puedan así desarrollar sus habilidades.

Me enfoqué en la habilidad de la expresión de las emociones al percibir que los alumnos no mostraban sus emociones, durante mi jornada de observación me percaté de esta situación, además que uno de los factores que considero que afectó esta habilidad fue la pandemia por Covid-19, a lo que el regreso a clases de manera presencial conjunto con la relación social que tenían los niños no ayudaba a la expresión de sus emociones, uno de los principales motivos fue la nueva modalidad de dar clases, el comportamiento de ellos a través en clases presenciales eran muy serios y no mostraban entusiasmo en hacer sus actividades así como para la participación también era complejo.

A continuación, se presentan los aspectos observados durante la observación:



Esquema 4: Aspectos observados.

Fuente: Elaboración propia.

Por lo que se pretende utilizar la redacción de textos como una herramienta que se propone para que los alumnos logren el desarrollo las habilidades socioemocionales, ya que mediante el proceso de escritura los alumnos pueden expresarse libremente y así plasmar cada una de sus emociones según ellos se sienta. Del mismo modo las habilidades socioemocionales permiten entender, demostrar, expresar y sentir las actividades que el niño realiza en su vida diaria.

En la educación la escritura es una práctica social de lenguaje que se maneja desde primer grado, la cual cada vez es más compleja conforme el grado; con la escritura no podemos relacionar, convivir y comunicar de manera textual con las personas que nos rodean, en dado caso es conveniente aplicar la redacción como una herramienta para llevar hasta el salón de clase el desarrollo de habilidades socioemocionales ya que así será más fácil la redacción en el contexto educativo

y la expresión de estas. Bisquerra (2012) menciona que “Las habilidades socioemocionales constituyen un conjunto de competencias que facilitan las relaciones interpersonales. Las relaciones sociales están entrelazadas de emociones” (p.26)

Retomando a Bisquerra (2012) se pretende que los alumnos desarrollen sus habilidades socioemocionales para que adquieran competencias sociales que ayuden en las diversas relaciones ya que el ámbito en el ámbito social influyen las emociones.

Tomando en cuenta los aspectos anteriormente mencionados se a continuación se marcan algunos referentes teóricos que me sirvieron para comprender sobre el tema de mi investigación.

Las competencias para la vida y el bienestar son un conjunto de habilidades, actitudes y valores que promueven la construcción del bienestar personal y social. El bienestar emocional es lo más parecido a la felicidad, entendida como la experiencia de emociones positivas (Bisquerra, 2012, p.26)

Como menciona Bisquerra (2012) anteriormente, el conjunto de las habilidades socioemocionales son competencias para la vida que ayudan a tener un bienestar emocional, si éstas se ponen en práctica desde edades tempranas en la educación se lograra un mejor desempeño en el aula.

Las competencias son las habilidades que nos permiten desempeñar roles de manera efectiva, completar tareas complejas o alcanzar objetivos específicos, por ejemplo, pensamiento crítico, toma de decisiones responsable, capacidad de colaboración. Nos permiten ser productivos y comprometidos, desenvolvemos en diferentes contextos, desempeñarnos de manera efectiva en diversos entornos y adaptarnos a distintas tareas y demandas que se nos puedan presentar. (Cabrero 2018, p. 6)

Si bien el desarrollo de competencias en la educación ayuda con el desenvolvimiento y el crecimiento de cada uno de los individuos ya que estos logran adquirir habilidades que les permiten desenvolverse en su vida diaria.

La habilidad para distinguir y establecer distinciones entre otros individuos y, en particular, diferenciar sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. Examinada en su forma más elemental, la inteligencia interpersonal comprende la capacidad del infante para discriminar entre los individuos a su alrededor y para descubrir sus distintos estados de ánimo. En su forma avanzada, el conocimiento interpersonal permite al adulto hábil leer las intenciones y deseos de los otros (Gardner, 2001, p.189)

Un alumno con habilidad emocional puede entender e interpretar lo que otro individuo pretende, en el desarrollo de esta habilidad pueden intervenir diferentes contextos uno de ellos el familiar ya que la convivencia con la familia es amplia.

El contexto familiar es una oportunidad para el desarrollo de competencias emocionales (Bisquerra, 2012, p.29)

Así como el contexto familiar influye de igual manera el entorno escolar ya que la interacción que los se encuentra en el ámbito escolar es continua y los alumnos aprenden a como desenvolverse en ella.

El entorno escolar es imprescindible para favorecer la educación emocional (Bisquerra, 2012, p.46). De mismo modo Es muy importante el rol del profesor o profesora en educación nacional ya que por invitación el alumno la alumna aprende a desarrollar y a poner en práctica su propia inteligencia el profesor con sus actitudes y comportamientos puede ofrecer un clima de seguridad respeto y confianza ante los alumnos que desea educar (Bisquerra, 2012, p.46)

Los medios de comunicación se pueden considerar como un contexto más para la posible aplicación de la inteligencia emocional (Bisquerra, 2012, p.28)

La escritura no es un producto escolar, sino un objeto cultural resultado del esfuerzo colectivo de la humanidad. Como objeto cultural, la escritura cumple con diversas funciones sociales y tiene modos concretos de existencia (especialmente en las concentraciones urbanas) (Ferreiro y Teberosky, 1979, p.2)

En un primer momento los niños conceptualizan la escritura como un conjunto de formas arbitrarias, dispuestas linealmente, que no representan los aspectos figurales del objeto —para eso sirve el dibujo— y que sirven fundamentalmente para representar aquella propiedad importantísima de los objetos que el dibujo no consigue atrapar: el nombre (Ferreiro, 1991, p.9)

La producción de un texto constituye un aprendizaje complejo que debe respetarse porque implica tomar decisiones, afrontar problemas, evaluar y corregir. (SEP, 2011, p.37).

Después de analizar la teoría desde mi punto de vista considero que el desarrollo socioemocional es el conjunto de habilidades que permiten comprender los sentimientos propios y de otros, regular las emociones, sentir y mostrar empatía con los demás, tomar decisiones responsables, así como definir y alcanzar metas personales, así como también la redacción es una manera de expresión en la cual utilizamos nuestra lengua escrita que nos ayuda a poder comunicarnos con los demás individuos.

Cada uno de los factores que intervienen en el desarrollo de habilidades y en el proceso de escritura apoyan a la educación en general, estos a su vez ayudan a que la escuela no vea a la habilidades socioemocionales como un complemento más, si no que las incluya para demostrar que desde los primeros años de educación se trabajan, los alumnos desarrollan poco a poco las habilidades

socioemocionales, así como también demostrar que se pueden incluir en la currícula y que existen actividades en las cuales se pueden desarrollar cada una de ellas ya sea que se trabaje en cada dimensión o por habilidad pero se lleguen a los indicadores de logro.

Por lo que el tema es de gran importancia en el contexto educativo, para hacer conciencia en los profesores para que trabajen con las emociones teniendo en cuenta que son un aspecto clave para el desenvolvimiento de los alumnos en el salón de clase, favoreciendo al desarrollo, así mismo en el aspecto familiar se consideren debido a que también desde el hogar se pueden ir trabajando y así el niño se vea beneficiado en el aspecto social.

IV. RUTA METODOLÓGICA

Para construir el portafolio, realicé una serie de procedimientos que me llevaron a poder completar y terminar mi investigación, los pasos aplicados me permitieron elaborarlo de manera clara y concisa.

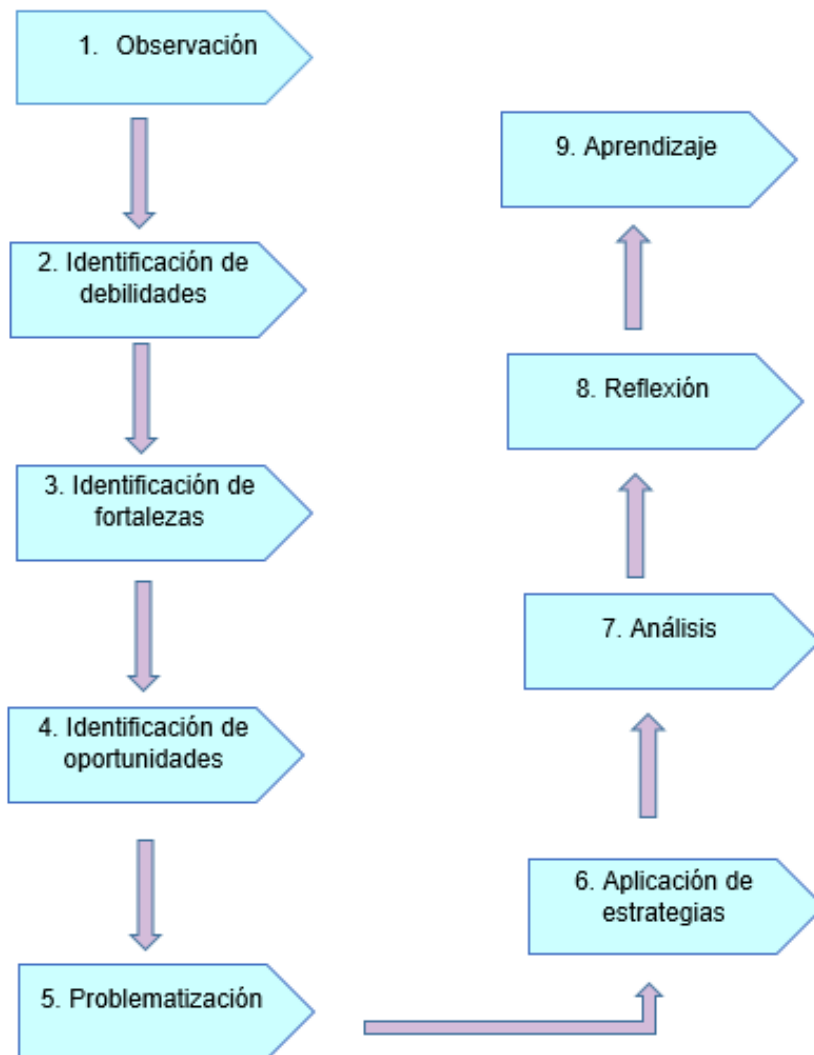
La realización del portafolio me ayudó en gran medida a conocer sobre el tema investigado, además de aportarme conocimientos, habilidades y competencias tanto en mi práctica profesional como a futuro. Según Murillo (2012) El portafolio se fundamenta en la idea de que la evaluación muestra la manera en cómo una persona que aprende organiza su aprendizaje, o sea, testimonia de alguna manera su estilo para aprender (p.3).

Retomando lo anteriormente dicho, la investigación realizada fue de tipo cualitativa ya que por medio de la observación se recaudó información específica que me ayudara en la construcción de las estrategias necesaria a aplicar, posteriormente se analizó y se reflexionó sobre las actividades y poder crear una mejora.

La investigación cualitativa utiliza métodos y técnicas diversas como gama de estrategias que ayudarán a reunir los datos que van a emplearse para la inferencia y la interpretación, para la explicación y la predicción (Munarriz, 1992, p.104)

Con relación a lo que menciona Munarriz (1992) considero que los procesos utilizados como estrategias en la investigación son de gran ayuda, ya que con ellos se pudo recolectar datos, así como identificar diversas fortalezas y debilidades de los alumnos como de igual manera áreas de oportunidad en las en que se pudieran realizar una mejora.

A continuación, se presentan algunos de los pasos que se llevaron a cabo durante la investigación del tema:



Esquema 3: Pasos realizados en la investigación

Fuente: elaboración propia

Con ayuda de los puntos marcados anteriormente, se lograron crear diferentes actividades, la principal que se les aplicó fue la de diagnóstico en la que se pudiera observar y visualizar la problemática que presentaban los alumnos así como las debilidades y fortalezas que tenían en el tema, en base a eso se elaboraron estrategias de intervención.

Después de seleccionar la habilidad en la que se quería enfocar se realizaron diversas investigaciones que ayudarán a sustentar sobre el tema que se estaba hablando, así como también buscar una mejora y un buen manejo del tema.

Posteriormente de diseñar la actividad diagnóstica y aplicarla a los alumnos se realizó un análisis y reflexión de lo aplicado, el análisis se hizo con un ciclo reflexivo de Smyth.



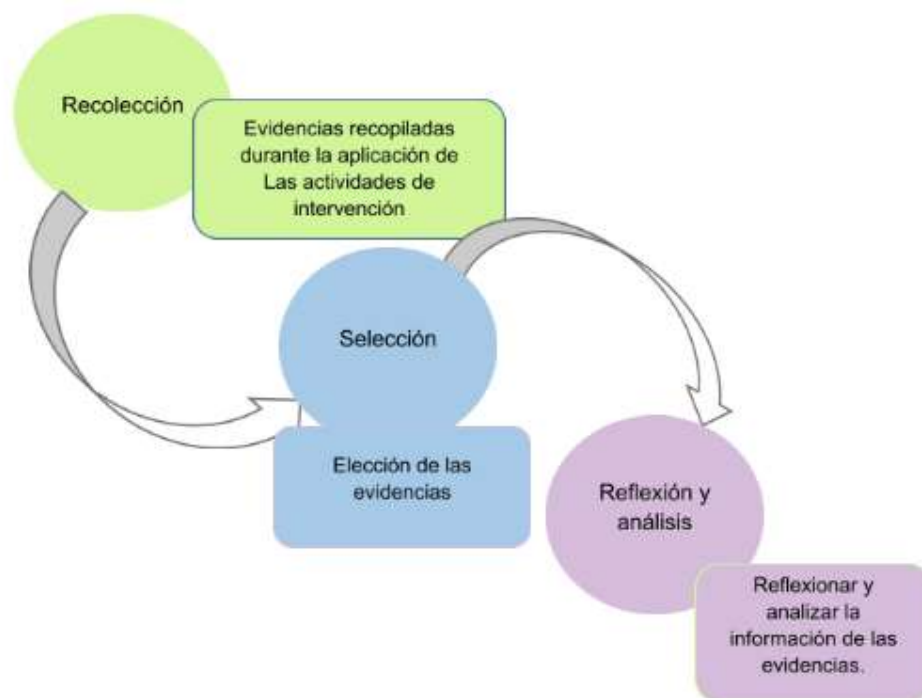
Esquema 4: Ciclo reflexivo de Smyth.

Fuente: Elaboración propia.

En las actividades de intervención aplicadas después del diagnóstico se realizó un análisis por actividad, estos análisis fueron creados siguiendo el ciclo reflexivo de Smith, cada una de ellas tenía consignas que llevaran a cumplir con el propósito requerido de la actividad, además cada una de ellas era constantes a incrementar una mejora en las habilidades socioemocionales de los alumnos.

Los alumnos completaban la actividad, con esto ellos brindaban evidencias de trabajo y esos recursos yo poder tomarlos en cuenta en cada uno de los análisis para mejorar, la siguiente actividad de intervención ya que con ella se estaría trabajando sobre el tema de investigación.

Para realizar un proceso de selección de las evidencias se llevaron a cabo los siguientes pasos:



Esquema 5: Proceso de selección de evidencias.

Fuente: elaboración propia.

Por medio de estos pasos fue como se seleccionaron las evidencias que se tomarían en cuenta para el análisis, además de tomar en cuenta el aspecto de confrontación en el mismo análisis, en la cual se tomó en cuenta las diferentes perspectivas que tienen los autores sobre el tema.

De igual manera fue de gran importancia las cotutorías realizadas donde participaban mi asesora y compañeras de asesoría ya que gracia a ellos se obtenían diferentes críticas constructivas hacia el trabajo así como retroalimentación que ayuda a la mejora de los análisis de cada una de las intervenciones así mismo como a crecer en mi documento y tener una visión diferente.

Teniendo en cuenta cada uno de los puntos mencionados anteriormente se logró llegar a la conclusión del tema sin perder de vista el desarrollo de las habilidades socioemocionales a través de la escritura, adentrándose a un proceso de reflexión sobre el mismo.

Con la realización del documento en gran medida me pude dar cuenta de cada una de las fortalezas así como de las debilidades que pude tener al momento de realizarlo, pero con las retroalimentaciones aportadas por la asesora y mis compañeras me ayudaron a crecer como persona tanto en el ámbito social como educativo de igual manera a valorar la profesión docente porque es una labor que tiene gran impacto en la sociedad.

V. ANÁLISIS DE LA PRÁCTICA

ANÁLISIS 1.

DIAGNÓSTICO ¿QUÉ HARÍA YO?

La expresión de las emociones es una habilidad socioemocional la cual se pretende desarrollar con cada uno de los alumnos ya que ésta contribuye a que ellos tengan un mejor desarrollo expresivo. Las emociones que cada uno de los alumnos presente en diversas situaciones pueden ser muy cambiantes, lo que nos lleva a que ellos se sientan confundidos si su reacción no es la misma que la de su compañero, para que un alumno pueda comprender, reconocer y controlar lo que siente se debe de trabajar sus emociones.

La habilidad de expresión de las emociones corresponde a la dimensión de autorregulación, esta dimensión apoya a lo que es lo individual y en la sociedad apoya a que el alumno aprenda a hacer, según SEP, 2018:

La autorregulación es la capacidad de regular los propios pensamientos, sentimientos y conductas, para expresar emociones de manera apropiada, equilibrada y consciente, de tal suerte que se pueda comprender el impacto que las expresiones emocionales y comportamientos pueden llegar a tener en otras personas y en uno mismo. (p.23)

Es por ello que decidí que los alumnos desarrollaran la habilidad socioemocional de la expresión de emociones, ya que es importante considerarlas así como los sentimientos para ser personas auténticas, y como herramienta de logro para que los alumnos desarrollen la expresión de estas se pensó en la escritura. Consideré a la escritura porque puede ayudar a que se sientan más cómodos trabajándolas por escrito y así mismo reconocer los sentimientos sobre alguna situación.

Durante mi jornada de práctica con los alumnos de 5º grado grupo A, observé que no expresan lo que sienten y en el salón de clases no hacen notar por sí solas las emociones que surgen a través de lo que cada uno de ellos siente y quiere expresar. Así mismo, el desarrollo de la habilidad de expresión de las emociones se ve afectada por la pandemia ya que los alumnos solamente tienen relación cercana con su familia, acostumbrándose a no relacionarse con personas externas.

Una de las formas en que yo interactué con los alumnos es realizándoles la pregunta de ¿Cómo se siente? A lo que algunos de ellos solamente respondían con un bien o un mal, siendo esta su respuesta, esto podría ser porque se les hace rutinaria esta pregunta y me da por respuesta a que los niños solamente contestan así para evitar una explicación de lo que verdaderamente sienten, debido que no solamente con el preguntar ¿cómo se sienten? O ¿Cómo están? podemos determinar sus emociones.

Debido a lo observado durante las jornadas pude crear un diagnóstico para conocer más sobre el desarrollo de la habilidad de expresión de los niños, el primer diagnóstico que elaboré correspondía en poner situaciones en imágenes y que a través de esta los alumnos identificarían la emoción y después explicarían cómo se sentían pero este diagnóstico no me pareció muy acorde a la edad de los alumnos a lo que elegí modificarlo.

Cada una de las modificaciones que hice fue pensando en que los alumnos tuvieran claras las actividades a realizar, así como también que ellos se sintieran cómodos al momento de realizarlo. Se pensó en solamente aplicar 2 situaciones como máximo, una que impactara en lo positivo y otro en lo negativo para posteriormente generar preguntas que nos lleve a los resultados de sus emociones expresadas según su experiencia en cada situación.

Para poder identificar si los alumnos expresan sus emociones se realizó el diagnóstico ¿Qué haría yo? (anexo 1) que consta de 2 situaciones basadas en

la vida cotidiana, una de ellas positiva y la otra negativa en cada una de estas situaciones se presentó una serie de preguntas abiertas; si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías?, ¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?, ¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas? ¿Qué nombre le pondrías?

Las indicaciones que se les dieron a los alumnos fueron leer cada una de las situaciones para posteriormente contestar las preguntas según lo que experimentaron al leerlas, ya que ellos tenían que ponerse en el lugar de la persona que estaba pasando la situación. Al momento de realizar la actividad me percaté que los niños se encontraban en silencio ya que las frases tenían que ser analizadas para poder contestar las preguntas, a algunos de ellos les costó trabajo responder ya que se tardaban un poco más de tiempo y se encontraban pensantes mientras realizaban la actividad.

La aplicación de la actividad se realizó en dos partes, el primer grupo consta de trece alumnos de los cuales solamente se les aplicó a nueve de ellos ya que fue el número de asistencia que se tuvo ese día, el segundo grupo consta de doce, a los cuales se les realizó el diagnóstico a todos, se suma un total de 21 estudiantes que pudieron presentar la actividad de 25 que son en el grupo.

Al comparar el proceso que llevó cada uno de los grupos para contestar la actividad llegué a la conclusión de que el grupo dos realizó más rápido la actividad, ya que no presentaron alguna duda sobre lo que tenían que hacer y aprovecharon el tiempo comentando entre ellos sobre la actividad y las reacciones que tenían sobre cada situación, en cambio en el grupo uno se presentaron dudas sobre cómo contestar la actividad, observé sus caras para ver si realizaban algún gesto de confusión, agrado o desagrado pero simplemente preguntaron: -¿Qué es lo que debemos hacer? Y cuando les expliqué de nuevo entendieron, pero tampoco hicieron alguna expresión, simplemente se pusieron a trabajar para terminar su actividad.

Fernandez, Dufey y Mourgues, (2007) mencionan que:

En el estudio de la expresión facial emocional, otros autores han asociado actividad muscular facial específica ante estímulos con valencia emocional positiva y negativa, evidenciando: una alta actividad del músculo zygomaticus mayor de la cara en respuesta a escenas e imágenes agradables y una alta actividad del músculo corrugator supercilii en respuesta a estímulos de valencia negativa (Partala, Surakka y Vanhala, 2006, p.13).

Tomando en cuenta el estudio de expresión facial generalmente las personas cuando hacen un gesto utilizando el músculo que se tienen en las mejillas es porque la situación que está viviendo le genera agrado, pero si realizan un gesto con su músculo que se encuentra entre la piel de la frente y cerca del ojo se está generando desagrado ante cualquier actividad. Así es como se puede observar si el alumno siente agrado o desagrado ante una actividad, pero en mi caso no detecté ninguno de estos gestos en los alumnos, lo que me llevó a preguntarme: ¿Qué es lo que sienten cuando realizan una actividad? ¿Estarán pasando por algún problema? ¿Realmente saben cómo es que deben expresarse? Ya que cuando yo realizo una actividad siento algo, por ejemplo, en ocasiones puedo sentir emoción por descubrir un nuevo aprendizaje y esa sensación puede impactar mucho en mí y en cómo voy a desarrollar mis actividades durante el día.

Mientras los alumnos leían cada una de las situaciones y contestaban las preguntas una de las alumnas realizó la actividad de manera distinta a la de sus compañeros ya que al leer las situaciones subrayó con un color distinto cada una de las situaciones. A continuación se muestra una evidencia de la actividad:

14-Dic-2021

¿QUÉ HARÍA YO? Camila

Indicaciones:
A continuación se presentan dos situaciones basadas en la vida cotidiana. Lee con atención sobre cada una de ellas y posteriormente contesta las preguntas como si fueras tú el que las está experimentando.

SITUACIÓN 1	Si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías? ¿Por qué?	¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?	¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas y qué nombre le pondrías?
El día de hoy me encuentro en el parque a punto de realizar mi primera competencia de atletismo a nivel nacional, veo a mis otros compañeros y analizo sus movimientos, así como también las caras de cada uno de los participantes mientras realizan sus ejercicios de calentamiento y dan las indicaciones para que la carrera comience. Me ubico en la línea de salida, se escucha el silbatazo y comienzo a correr y correr para lograr mi meta; corro y corro dándole todo sin mirar hacia atrás y cuando me quedo lo espero ¡cruzo la meta siendo el ganador! Se truenan las bombas cayendo por todos lados y al momento de la premiación es muy especial para mí, ya que mis padres están ahí viendo he logrado mi meta y que todo el esfuerzo ha valido la pena.	bien por que lo dio todo su esfuerzo	Penal por que estaban todos y se veían y feliz por que si valio la pena	Feliz por mi cara y cuerpo apenada o apenado por dentro de el cuerpo

Evidencia 1.1 Diagnóstico de alumna.

Fuente: Elaboración propia.

“Cada color provoca en nosotros una reacción espontánea, cada uno tiene un sentido simbólico completo y concreto” (Martínez Cañellas, 2008, p.35).

Como podemos observar Camila en la situación uno que correspondía a lo positivo lo subrayó de color morado y la situación dos hacía referencia a lo negativo y lo marco de color rojo, esto lo hizo porque cada situación la reflejo y la relaciono con el color marcado. “El violeta se asocia a la intuición y la espiritualidad. Las personas que visten este color tienden a ser personas empáticas y afectivas, con tendencias artísticas y creativas. Es un color que disminuye la angustia, las fobias y el miedo” (Molina C., 2010, párr.10). Este aspecto se podría relacionar con que Camila muestra sentimientos positivos al momento de experimentar la situación, ella

menciona en su experiencia que sintió un poco de pena debido a que más personas la visualizaban según la situación, pero también menciona que se siente feliz porque todo lo que hizo valió la pena, a lo que pienso que ella tal vez redujo el valor que le dio a la pena y le acreditó mayor valor a la felicidad ya que eso expuso en su respuesta dos.

Camila 74-Dic-2021

SITUACIÓN 2	Si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías? ¿Por qué?	¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?	¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas y qué nombre le pondrías?
<p>Ya no quiero ir a la escuela porque mis compañeros se burlan, me agreden continuamente y me ponen apodos. Estos hechos no los he comentado con nadie ya que si lo hago, creo que las cosas pueden empeorar, pero no puedo seguir ocultando lo que me pasa pues mis papás me presionan siempre para que les diga lo que tengo, así que decidí platicarles y ellos asistieron a la escuela para notificar a la directora sobre lo que está ocurriendo. Cuando regresé a mi salón todo parecía estar normal, pero a la hora de la salida me topé con algunos de mis compañeros y me atacaron, y por esta razón mis padres decidieron llevarme a una nueva escuela.</p>	<p>triste por que se burlan de el niño</p>	<p>en la cara triste</p>	<p>en la cara triste en la cara</p>




Evidencia 1.2 Diagnóstico de alumna.

Fuente: Elaboración propia.

“El color rojo es el preferido por niños ardientes y apasionados, o, revoltosos y agresivos. En un caso nato, recubre una tensión emocional particularmente fuerte” (Martínez C. 2008, p.35). Esto se relaciona con que el color rojo se puede percibir como algo imponente, relacionándolo con actitud o sentimientos fuertes, Camila en sus respuestas menciona que la emoción percibida fue la tristeza experimentándola y sintiéndola en su cara, en esta situación se pretendía que los alumnos experimentaran situaciones negativas y la tristeza es una emoción negativa.

Los colores los relacionamos con la emoción o sentimiento que nos trasmite, en mi caso yo me relaciono con dos colores dos colores, siendo el rojo que para mí representa mi pasión por las actividades que realizo y en lo que me desenvuelvo además de tener un carácter un poco fuerte pero también me complementa el color azul ya que este al momento de pensarlo y observarlo me da calma y tranquilidad y de esta forma puedo reaccionar mejor ante cualquier situación.

Es interesante cómo cada uno de los alumnos relacionan las actividades ya sea con colores o dibujos para poder expresar lo que sienten, otro ejemplo es que algunos otros realizaron dibujos para demostrar gráficamente lo que quieren expresar aparte de lo ya escrito, a continuación se muestra un ejemplo:

SITUACIÓN 2	Si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías? ¿Por qué?	¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?	¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas y qué nombre le pondrías?
<p>Ya no quiero ir a la escuela porque mis compañeros se burlan, me agraden continuamente y me ponen apodos. Estos hechos no los he comentado con nadie ya que si lo hago creo que las cosas pueden empeorar, pero no puedo seguir ocultando lo que me pasa pues mis papás me presionan siempre para que les diga lo que tengo, así que decidí platicarles y ellos asistieron a la escuela para notificar a la directora sobre lo que está ocurriendo. Cuando regresé a mi salón todo parecía estar normal, pero a la hora de la salida me topé con algunos de mis compañeros y me atacaron, y por esta razón mis padres decidieron llevarme a una nueva escuela.</p>	<p>Enojado</p> 	<p>triste por esas pesonas</p> 	<p>En mi pensamiento</p> 

Evidencia 1.3 Diagnóstico del alumno Jiovanny

Fuente: Elaboración propia.

En la evidencia se muestra cómo uno de los alumnos para complementar la actividad realizó dibujos sobre lo que él sentía y cómo lo expresó gráficamente es como el tal cual se mira ante la situación, Ostúa Garrido hace referencia que:

El dibujo o la pintura constituyen un complejo proceso a través del cual el alumno reúne varios elementos extraídos de sus experiencias para ofrecer un nuevo significado. El niño nos da algo más que un simple dibujo, en realidad está permitiendo que podamos ver su interior: cómo piensa, cómo se siente... (2017, p.13).

En este caso el alumno nos quiere mostrar cómo es que se siente y se apoya gráficamente de los dibujos ya que no podemos ver su interior, así como también plasmó sus sentimientos y emociones escritas agregando a un dibujo logró completar la actividad y así poder darle un significado a lo que experimentó.

La finalidad de aplicar la actividad de diagnóstico fue para identificar cómo es que cada uno de los alumnos se expresa, si conoce lo que siente, si pueden nombrar ese sentimiento y si tiene una razón para sentirse así, para así poder percatarme si el alumno tiene conciencia emocional y si sabe identificar en que parte del cuerpo percibe la emoción a esto se le atribuye el nombre de conciencia interoceptiva, esto según cada una de sus respuestas.

Cada una de las respuestas obtenidas a las preguntas que se formularon se graficaron para una mejor comprensión y manejo de la información, se divide en dos situaciones, la situación positiva y la situación negativa, y cada una de ellas marca cuatro puntos en las que se pretende ver el desarrollo que ellos tienen en su expresión de emociones.

Para darle nombre a cada uno de los tópicos que se abordan en las gráficas, se relacionó cada pregunta con la información que se quiere brindar y a esto se le atribuyó un nombre, por lo que la pregunta uno es ¿Cómo te sentirías? Y el tópico lleva por nombre *sentimiento provocado*, la interrogante dos es ¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación? Al tópico se le nombra *sensaciones*, la pregunta tres es ¿En qué parte de tu cuerpo la experimentas y qué nombre le pondrías? A lo que esta pregunta se dividió en dos partes; la primera parte de la

pregunta que sería en qué parte de tu cuerpo la experimentas para darle por nombre al tópico *conciencia interoceptiva* y la segunda parte que nombre le pondrías, para nombrar este último tópico *conciencia emocional*.

Mahler (2015) hace referencia a los dos siguientes procesos:

1. “Conciencia interoceptiva: es la habilidad para sentir lo que pasa dentro de nuestro cuerpo con claridad”.
2. “Conciencia emocional: ser capaz de identificar las distintas emociones, ponerles nombre”. Citado por Barridos (2018, párr.4)

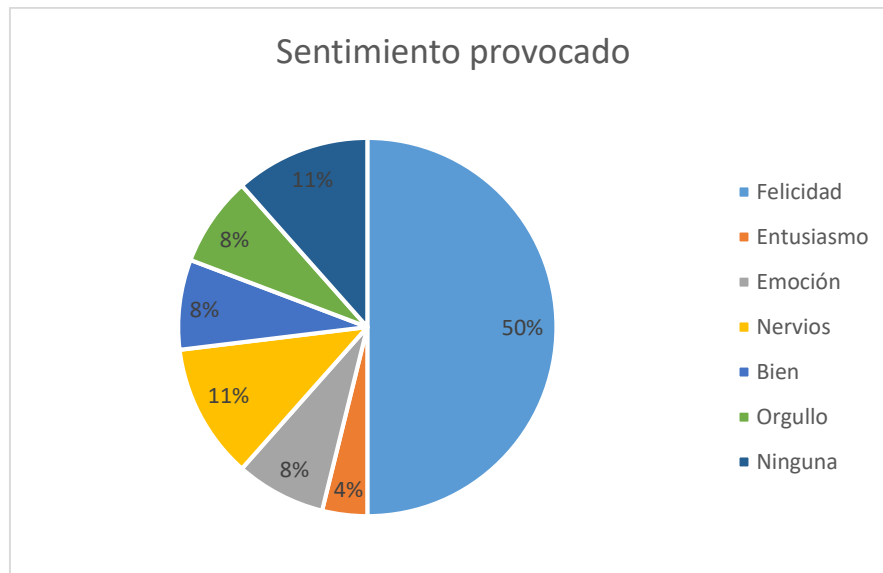
Con base en la definición que maneja Mahler (2015) sobre los conceptos de conciencia interoceptiva y emocional se nombraron los últimos dos tópicos, la conciencia interoceptiva y emocional trabajan en conjunto ya que para saber qué nombre le vamos a dar a nuestra sensación primero tenemos que identificar en qué parte de nuestro cuerpo la sentimos y de eso se encarga la interocepción, para posteriormente así nombrarla, cada uno de los tópicos son importantes y tienen relación entre sí, ya que para lograr en los alumnos el desarrollo de la habilidad de expresión de las emociones primero identifiqué cada uno de los puntos más importantes que se trabajan en la expresión de las emociones.

En cada una de las situaciones se presentan cuatro tópicos nombrados de la siguiente manera:

- Sentimiento provocado.
- Sensación.
- Conciencia interoceptiva.
- Conciencia emocional.

Posteriormente se muestran las gráficas de los resultados de la situación uno.

Situación positiva (1)

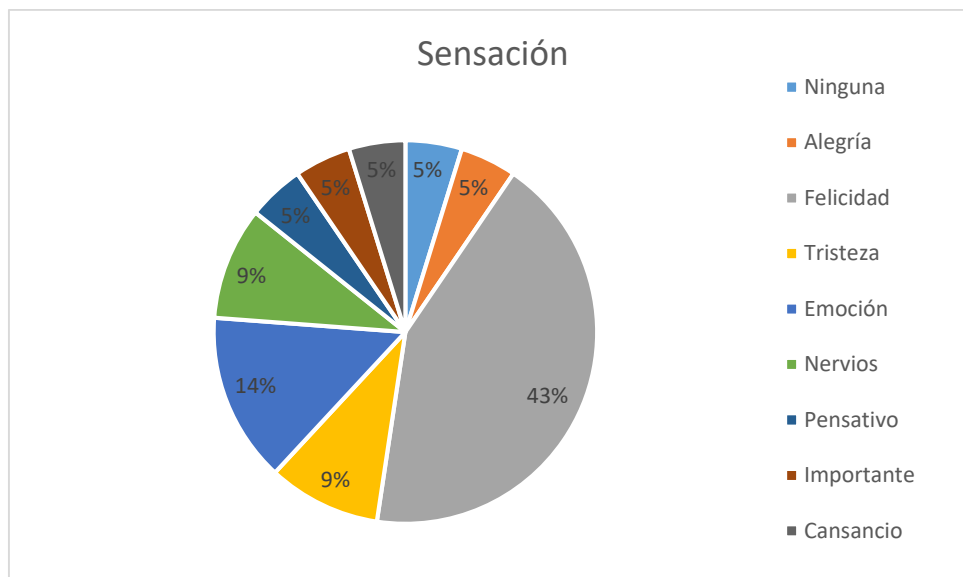


Evidencia 1.4: Respuestas de los alumnos en base a la situación 1 (positiva).

Fuente: Elaboración propia.

En la gráfica se muestra el resultado de las respuestas que se dieron por parte de los alumnos al sentimiento provocado que obtuvieron durante la experiencia, se puede observar que un 89% del grupo dieron respuestas positivas, a lo que los estudiantes percibieron y tomaron de buena manera esta primera situación, la mitad del grupo mencionó por respuesta la felicidad, y solamente un 11% no supieron qué sentimiento les provocó, tal vez podría ser que paso esto debido a que en ocasiones no queremos adentrarnos a lo que sentimos y queremos omitir ese sentimiento provocado.

A las sensaciones que percibimos ante las experiencias cotidianas también les atribuimos un nombre relacionándolo con lo que sentimos, en la siguiente gráfica se observan las respuestas de las sanciones que los alumnos experimentaron ante la situación uno:



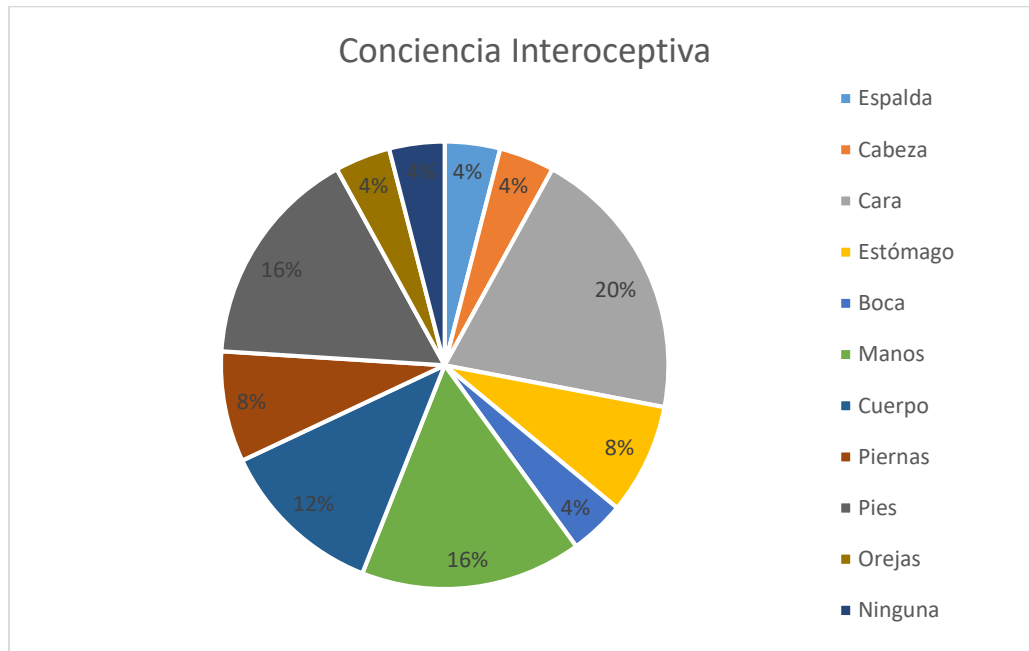
Evidencia 1.5: Respuestas de los alumnos en base a la situación 1 (positiva).

Fuente: Elaboración propia.

En la pregunta ¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación? Se obtuvieron respuestas más variadas y no todas fueron positivas, se observa en la gráfica que un 9% de los alumnos dieron por respuesta nervios, así como un 9% sintió tristeza, un 5% cansancio, otro 5% se sintieron pensativos y un 5% de los estudiantes no sintió ninguna, el 48% están entre alegría y felicidad y 5 % de ellos se sintieron importantes, pienso que fue así porque las emociones en pueden ser cambiantes y a lo mejor tienden a sentirse felices porque van a lograr sus objetivos pero a la vez pueden sentirse nervioso o pensativo debido a que puede que aparezcan algunos obstáculos y deben pensar posibles soluciones para así lograr la meta, también algunas de sus respuestas tal vez fueron porque trataron de adentrarse un poco más en la situación para así poder percibir algunas de estas sensaciones mencionadas, como los que sintieron cansancio quizás fue debido a que ellos se imaginaron compitiendo la carrera como lo mencionaba la situación y por eso sintieron cansancio físico.

Las emociones son sensaciones que nosotros podemos sentir a través de diversas situaciones que se presenten en la vida diaria, estas las podemos experimentar en

diversas partes del cuerpo, en la siguiente evidencia se muestran las respuestas de los alumnos sobre la conciencia interoceptiva:



Evidencia 1.6: Respuestas de los alumnos en base a la situación 1 (positiva).

Fuente: Elaboración propia.

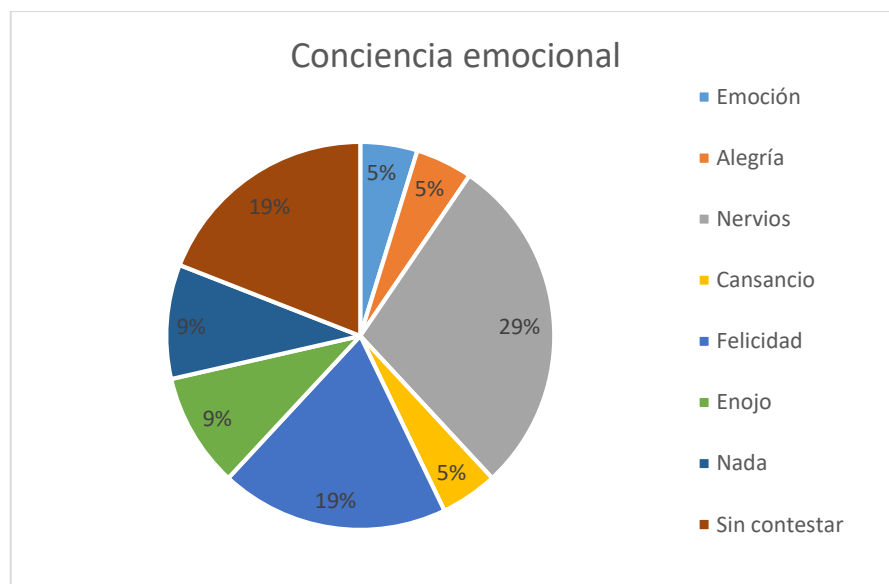
En la gráfica de *conciencia interoceptiva* se observa que un 96% de los alumnos dieron respuesta sobre dónde fue que identificaron la emoción, la mayor respuesta que se obtuvo sobre la parte donde ellos la percibieron fue la cara con un 20%, relacionando esta respuesta con las respuestas que tuvieron un mayor porcentaje en los tópicos de *Sensación* y *sentimiento provocado* pienso que tienen relación ya que por lo general la Felicidad la demostramos en nuestra cara con una sonrisa o simplemente teniendo un buen semblante, el 16% lo percibió en las manos tal vez porque es donde ellos sienten los nervios y el otro 16% lo sintió en las piernas, puede que esta parte del cuerpo que se está mencionando sea por el cansancio que los alumnos sintieron y un 12% de ellos lo sintió en todo el cuerpo.

Ruiz y Gómez, (2007) abordan que:

El sistema perceptual humano parece tener una especial habilidad para detectar en la cara y en el cuerpo de los demás ciertas informaciones: El estado de la persona y sus intenciones. Esto significa que el movimiento y la apariencia son acciones comunicativas o, cuando menos, informativas. Existe lo que yo siento (expresado en mi cara, por ejemplo), lo que siente el otro (expresado en su cara) y la capacidad de ambos para el reconocimiento de emociones. (p.10).

Según la emoción que el alumno percibió ante la situación él la puede expresar a través de su cuerpo, así como también se puede considerar una herramienta de comunicación hacia las otras personas, según el semblante que se proyecte a las demás personas es lo que ellos van a percibir según el sentimiento.

La *conciencia emocional* es saber nombrar la emoción que sientes según la parte de tu cuerpo en que la experimentas, en la siguiente gráfica se observan las respuestas obtenidas sobre nombre que le atribuyen los alumnos a la emoción experimentada según la situación uno:



Evidencia 1.7: Respuestas de los alumnos en base a la situación 1 (positiva).

Fuente: Elaboración propia.

En la evidencia se puede percibir que el 29% de los alumnos escribieron lo que sintieron fueron nervios, un 19% sintió emoción, el 9% no sintió nada y el otro 19% de ellos no contestó la pregunta, me causa curiosidad el saber porque no la contestaron, puede ser que esta causa fue por la pregunta se encontraba junto con la otra y quizá nada más contestaron la primera pregunta, para la siguiente actividad y podría ser más clara con mis instrucciones y aplicar pregunta por pregunta, aunque el que los alumnos dieran como respuesta "nada" me genera incertidumbre de querer conocer por que no sienten nada si en sus otras respuestas si pusieron un sentimiento, en la siguiente evidencia se observa que en la última pregunta no contestaron con relación a lo escrito en las anteriores:

¿QUÉ HARÍA YO?

Indicaciones:
A continuación se presentan dos situaciones basadas en la vida cotidiana. Lee con atención sobre cada una de ellas y posteriormente contesta las preguntas como si fueras tú el que las está experimentando.

SITUACIÓN 1	Si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías? ¿Por qué?	¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?	¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas y qué nombre le pondrías?
El día de hoy me encuentro en el parque a punto de realizar mi primera competencia de atletismo a nivel nacional, veo a mis otros compañeros y analizo su movimientos, así como también las caras de cada uno de los participantes mientras realizan sus ejercicios de calentamiento y dan las indicaciones para que la carrera comience. Me ubico en la línea de salida, se escucha el silbatazo y comienzo a correr y correr para lograr mi meta: corro y corro dándolo todo sin mirar hacia atrás y cuando menos lo espero ¡cruzo la meta siendo el ganador! Se truenan las bombas cayendo confeti por todos lados y el momento de la premiación es muy especial para mí, ya que mis padres están ahí viendo he logrado mi meta y que todo el esfuerzo ha valido la pena.	Alegría, emoción Por que gané una Lopa	Alegría	En el pecho, la nuca

Evidencia 1.8: Diagnóstico del alumno Ramón.

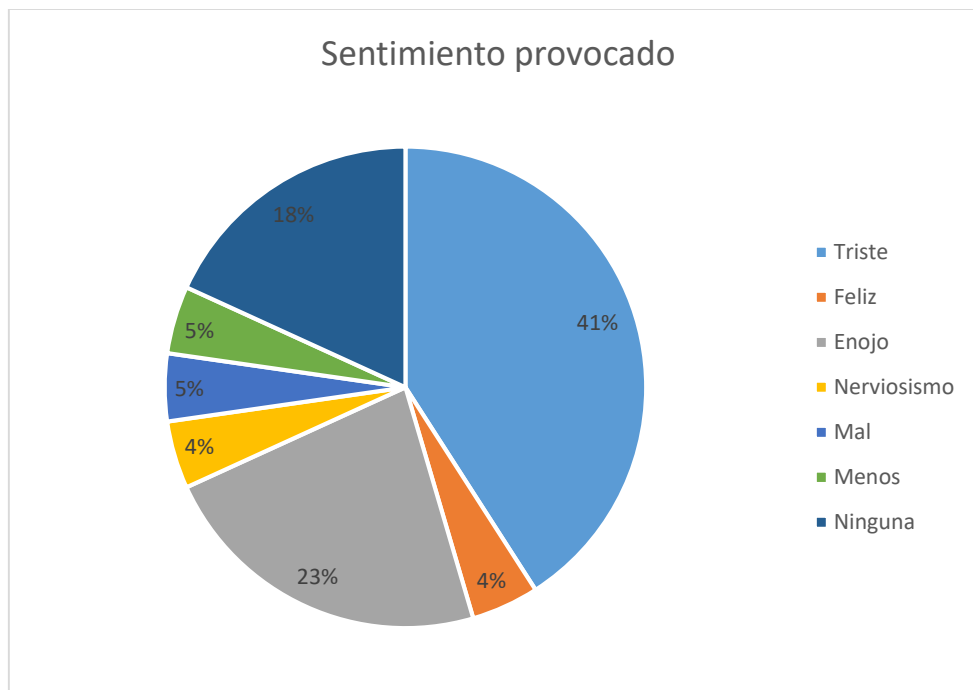
Fuente: Elaboración propia.

En la evidencia de Juan Ramón se observa que las dos primeras preguntas sí las contesta ya que la situación lo hizo sentirse emocionado y le generó alegría, pero cuando llegamos al aspecto de *conciencia interoceptiva* y *conciencia emocional* el

alumno no sabe dónde lo siente ni cómo llamar a eso, es uno de los estudiantes que solamente interactúa con los demás si se le pide y al momento de relacionarse con ellos corporalmente no expresa lo que está sintiendo, pienso que el niño tal vez conoce las emociones pero no sabe cómo expresarlas.

En la situación negativa se obtuvo un porcentaje más elevado sin responder las preguntas. A continuación se presentan gráficamente las respuestas que se dieron a las preguntas de la situación 2 que corresponde a la situación negativa:

Situación 2 (Negativa):



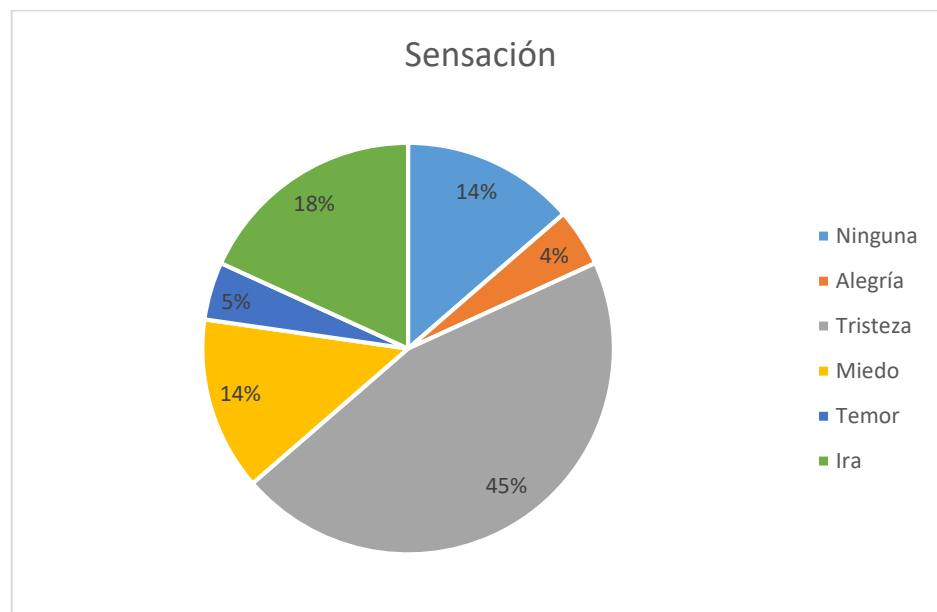
Evidencia 1.7: Respuestas de los alumnos en base a la situación 2 (negativa).

Fuente: Elaboración propia.

En la gráfica se observan los resultados obtenidos ante cada respuesta según la situación negativa, se observa que un 41 % de los alumnos identificaron el mismo sentimiento negativo, las respuestas obtenidas en gran mayoría fueron negativas a excepción de un 4% que la situación la relacionan con la felicidad y alegría a lo que me lleva a preguntarme ¿Por qué les causó felicidad o alegría? ¿Realmente conocen

cada una de las emociones? ¿saben que les genera cada sensación?, surge intriga por conocer los motivos los cuales los alumnos no expresan tal cual lo que sienten o tal vez ellos se sientan confundidos.

Cada una de las personas piensa y siente diferente según lo que está experimentando en cada momento, generando una sensación que esta podría ser la emoción según la situación, a continuación se muestran la gráfica de las sensaciones que los alumnos dieron por respuesta.



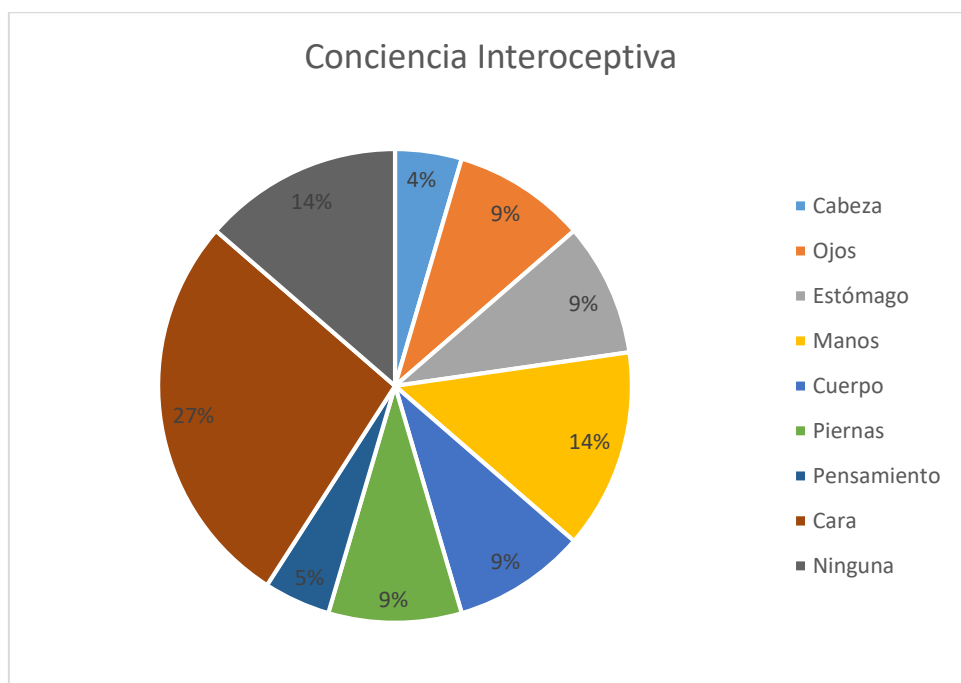
Evidencia 1.9: Respuestas de los alumnos en base a la situación 2 (negativa).

Fuente: Elaboración propia.

La mayor sensación que los alumnos percibieron fue la tristeza, un 18% de los alumnos sintieron ira, un 14% de ellos miedo, 5% temor, 4% alegría y el otro 14% no sintió ninguna sensación, a comparación de la gráfica de sensación de la situación positiva en esta segunda fue más alto el porcentaje de los alumnos que no sintieron nada, en mi opinión se me hace un poco más fuerte tal vez por eso los alumnos no la analizaron tal cual, otro punto que también me llamó la atención fue que siendo una situación negativa los alumnos dieron por respuesta la alegría y creo que fue así porque puede que el final de esta ellos lo perciban así.

Creo que en ocasiones si se nos presenta algo negativo nos quedamos enfrascados viendo que todo lo que gira en torno a esa situación negativa va a seguir siendo malo y algo que pude notar es que los niños siempre le buscan el lado bueno o lo positivo a cualquier actividad, error o situación que se les presente y de esta manera disfrutan del momento, a mi ver es un punto bueno ya que así de esta manera los alumnos están aprendiendo a soltar lo negativo y solamente quedarse con lo bueno.

Cuando una persona siente una emoción, esta la puede experimentar en algunas partes de su cuerpo y en base a eso expresar lo que está sintiendo, en la siguiente gráfica se muestra las respuestas que dieron los alumnos a la conciencia interoceptiva:



Evidencia 1.10: Respuestas de los alumnos en base a la situación 1 (positiva).

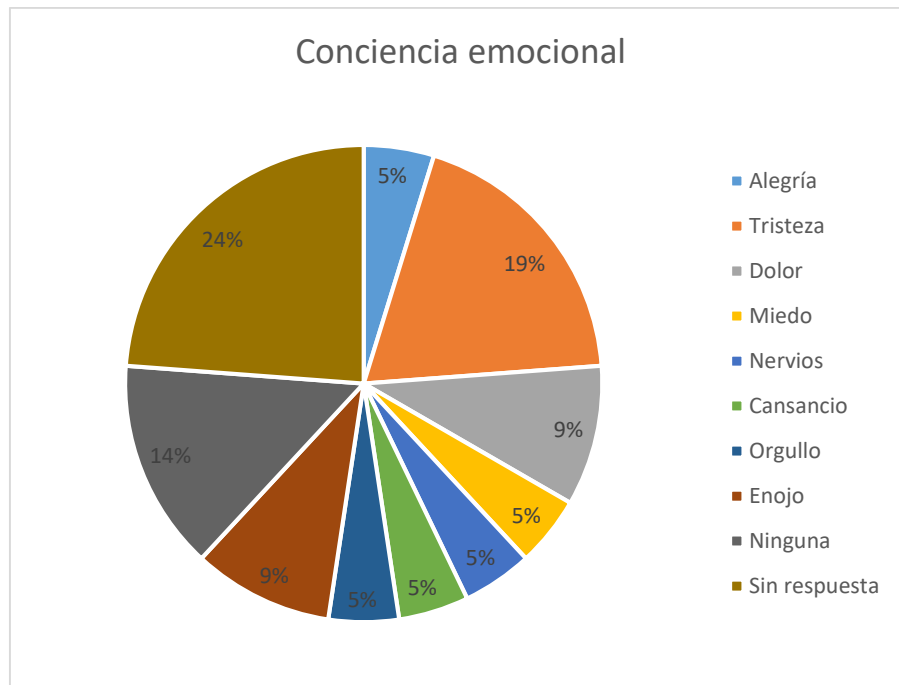
Fuente: Elaboración propia.

El cuerpo tiene su propio lenguaje que nos permite comunicarnos sin hablar. Los hombros caídos pueden expresar pesadumbre o tristeza; los brazos alzados, alegría; el puño cerrado, ira; etc. Si alguien viene hacia ti con las

palmas de las manos francas y abiertas, hacia arriba, manifiesta una actitud de sinceridad. Es como si te estuviera diciendo «no tengo nada que esconder, voy a serte franco» (Pease, 1981, citado por Ruiz. J y Gómez E., p.12).

El cuerpo nos ayuda a comunicarnos de distintas maneras y a expresar lo que sentimos, si bien en nuestra cara podemos mostrar diversas expresiones pero en otras partes del cuerpo también podemos experimentar sensaciones, un ejemplo es cuando se genera enojo lo reflejan en las manos ya que ahí se concentra la ira, si bien en las respuestas que los alumnos dieron sobre dónde es que ellos experimentaron la situación dos fue en la cara ¿Por qué en la cara? Creo que fue así debido a que la mayoría de las personas cuando tienen una situación fuerte si semblante de la cara cambia frunciendo el ceño, otra de las respuestas que obtuvo un porcentaje alto fueron las mano creo que si yo hubiera contestado esa pregunta mi respuesta también hubiera sido las manos por que en ocasiones cuando yo me he sentido enojo empuño mi mano solamente para sostener mi enojo y poder tranquilizarme para actuar de buena manera.

Cada uno de nosotros debemos de ser conscientes de lo que hacemos según nuestra emoción pero para eso debemos de saber qué es lo que realmente sentimos, en la siguiente gráfica se observan las respuestas de la conciencia emocional:



Evidencia 1.11: Respuestas de los alumnos en base a la situación 2 (negativa).

Fuente: Elaboración propia.

Otro punto que se aborda es que un 24% de los alumnos no le dio nombre a la emoción pero el demás porcentaje se divide en nombres de emociones negativas, las respuestas de las emociones son variadas ya que las preguntas eran abiertas, esto para no limitar al niño a una sola respuesta, para que así pudieran expresarse libremente ya que cada uno piensa, siente y expresa de manera diferente. Que los estudiantes no hayan dado nombre a la emoción no es que no hallan sentido nada ya que las otras preguntas si se contestaron, creo que uno de los aspectos fue que en el último apartado de la tabla se abordaban 1 pregunta en dos partes ya que estas tienen una relación pero posiblemente fue un aspecto que no ayudó a obtener respuesta dado que los educandos solamente contestaban la primera parte de la pregunta.

Se detectó que algunos de los alumnos daban dos respuestas a la misma pregunta, esto debido a que la situación hacía que ellos experimentaran una o más sensaciones y algunos explicaban el porqué de lo que estaban pasando, en la siguiente evidencia se puede observar:

SITUACIÓN 2	Si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías? ¿Por qué?	¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?	¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas y qué nombre le pondrías?
<p>Ya no quiero ir a la escuela porque mis compañeros se burlan, me agreden continuamente y me ponen apodos. Estos hechos no los he comentado con nadie ya que si lo hago creo que las cosas pueden empeorar, pero no puedo seguir ocultando lo que me pasa pues mis papás me presionan siempre para que les diga lo que tengo, así que decidí platicarles y ellos asistieron a la escuela para notificar a la directora sobre lo que está ocurriendo. Cuando regresé a mi salón todo parecía estar normal, pero a la hora de la salida me topé con algunos de mis compañeros y me atacaron, y por esta razón mis padres decidieron llevarme a una nueva escuela.</p>	<p>enajada y triste Porque me están molestando y agrediendo</p>	<p>enojo</p>	<p>los pies y el estomago dolor</p>

Evidencia 1. 12: Diagnóstico de alumno.

Fuente: Elaboración propia.

Lo que se pretendía al preguntar ¿Por qué te sientes así? Es que los alumnos dieran una explicación congruente a lo que estaban pasando y así a través de esta pregunta ellos pudieran asimilar lo que están sintiendo, y vieran el principal motivo de cómo se sienten y para que de esta forma los niños puedan expresar sus emociones, una de las herramientas que se utilizó para que trabajen su expresión fue la escritura ya que ésta les permite expresarse de una mejor manera si aún no se sienten cómodos para hacerlo con sus demás compañeros.

Al revisar los diagnósticos se observó que algunos de los alumnos al escribir se pueden expresar un poco mejor, pero algunos otros son muy cortos con sus respuestas tal vez puede ser porque aún no se sienten muy en confianza y tengo que mejorar la manera de interactuar y acercarme a ellos.

En conclusión esta actividad se aplicó para diagnosticar el desarrollo de expresión de emociones que tienen los alumnos al presentarse diversas situaciones de la vida

cotidiana. El principal objetivo de esta actividad era identificar que tanto los estudiantes expresan las emociones y con base en los resultados poder entonces diseñar las actividades correspondientes que promuevan o fomenten una mayor expresión en ellos, un apoyo para lograr esta actividad será la escritura para que los alumnos se sientan más cómodos al trabajar su habilidad.

Considero que para que los alumnos expresen sus emociones es importante que cada uno dé su punto de vista ante cada situación ya que cada uno percibe de distinta manera, de esta manera ellos puedan darse cuenta que no todos siempre es felicidad o enojo y que ante las situaciones que se presenten ellos deben de dar a conocer su sentir, ya que así las demás personas sabrán por lo que están pasando.

Se pudo detectar algunas áreas de mejora como lo que es elaborar actividades mejor diseñadas y más específicas para que los alumnos no presenten duda y puedan disfrutar de la actividad, para que traten de identificar las emociones según las situaciones que se les presente así como también identificar la conciencia interoceptiva, agregar actividades que tomen en cuenta la expresión facial ya que con esta se puede reforzar el desarrollo de la habilidad de expresión de las emociones. También tomar en cuenta mi acercamiento con los alumnos, ser un poco más empática así como la forma que interactué y convivo con ellos.

A veces uno no se da el tiempo de analizar las emociones que experimentamos, estas pueden ser varias al mismo tiempo y si no sabemos cómo expresarlas no podemos comunicar lo que realmente estamos pasando, de esta manera proyectamos lo que no es a los alumnos, así que considero que también es importante conocernos y no dejar a un lado nuestras emociones y sentimientos que experimentamos ya que estos pueden intervenir en las decisiones que tomamos y en actividades cotidianas que realizamos.

ANÁLISIS 2

PALETAS ENGAÑOSAS

La expresión de las emociones en la educación primaria es de gran importancia debido a que de esta manera los alumnos muestran e interpretan su sentir, para que lo exprese es relevante que también reconozca sus emociones principales: felicidad, enojo, tristeza, asombro y susto para que así sean pensantes al momento de actuar en las diversas situaciones que se le presenten en su vida cotidiana.

Considero que esta habilidad socioemocional se puede trabajar desde la educación inicial y no dejarlo a un lado, ya que si se lleva un proceso continuo del trabajo de los alumnos hacia el desarrollo de sus emociones es más fácil que ellos las involucren en su vida, así como también en la escuela puedan mostrarse tal como son, decir su sentir y su pensar, para que se sientan apoyados y vean que no nada más se le da importancia al conocimiento sino también a cómo se sienten cada uno de ellos, ya que las emociones influyen mucho en sus actividades que realizan.

Desde mi punto de vista creo que se deben manejar diferentes estrategias para implementar el desarrollo de las habilidades socioemocionales, una de ellas que considero que puede ser funcional es la escritura, ya que gracias a ésta los pueden ir desarrollándose poco a poco considerando que algunos pueden ser un poco tímidos al momento de querer expresar lo que sienten, por ejemplo tengo un alumno que se pone muy nervioso cuando se dirige a los demás y cada que va a participar, por pláticas que se ha tenido con la maestra me ha mencionado que el niño ha sufrido algunos problemas familiares y a ello se le suma la falta de confianza y el temor a equivocarse, y que sus compañeros se burlen, por motivos como estos es que quiero ayudar e impulsar en mis alumnos el desarrollo de sus expresiones para que el clima del aula sea más sano y ellos puedan interactuar y convivir armónicamente, ya que en su mayoría del tiempo son un poco tímidos.

Considerando también que durante la pandemia por COVID-19 se le dio menos importancia a lo que es la escritura y redacción, los trabajos que los alumnos realizaban en su casa lo hacían sin conciencia, durante las clases se ha observado que les cuesta mucho redactar como piensan además de ser coherentes, la escritura es una herramienta que implementamos día con día al momento de comunicarnos, pero también seamos conscientes de que es una de las actividades que menos les gusta realizar a las personas ya que en ocasiones algunos piensan que el escribir es muy cansado y complejo.

Una de las cosas que se puede notar a simple vista en los escritos de los alumnos es que no tienen buena ortografía, confunden algunas palabras o escriben unas por otras y hasta en ocasiones me han preguntado cuál es esa letra, entonces creo que sí han tenido un retroceso en cuestión de la escritura, pero si esta la manejamos como una herramienta atractiva y divertida para los alumnos es posible que se interesen un poco más por esta actividad.

El dejar de ver la escritura de un texto como algo difícil puede ser un tanto complejo para los alumnos, pero al plantearles trabajos donde ellos sean constantes con la escritura, estableciéndoles algunas formas de trabajo agradables o diferentes a las rutinarias, tal vez se consiga que se interesen, se relacionen y cada vez se familiaricen más, para que apliquen la escritura como una herramienta de expresión.

En mi opinión sí es un poco complejo al escribir e ir redactando textos y querer expresarnos tal y como uno lo está pensando, ya que no siempre suelen estar bien escritos de la manera en que los estamos haciendo o idealizamos en nuestra cabeza y es hasta que otra persona me da su punto de opinión a lo escrito cuando veo reflejados los errores y así es como me doy cuenta que lo que está escrito no es realmente lo que pensaba, pasando a replantear lo redactado para que sea más comprensible

En mi caso al escribir lo que me pasa o lo que siento a través de alguna situación me ha ayudado a encontrar mis emociones y de esta manera poder pensar cómo es que debo actuar, además que se ha convertido la escritura para mí en un amigo más, porque al redactar lo que me pasa me desahogo y puedo hacer las cosas mejor. Así como yo veo la escritura es posible que los alumnos la puedan ver igual o como una compañera de vida que les brinda la oportunidad de comunicarse y expresar por lo que están pasando, sintiendo y viviendo, también a darse cuenta de cómo ellos mismo pueden actuar y desenvolverse con los demás, es ahí cuando los alumnos ya están siendo mayormente reflexivos en sus emociones además de entender lo que les pasa y pueden reconocerlo.

La actividad que esta vez se le aplicó a los alumnos fue elaborada en primera parte con base en el diagnóstico que se les aplicó en el cual algunos sí reconocían y otros tenían un poco de dificultad en entender sus emociones, tomando en cuenta estos aspectos, se pensó en que fuera dirigida para que los alumnos identifiquen y comprendan las emociones que se presentan en situaciones de su vida diaria.

Fue llamada "Paletas engañosas" (anexo 2) que consistía en presentarles cinco situaciones relacionadas con su vida diaria, posteriormente se les entregó una serie de 5 paletas cada paleta tenía relación con una situación y la emoción que se presentaba en esta, las emociones marcadas eran la felicidad, tristeza, sorpresa, susto y enojo, se pensaron en que fueran éstas cinco debido a que en el diagnóstico eran de las que más mencionaban por lo que son las que los alumnos reconocen, posteriormente a esto los alumnos tenían que pegar cada paletita según lo que ellos sentían con la situación y posteriormente explicar e interpretar del porque lo relacionan con esta emoción.

La idea de la existencia de un conjunto finito de emociones básicas involucra, además, una sutil ironía, pues si se trata de un conjunto limitado de experiencias espontáneas en toda la humanidad, debería ser muy fácil para cualquiera individuo hacer un listado de las mismas y éste sería idéntico o

muy semejante al que pudiera hacer cualquier otra persona. (Bourdin, 2016, p. 57)

El autor hace referencia a que la gran mayoría de las personas damos por hecho que todos conocemos las emociones y si se pusieran a hacer un lista en gran parte todos se relacionarían pero aún no se da por hecho cuales son las emociones principales que se deben de desarrollar, ya que en cada uno de los individuos puede cambiar y según lo que experimenten es la emoción que se les presentara.

Se le acreditó el nombre de “Paletas engañosas” porque cada uno de los alumnos piensa, se expresa y se relaciona de diferentes maneras, por lo que alguno de ellos donde sentían felicidad hayan puesto susto o alguna otra emoción según lo que experimento, ya que como sabemos se puede interpretar de maneras distintas y cada uno de ellos demostró sus sentir a través de la paleta que agregaron y la explicación que ellos brindaban.

Esta se aplicó a la gran mayoría de los alumnos, de 24 que son la contestaron 22 que asistieron ese día a clase, los dos que faltaron por lo general, uno de ellos es muy raro que se presente en la clase y el otro generalmente tiene algunos problemas familiares a lo que me ha contado la maestra, creo que esto también es un factor importante en la educación, ya que si nosotros como futuros profesores reconocemos el sentir y lo que nos están expresando nuestros alumnos podemos intervenir a apoyarlo para que así tenga un mejor rendimiento académico.

Al momento de la aplicación de la actividad cuando se entregaron las hojas los alumnos preguntaban ¿dibujaremos las paletas o usted nos las dará? Esto paso por que aún no se las entregaba, ni les daba indicaciones de que es lo que realizarán, posteriormente les expliqué qué era lo que tenía que hacer y les pedí que me leyeran las indicaciones para que les quedará más claro aún y si tenían alguna duda me lo hicieran saber.

Los alumnos se mostraron tranquilos y concentrados al realizar la actividad además de trabajar en orden, mientras ellos completaron la actividad yo me encontraba observándolos y percatándome de las actitudes que tenían, una de ellas era que cuando no sabían que escribir se quedan pensando y movían su cabeza de un lado a otro, pensando en su posible respuesta, algo más que identifiqué fue que primero iban leyendo y ubicando la paleta con la emoción que ellos sentían y hasta el final volvían a leer para dar su explicación en el último recuadro.

A continuación se muestra una foto de los alumnos realizando la actividad:



Evidencia 2.1: Alumnos realizando la actividad de paletas engañosas, se observa que la mayoría está recortando las paletas.
Fuente: Elaboración propia.

En esta ocasión, se les brindaron las indicaciones y algo que me fue curioso es que la mayoría tomaron la decisión de primero identificar qué paleta quedaba con cada

situación y así ubicarlas correctamente, al momento de trabajar los alumnos se muestran muy tranquilos así como interesados en contestar la actividad, el que los alumnos elijan cómo hacerlo se debe de tomar en cuenta ya que cada uno toma sus propias decisiones y más ahora en la actualidad no debemos de obstaculizarlos con que queremos que sigan las indicaciones o el procedimiento tal cual como se marca, sino que debemos dejarlos ser para que el alumno se exprese y sea capaz de buscar sus propios métodos de enseñanza y aprendizaje, esto para que también se vuelvan un poco más autónomos y crezcan como personas.

Por lo cual “Enseñar no es transferir conocimiento, sino crear las posibilidades para su propia producción o construcción ” (Freire, 2004, p.22) esta frase me hace reafirmar lo que anteriormente mencionaba, que debemos de apoyar a los niños para que su aprendizaje sea autónomo, buscando así cada uno de las estrategias que a ellos les pueda ayudar a trabajar y plasmar cada uno de su pensar y sentir, así como ser auténticos y poder sobresalir ante actividades y situaciones que se les presenten.


Al momento de revisar la actividad me di cuenta que la gran mayoría ya identifica las emociones y las reconoce, así teniendo una buena relación de ellas con las situaciones presentadas, estas hacían referencias específicas a cada emoción que se le marcaba y se me hizo un tanto curioso como unos pocos ponían otra paleta que no correspondía por así decirlo, se menciona así porque en general, se puso una situación para cada expresión, pero siendo conscientes de que no todos reaccionamos y sentimos lo mismo.

A continuación se muestra una evidencia del trabajo de un alumno donde expresa su sentir a través de cada situación:

Nombre: Melania Guadalupe I Fecha: 4-Marzo-22

Paletas engañosas

A continuación se te plantean 5 situaciones, debes de identificar cuál paleta corresponde a cada situación, las paletas representan gráficamente la emoción que se presenta, posteriormente tendrás que contestar la pregunta.

Situación	Paleta	¿Por qué crees que esta situación te hace experimentar esta emoción?
Lo mejor que me pasó el día de hoy fue haber sacado la calificación de 10 en la materia de matemáticas y así mis padres me darán permiso de salir a jugar con mis amigos.		SE SIENTE ASUSTADO POR QUE NO SACO BUENAS CALIFICACIONES Y SUS PADRES NO NOS DEJAN SALIR
Mi primo agarro mi bicicleta sin permiso yo la quiero utilizar y ahora no poder pasearme con mis hermanos, debe de avisar y ser más consciente de lo que hace, además de esto mis papas me regañaron por no sacar buenas calificaciones.		TIENE QUE PEDIR PRÉSTAMO LA BICICLETA Y NO HAZERLA SIN PERMISO

Evidencia 2.2: Hoja de trabajo "Paletas engañosas" de una alumna.

Fuente: Elaboración propia.

En la evidencia 2.2 se puede observar que la alumna en la primera situación establece la expresión de susto, dada la situación debería experimentar la felicidad y comparándolo con la respuesta escrita que me da, creo que la alumna no comprendió la situación, ya que menciona que está asustada por no sacar buenas calificaciones y no la dejarán salir sus papás y la situación nos dice lo contrario a lo que ella redacta, por eso creo que un elemento que es importante es que se piense y reflexione primero sobre cualquier cosa que se esté pasando para así de esta manera puedan desenvolverse responsablemente, así mismo expresándose cómo se sienten.



Solé (1992) define las estrategias de comprensión como "procedimientos que implican la planificación de acciones que se desencadenan para lograr los objetivos"

(p. 68). (Citado por Hermes y Gusmary 2017, p. 109) se cree que en la comprensión que los alumnos puedan tener ante la lectura puede influir mucho ya que la es otra herramienta que apoya al desarrollo de ellos, así como también con ella se puede ser personas más pensantes ante cualquier situación, se maneja la comprensión en la educación a través de textos y las habilidades que esta les abona se pueden aplicar en situaciones reales, esto me lleva a pensar en que la mayoría de las ocasiones solamente actuamos por actuar y no comprendemos las cosas, entonces es ahí donde debemos enseñarle a los alumnos a que, para responder, actuar y expresarse ante alguna circunstancia, es importante que primero se comprenda lo que está sucediendo y que en base a eso vamos a expresarnos como nos sentimos, teniendo en cuenta que según cómo reaccionemos son las actitudes que el otro va a ver de ti y así sabrá cómo ir relacionándose.

A continuación se muestra evidencia del trabajo realizado por otra alumna:

Paletas engañosas

A continuación se te plantean 5 situaciones, debes de identificar cuál paleta corresponde a cada situación, las paletas representan gráficamente la emoción que se presenta, posteriormente tendrás que contestar la pregunta.

Situación	Paleta	¿Por qué crees que esta situación te hace experimentar esta emoción?
Lo mejor que me pasó el día de hoy fue haber sacado la calificación de 10 en la materia de matemáticas y así mis padres me darán permiso de salir a jugar con mis amigos.		me saque muy buenas calificaciones y tambien pude jugar con mis amigos.
Mi primo agarró mi bicicleta sin permiso y ahora no puedo pasearme con mis hermanos, debe avisar y ser más consciente de lo que hace, además de esto mis papas me regañaron por no sacar buenas calificaciones.		no me gusta que agasten mis cosas sin mi permiso y me quedo triste con mis hermanos en la bicicleta.

<p>El día de hoy tengo un examen muy importante, con este examen elegirán a las personas que deben de ir a competir y demostrar que son los más inteligentes; pero no me siento preparado y no estudié muy bien.</p>		<p>porque alomejor no puedo ir a competir por mis calificaciones.</p>
<p>En la mañana que desperté mi perrito había fallecido, él era mi mejor amigo, siempre me entendía y estaba conmigo, no sé qué haré sin él.</p>		<p>ya no tendré con quien jugar.</p>
<p>Ayer la maestra mencionó que los tres mejores promedios serían merecedores de un viaje al zoológico y acaba de dar mi nombre.</p>		<p>No pensé que me mencionaría a mí y que Soy de los mejores promedios.</p>

Evidencia 2.3: Hoja de trabajo "Paletas engañosas" de una alumna.

Fuente: Elaboración propia.

En esta tercera evidencia se puede ver cómo es que Cinthia fue relacionando cada actividad con la paleta que le correspondía, así como también se observa que es clara con su explicación al momento de redactar, en su escrito a diferencia del de Melanie está teniendo comprensión del texto y es analítica ante la situación, además que se apropió de ella y está expresando lo que realmente sentiría ya que no está remarcando lo que ya viene escrito si no que sustenta por qué tendría esa expresión.

La gran mayoría de los alumnos comprendieron la actividad y trabajaron como su compañera Cinthia además que a comparación de los resultados del diagnóstico con este trabajo pudimos identificar que la gran mayoría de ellos reconocen las emociones básicas y las relacionan con diversas situaciones.

Para evaluar las respuestas se elaboró lo que fue una lista de cotejo, se marcaron diferentes criterios como fueron:

- ✓ Comprende la situación, relaciona cada una de las situaciones con las paletas correctamente.
- ✓ Da una explicación coherente con la paleta de la emoción elegida.
- ✓ Reconoce que emoción experimenta ante la situación.

Se hizo así para ver cuál ha sido el avance que han tenido los alumnos con cada uno de estos aspectos y la mayoría no presentó dudas, a comparación del diagnóstico en el cual si existía un gran confusión con las emociones.

Se elaboró la lista de cotejo como un instrumento para valorar y poder ver el desarrollo de sus expresiones que los alumnos han tenido, esta lista fue pensada en que se tomen en cuenta diferentes cuestiones ya que no todos se expresan igual y cada una de las situaciones puede repercutir de manera distinta en ellos.

Arnold (1960) señalaría que los procesos cognitivos no surgen solamente después de haberse producido una reacción fisiológica y como interpretación de la misma, sino que se produce una evaluación primaria de la situación ambiental antes incluso de la propia reacción fisiológica. Se trata de una primera interpretación global del estímulo como bueno o malo (es decir, agradable/desagradable, beneficioso/peligroso, etc.).(Citado en Chóliz, 2005)

Concuerdo con lo que menciona Arnoldo ya que es importante que los alumnos sean conscientes de las decisiones que toman según sea la reacción emocional que tengan hacia la situación y más después de que transcurrió la pandemia por COVID-19 debido a que ellos no socializaban con personas de su misma edad y de esta manera se ve un tanto afectado lo que es el desarrollo interpersonal, a esto le agrego un pequeño ejemplo donde un día durante clase:

-Ángel Daniel me menciona: “maestra me siento muy nervioso”

-A lo que yo le contesté: ¿Por qué?

-Ángel Daniel me responde porque ya la siguiente semana vendrán todos mis compañeros y hace mucho tiempo que no los veo, ¿cree que será lo mismo?

-Por respuesta yo le dije: que sí, pero como todo pues iban a existir algunos cambios y algunos de sus compañeros se sentirían un poco tímidos.

Me pareció un tanto curioso que el alumno lo expresara ya que en el tiempo que llevaba relacionándome con ellos no daban a conocer lo que sentían, pero creo que hasta en un cierto punto por lo que se ve es que están agarrando mayor confianza conmigo y con sus compañeros.

Comprendo que el alumno se sintiera de esta manera ya que tenían un tiempo considerable sin relacionarse con personas de su misma edad, teniendo pequeños vínculos solamente con una pequeña parte del salón ya que por la modalidad que se estaba dando clase se sentía nervioso de cómo sería la reacción de sus demás compañeros, el ya conocía a sus compañeros cabe mencionar que desde primer grado están juntos, pero así como el presentaron cambios de actitudes por su crecimiento por lo cual él se sentía de esa manera.

Si los alumnos se involucran un poco más con sus compañeros, considero que pueden crear buenos vínculos de amistad, además de las experiencias que ellos tengan los ayudaran a crecer como personas haciendo cada vez más fuertes sus emociones y ante cualquier situación puedan reaccionar de buena manera.

Anteriormente se identificaba como un grupo tranquilo, en el que se batallaba con ellos para que participaran, mostrando temor, por pláticas que se han tenido con los alumnos la gran mayoría no se relaciona con personas de su edad en otros contextos, más que con sus compañeros de la escuela y solamente en el horario escolar.

Reconozco que la actividad fue de éxito pero en la parte de reconstrucción debo de realizar material un poco más innovador para mejorar mi proceso de formación ya

que post pandemia, la tecnología y los materiales son fundamentales para la práctica en la educación primaria.

Actualmente, las tecnologías ofrecen un simpar de oportunidades alrededor de la información, del acceso, del tratamiento, de la transmisión, del proceso, de manera que, cuando pensamos en la acción comunicativa didáctica, se nos presenta la posibilidad de romper con las barreras que el espacio y el tiempo educativo nos limitan. (Sanchez, A., 2009 p.184)

Con lo que nos menciona creo que se debe estar preparado para poder enfrentar cada uno de los retos que se nos pongan enfrente, el ser mayormente creativo e implementar actividades las cuales atraigan al alumno con estrategia nuevas, esto va ayudar al aprendizaje mejore y se pueda captar mejor la atención de los alumnos así mismo como el interés en realizar la actividad.






En mi opinión y desde mi perspectiva cada una de las actividades que se les ha aplicado hasta ahora a los alumnos ha sido buena, se han logrado conseguir diferentes resultado, ésta ha influido en los alumnos de diversas formas pero se pretende que se apropien de éstas y transmitan lo que está escrito en la situación, ya que de esta manera ellos lograrán percibir y experimentar sus emociones.

Se ha trabajado con plantear situaciones debido a que se pretende que sean lo más semejantes o acercadas a la realidad de los alumnos y hacerlos pensar en las reacciones que tienen al expresar sus emociones, creo que en su mayor parte el resultado ha sido muy bueno y favorables, a excepción de unos casos como en el que se muestra la siguiente evidencia:

Nombre Hilomy Sofía Buitrago Fecha 17 Mayo 2022

Paletas engañosas

A continuación se te plantean 5 situaciones, debes de identificar cuál paleta corresponde a cada situación, las paletas representan gráficamente la emoción que se presenta, posteriormente tendrás que contestar la pregunta.

Situación	Paleta	¿Por qué crees que esta situación te hace experimentar esta emoción?
Lo mejor que me pasó el día de hoy fue haber sacado la calificación de 10 en la materia de matemáticas y así mis padres me darán permiso de salir a jugar con mis amigos.		¿Por qué más importante para mí se buena persona se usa el regalo importante usa el regalo?
Mi primo agarra mi bicicleta sin permiso yo la quiero utilizar y ahora no poder pasearme con mis hermanos, debe de avisar y ser más consciente de lo que hace, además de esto mis papas me regañaron por no sacar buenas calificaciones.		¿El primo es buena persona que presta los juguetes usa todos los pero el hermano es buena persona?
El día de hoy tengo un examen muy importante con este examen lograré a las personas que deben de ir a competir y demostrar que son los más inteligentes, pero no me siento preparado y no estudié muy bien.		¿La niña esta interesante se escondió en la cama se espanta?
En la mañana que desperté mi perro había fallecido, él era mi mejor amigo, siempre me entendía y estaba conmigo, no sé qué haré sin él.		¿No se por que el niño esta triste no es mas importante?
Ayer la maestra mencionó que los tres mejores promedios serían merecedores de un viaje al zoológico y acaba de dar mi nombre.		¿El niño es espantado que paso el niño?

Evidencia 2.4: Hoja de trabajo "Paletas engañosas" de una alumna.
Fuente: Elaboración propia.

En esta evidencia se puede observar como la alumna sí relaciona la situación con cada una de las emociones y lo hace de forma correcta a lo que está sintiendo según lo que se percibe en la situación plasmada, pero una debilidad que la alumna está teniendo es que no sabe cómo expresarla a través de la manera escrita por que al apreciar cada una de sus respuestas escritas podemos identificar que la alumna no

está diciendo nada relacionado del por qué eligió esa emoción, sin embargo, ella crea una pregunta en su escrito y se me hacen un tanto interesante porque está preguntando por la emoción de la paleta, pero al mismo tiempo ella da una respuesta en la misma pregunta, esto haciendo relación a circunstancias que ella podría tener diariamente y es así como ella se expresa de lo que le está pasando.

Creo que este es un buen punto en el que debemos hacer énfasis en la redacción de textos ya que es una herramienta de comunicación hacia con las personas que nos rodeamos, la mayoría de las veces pensamos lo que queremos decir y para nosotros está bien, pero al momento de plasmarlo en una hoja es más complejo, ya que al leerlo no se está dando a entender lo que realmente se quiere informar y ahí es donde después la información termina dándose mal, ya que cada uno la podemos interpretar diferente y así usarla a nuestra conveniencia.

En tal sentido, la escritura es definida como una manifestación de la actividad lingüística humana que comparte los rasgos de intencionalidad y de contextualización de la actividad verbal. Asimismo, constituye un hecho social que se manifiesta en un tiempo y en un espacio determinado y que es como partido por una comunidad específica. (Cassany, 2001, p.112).

Por tal motivo, creo que el desarrollo de habilidades socioemocionales como lo que es la expresión de las emociones a través de procesos de escritura los alumnos puedan desenvolverse de mejor manera, además creo que si aplicamos la redacción constantemente en el aula así como la comprensión de los textos, los alumnos tendrán un mejor conocimiento y avancen aún más.

Las actividades que se abordan considero que son aptas para que los alumnos vayan desarrollando poco a estas capacidades, así como también hacerlos un poco más conscientes de que cada que les pase algo primero deben comprender la situación, para posteriormente expresar lo que sienten, pero comentarles que dependiendo de la expresión o reacción que se tenga ante una situación debemos

de hacernos responsables de nuestro actuar y las posibles repercusiones que puede traer esto.

Por lo general, se toma mucho en cuenta el desarrollo de estas habilidades en el preescolar y es ahí donde me pongo a pensar: ¿Solamente debe ser en esa etapa? ¿Por qué? Y en mi opinión no solo debe ser en el preescolar si no que se debe de tener una formación continua en los conocimientos y en la habilidades socioemocionales, ya que estas se van desarrollando poco a poco en los alumnos, pero si las dejamos de un lado se pierde todo aquel sentido de la relación social que se debe de tener entre personas, ya que se pasa por diversas situaciones y si no les enseñamos a los alumnos cómo actuar ante esto, se sentirán decepcionados de sí mismos.

Considero que las habilidades socioemocionales son muy útiles en el aprendizaje del alumno, al presentar alguna emoción estas se puede reflejar en sus trabajos, además de trabajar con ellas debe ser progresivo, teniendo en cuenta que cada uno de los alumnos avanza en distintos ritmos ya que puede que estén pasando por situaciones muy difíciles o no tengan ningún problema pero en mi punto de vista, uno como futuro docente debe de presentarse bien a clases y dejar de un lado sus situaciones personales, para así poder ayudar y reflejar un clima de confianza y de esta manera comprendan que para expresar sus emociones deben aprender a reconocerlas en primer punto.

¿A qué me refiero con reconocerlas?, a que el alumno se dé cuenta de que es lo que experimenta y en qué diversas ocasiones lo hacen, posteriormente creo que otro punto debería ser demostrar que cada uno de ellos tiene las capacidades específicas para hacerlo y considerar cada una de estas habilidades, en especial las expresiones de las emociones porque tienen un fin que es dar a conocer el cómo se es que se sienten por las diversas cosas que pasan a su alrededor, mejorando la relación social que ellos tienen con su entorno y las personas que lo conforman.

ANÁLISIS 3 EMOCIONÓMETRO

Las emociones son aquellas reacciones que se experimentan en formas de adaptación para los individuos, esto surge a través de la percepción de alguna situación que tiene un valor importante. Por lo general, se llega a experimentar cuando ocurre un suceso de impacto en cada una de las personas, ante ello toman una reacción según lo que sienten, cabe mencionar que los individuos se comportan de maneras distintas.

La actividad que se les presentó a los alumnos fue nombrada “emocionómetro” (Anexo 3), consta de una ruleta con diez espacios donde se nombran las emociones, se marca también los niveles con una numeración del cero al tres donde a partir de uno se inicia a denominar la intensidad; uno es poco, dos es medio y tres es mucho, junto con el emocionómetro entró se les entregó una tabla con las preguntas ¿Por qué te sientes así? Y ¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción?

Constaba en presentar el cuento “el emocionómetro del inspector “Drilo” decidí apoyarme de este cuento ya que habla de las emociones, además explica cómo “Drilo” que es el personaje principal se convirtió en inspector y creó el emocionómetro; instrumento que ayuda a medir las emociones según la intensidad con que se está sintiendo, este cuento nos habla sobre como fue el proceso que tuvo Drilo para descubrir por qué siempre estaba triste y llorando, también nos narra algunas situaciones que después de volverse inspector tuvo que resolver y las estrategias que utilizó para descubrir qué era lo que estaba sintiendo la persona del caso, así como también las recomendaciones que le hacía para que pudiera regular la emoción.

Se utilizó el emocionómetro que el inspector Drilo creó para que los alumnos indicarán la emoción que habían sentido durante el transcurso de la mañana y

midieran la intensidad que ellos percibían, posteriormente tenían que contestar las siguientes preguntas ¿Por qué te sientes así? Y ¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción? Con la finalidad de que el alumno escriba que es lo que experimenta al sentirse así, además de las situaciones que él detecta para sentirse de esa manera, la segunda pregunta el niño tenía que escribir acerca de posibles acciones que a él lo ayudarán a regular su emoción.

Se desarrolló de esta manera debido a que se pretendía que los alumnos escribieran su sentir y el nivel con que lo perciben, esto con la finalidad de que los alumnos expresen lo que están sintiendo, en el ejercicio que se les aplicó antes ellos tenían que ir determinando a qué emoción se relacionaba cada situación que se les presentó, por una parte considero que la actividad fue un tanto conductiva ya que se tenía establecido a dónde quería que los alumnos llegaran y considero que para trabajar las emociones se tiene que dejar que las actividades sean menos conductuales esto porque cada uno de los individuos actúa y piensa diferente además que el proceso que tienen para desarrollarse en el ámbito emocional puede variar.

La actividad se les aplicó a 19 alumnos de un total de 23, anteriormente se tenía un total de 25 pero dos de ellos se han dado de baja, esto por motivos diversos que están fuera del alcance de los niños.

El rendimiento escolar también depende del contexto en el que se desarrolle la familia y el estudiante, porque es importante la percepción que los jóvenes tengan acerca de la valoración positiva o negativa de su familia hacia ellos, su percepción del apoyo que aquella les presta, la percepción de los padres de las tareas, sus expectativas futuras, su comunicación con los estudiantes y su preocupación por ellos. (Velázquez, 2003, p. 256)

Se inició leyendo el cuento a los alumnos para que comprendieran sobre que se iba a tratar la actividad y entendieran un poco más sobre las emociones, mientras se leía el cuento Diego levantó la mano y mencionó:

-A mí a veces me pasa lo que a “Drilo” y no sé por qué.

-Rafael: Yo creo que a veces no sabemos qué es lo que nos pasa y por eso no lo decimos.

-Docente en formación: ¿les suele pasar esto? Levanten la mano.

Me percaté que una gran mayoría levantó la mano y por los comentarios que hacían a veces solo tienen ganas de expresarse pero no siempre saben cómo hacerlo, les comenté que con ayuda del cuento podríamos ir identificando a qué se refieren cada una de las emociones, continúe leyendo el cuento hasta que llegamos al apartado donde se encontraba el emociómetro, para esto, les pedí que en la hoja de trabajo que se les entregó identificaran las características que mencionaba el cuento para ver si el emociómetro las tenía y poder trabajar con él.

Al terminar de leer el cuento les indique que identificaran las emociones que ellos habían percibido durante el transcurso de ese día y con la flecha lo seleccionan, algunos me señalaron más de una emoción, otros de ellos solamente me marcaron una, posteriormente les solicite que marcaran con color el número de la intensidad que sentían ante las emociones marcadas y ya cuando la mayoría de los alumnos habían terminado, les pedí que pasara a la siguiente hoja donde ellos tenían que contestar las preguntas: ¿Por qué te sientes así? Y ¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción?, les di un ejemplo de cómo podían contestar para que se les hiciera más fácil.

“La regulación de las emociones probablemente sea el elemento esencial de la educación emocional. Conviene no confundir la regulación (y otros términos afines: control, manejo de las emociones) con la represión”. (Bisquerra, 2011, p.6)

Partiendo de lo anterior estoy de acuerdo con el autor ya que comúnmente confundimos los términos controlar o manejar con querer reprimir las emociones,

porque tenemos un concepto mal sobre estas palabras, de algo que me percaté mientras aplicaba la actividad fue que cuando los alumnos llegaron a la segunda pregunta donde estaba el concepto de controlar, algunos de ellos preguntaban:

-Maestra ¿tenemos que dejar de sentir la emoción? o ¿Dejar de reír?

-Edgar contesta: no es por ejemplo tratar de tranquilizarnos y respirar profundo para mediar ese sentimiento.

A lo que yo les respondí: - sí, muy bien, una manera de controlar o regular sus emociones es buscar diferentes acciones o técnicas que les ayuden a manejarlas, un ejemplo es como el que les acaba de mencionar su compañero Edgar, y no quitarlas u obstruirlas.

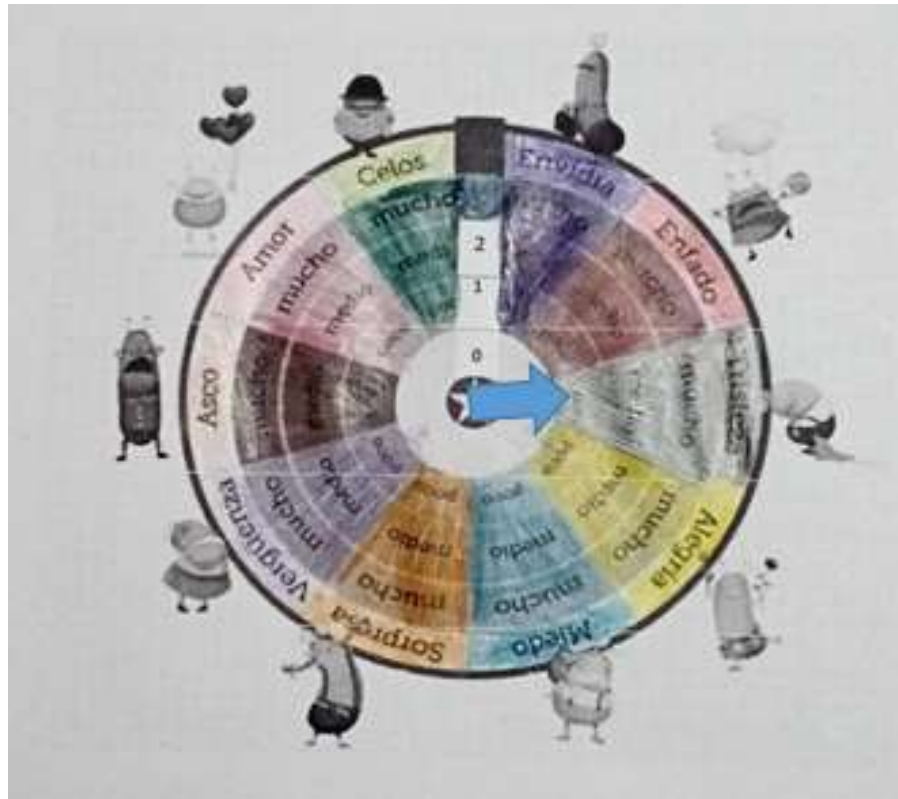
-Ramón: sí también podemos contar del uno al diez.

-Suri: ¡Ah, ya entendí!

Bisquerra (2011) menciona que algunas técnicas que contribuyen al desarrollo de la regulación emocional son: introspección, relajación, meditación, respiración, diálogo interno, control del estrés, autoafirmaciones positivas, asertividad, etc. (p.6)

Estas técnicas para la regulación se pueden aplicar durante diversas circunstancias y las pueden trabajar los alumnos, ya que no son complejas, para esto considero que se les debe hablar y explicar a qué quiere hacer referencia el controlar o manejar las emociones para que así no estén con una idea errónea de querer eliminarla.

A continuación, se muestra una evidencia del trabajo de Daniel:



En base a la emoción que marcaste en tu emocionómetro tendrás que contestar las preguntas de la tabla:

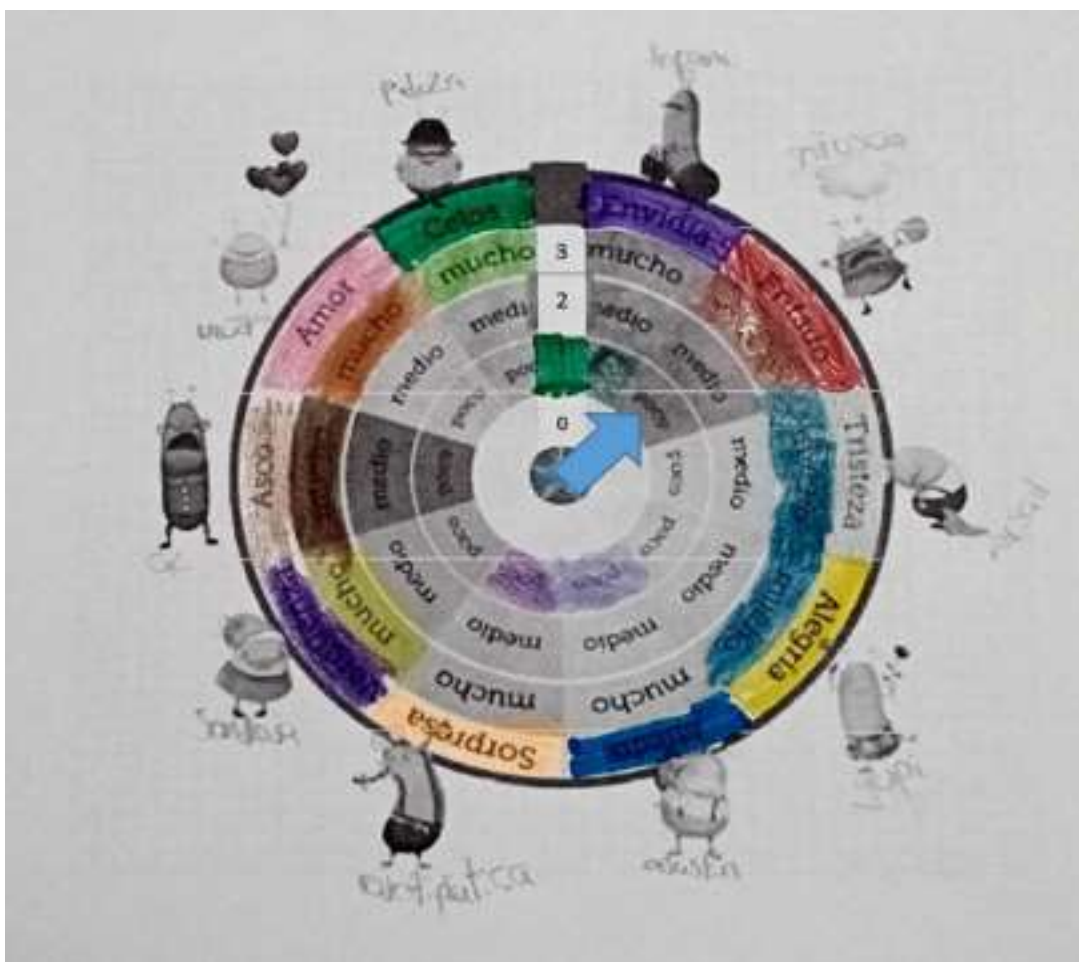
¿Por qué te sientes así?	¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción?
<p>Por que extraño a mi ex ya mi abudita a mi papa, a mis amigos y a mi cuñado</p>	<p>No sentirme triste, sentirme alegre y divertirme</p>

Evidencia 3.1: Actividad realizada por el alumno Daniel.

Fuente: Elaboración propia.

En esta evidencia podemos observar cómo el alumno indicó en el emocionómetro la emoción de tristeza y él la percibe con una intensidad de tres, dado razones escritas las cuales van relacionadas con extrañar a personas de su familia que son

muy importantes para él, y en su segunda respuesta apreciamos que él lo que haría para controlar esa emoción es tratando de poner una barrera para no sentirse así y cambiarla por otra, en estas respuesta percibo que el alumno trata de omitir su emoción para poder regularla, sin embargo considero que las emociones las podemos percibir de distintas maneras y cada una de ellas va a depender de la personas. A continuación, se presenta evidencia de la actividad resuelta de Ramón:



En base a la emoción que marcaste en tu emoción metro tendrás que contestar las preguntas de la tabla:

¿Por qué te sientes así?	¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción?
<p>por que me altero mucho por que dicen mentiras de mi, cuando me insultan, cuando me pegan, cuando me reclaman y cuando me regañan</p>	<p>olvidar o cambiarme de cuarto y me pongo a ver videos o le pego la mesa</p>

Evidencia 3.2 Actividad realizada por el alumno Ramón.

Fuente: Elaboración propia.

En la evidencia de Ramón se aprecia que el alumno durante el transcurso del día se ha sentido un poco enfadado, lo podemos denominar así ya que marca el número uno como la intensidad con que percibe la emoción, el alumno plasmó su sentir dando algunas respuestas escritas; “porque dicen mentiras de mí”, “me insultan”, “me pegan”, “me reclaman o me regañan”, algo que me pareció muy interesante fueron sus respuestas porque él es uno de los alumnos más tranquilos y casi no dice lo que está sintiendo o pasando en ese momento, pero sus respuestas a la segunda pregunta si son un tanto diferentes a las de su compañero Daniel, el menciona que para controlar su enfado puede olvidar las palabras así como ponerse a hacer otra actividad ignorando lo que está pasando o golpeando la mesa, sin embargo cada uno utiliza técnicas distintas para regular la emoción, también puedo apreciar que Ramón se expresa mejor escrito porque como lo mencionaba anteriormente es de los alumnos que se expresan poco y creo que la escritura lo está ayudando a poder decir cómo percibe.

Al proceso de la escritura se vinculan ciertas estrategias cuya utilización, consciente o no, influyen de manera determinante en la producción de un texto escrito. Estas estrategias pueden ser divididas en dos grupos: Las que maneja el escritor para expresar por escrito, que se conocen con el nombre de estrategias de aprendizaje

cognitivas, y las utilizadas por el docente a fin de lograr sus objetivos de aprendizaje, denominadas estrategias de enseñanza o instruccionales. (Caldera, 2003, p.336)

Si bien la escritura se puede utilizar de diversas maneras buscan estrategias que ayuden al desarrollo de las habilidades socioemocionales, una de las estrategias que se está utilizando, es que los alumnos se expresen por escrito, esto porque en ocasiones se les puede dificultar expresarse de manera abierta y directa con las demás personas, sin embargo, me he dado cuenta que a la gran mayoría tiene problemas de escritura, por ejemplo algunos de ellos no tienen buena redacción, escriben mayúsculas y minúsculas en una sola palabra y faltas de ortografía.

A continuación, se muestra un ejemplo de las respuestas de un alumno y la escritura que tiene:

En base a la emoción que marcaste en tú emocio metro tendrás que contestar las preguntas de la tabla:

¿Por qué te sientes así?	¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción?
NOY ES OI O EL MULTI PLICACIONES ME DIGN; ERON ORUIGA ME PAREAN OI O A FUER	RESPIRAR SERIAR PUERTA FUERTE GRITAR Y ORAR

Evidencia3.3: Actividad realizada por el alumno Edgar.

Fuente: Elaboración propia.

En esta evidencia se puede observar la escritura que tiene uno de los alumnos, se identifica que combina mayúsculas con minúsculas y que en algunas partes está un

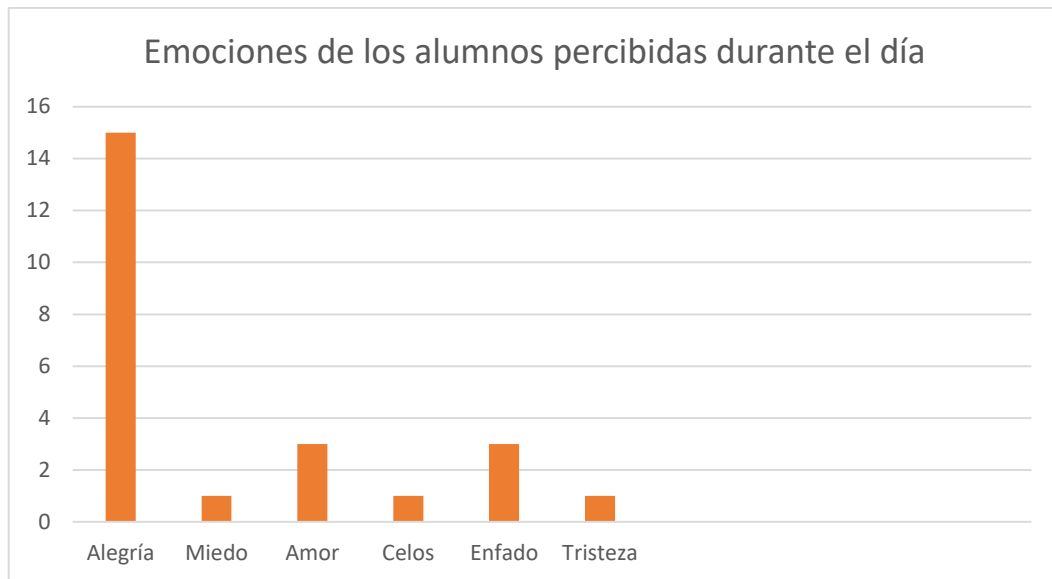
poco más remarcada alguna letra así como también encontramos faltas de ortografía.

La escritura es un proceso muy complejo, pero si se trabaja poco a poco, esta puede ser una forma en que sea más sencillo, una de las actividades que se está haciendo con los alumnos, es que ellos inicien contestando preguntas escritas para que se vayan acostumbrando a escribir y les sea menos complejo, pidiéndoles a los alumnos que cuando escriban sus respuestas sean un poco más extensas de lo que ellos acostumbran y así se puedan expresar cada vez mejor.

Me he podido percatar que los alumnos están teniendo un poco más de confianza al momento de escribir lo que piensan, así como cuando realizan las actividades son un poco más participativos dando sus puntos de vista, considero que también es un aspecto importante que se ha ido trabajando con base al respeto, comprensión y compañerismo.

En base a las respuestas de las emociones que los alumnos marcaron en su emocionometro, se pudo detectar que algunos de ellos seleccionaron más emociones que estaban experimentando.

A continuación, se muestra una gráfica de las emociones percibidas por los alumnos:



Evidencia 3.4: Respuestas de los alumnos marcadas en los emocionómetros

Fuente: Elaboración propia.

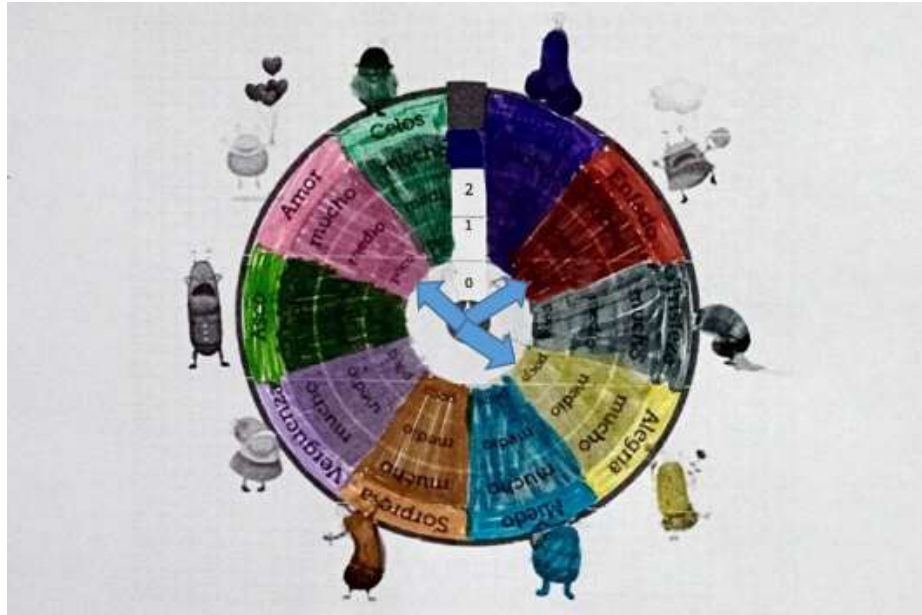
En la gráfica podemos observar que la mayoría de los alumnos sienten alegría, si se saca la sumatoria total de las emociones señaladas en la gráfica son un total de 24, con esto corroboramos que algunos alumnos señalaron más emociones que estaban percibiendo en ese momento. Considero que está bien que los alumnos no solamente hayan señalado una, ya que cada que se nos presenta una situación tenemos la oportunidad de experimentar una emoción y en algunos caso estas suelen ser varias.

(López y Arango 2002, como se citó en Cano, 2012):

La inteligencia emocional es la capacidad de dominar las emociones y configurar rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión y el altruismo. Consiste en saber reconocer lo que se siente, controlar las respuestas emocionales, aprender a automotivarse y a entusiasmarse con lo que se quiere. Definir y conseguir metas, afrontar la vida con confianza y

optimismo, comprender los sentimientos de los demás y relacionarse armoniosamente con ellos. (p. 198).

A continuación se muestra un ejemplo donde un alumno selecciona varias emociones:



En base a la emoción que marcaste en tu emoción metro tendrás que contestar las preguntas de la tabla:

¿Por qué te sientes así?	¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción?
1: <u>por que me divierte</u>	3: <u>tranquilizarme</u>
2: <u>por que me asen feliz</u>	2: <u>tranquilizarme poquito</u>
3: <u>por que me asen enojarse</u>	1: <u>relajarme con ellos</u>

Evidencia 3.5: Actividad realizada por la alumna Suri.

Fuente: Elaboración propia.

En este caso en las evidencias de la alumna se observa que para dar respuesta a cada una de las emociones que sintió las enumeró y así mismo, escribió una técnica para regular esas emociones, en sus respuestas son corta y no escribe una situación como tal por qué se siente así, sin embargo trata de expresarse.

Se eligió esta actividad porque quería dejar que los alumnos fueran más expresivos y no se cerraran dando una sola respuesta a lo que están experimentando, algunos de los alumnos han pasado por circunstancias muy fuertes, una de ellas la pérdida de su mamá, y en ocasiones son situaciones que a su corta edad pueden influir mucho en el desempeño que tienen, así como la manera de comportarse y actuar, me he percatado que la alumna que sufrió esta pérdida falta continuamente a clases, pero sigue interactuando con sus compañeros y relacionándose con los demás, sin embargo si en ciertos momentos se observa que está un poco afligida, pero no habla sobre este tema con nadie y anteriormente era una de las alumnas que se expresaba un poco más y hablaba sobre lo que le ocurría.

Por razones como estas considero que es importante que se implemente el desarrollo de habilidades socioemocionales ya que se deja en segundo término las emociones, siendo que estas son un factor importante en la educación debido a que influyen de gran manera en el desarrollo y desenvolvimiento de los alumnos en el aula.

Se ha trabajado poco a poco estas habilidades y me he sentido un tanto cómoda ya que si veo un pequeño avance de los alumnos al momento de interactuar con ellos en el aula, anteriormente los alumnos no se acercaban tanto a mí y al momento de dirigirse eran un poco temerosos y tímidos, por lo que se está creando un mayor

clima de confianza en el aula, ya que en ocasiones llegan a decirme como se han sentido durante el día o me mencionan que se sienten bien trabajando conmigo.

Los resultados que se obtienen en los trabajos se pueden utilizar para una mejora de las actividades y estrategias que se pretenden implementar en la siguiente actividad, con el motivo de que ellos cada vez mejoren su expresión y su redacción.

Se quiere lograr que los alumnos vean a la escritura como una amiga que los ayuda a expresarse y comunicarse con la sociedad, sabemos que en la actualidad es un tanto difícil el comunicarnos en persona ya que cada vez nos relacionamos mayormente por medio de los recursos tecnológicos, pero de igual manera podemos expresarnos por escrito y puede ser beneficioso para aquellas personas que no interactúan con los demás.

Derks, (2008) concluyen que “la comunicación mediada por ordenador no se caracteriza por la ausencia de emociones; al contrario (...), las emociones positivas se expresan en la misma medida que en las interacciones cara a cara, y las emociones negativas intensas incluso se expresan más abiertamente por ordenador” como se citó en (Puche, 2016, p.26)

Concuerdo con lo anteriormente mencionado, ya que la gran parte del tiempo nos comunicamos a través de una pantalla y para algunos es más fácil porque se sienten en mayor confianza, otro punto que también destaca es que post pandemia de COVID-19 las personas se quedaron acostumbradas al uso de recursos tecnológicos y a tener menos interacción personal, por tal motivo la relaciones sociales han sido difíciles para la sociedad.

Por tal motivo decidí que los alumnos se expresaran de manera escrita ya que ellos así pueden sentirse un tanto libres según la emoción y situación que estén experimentado, además de ser una manera más cómoda ya que en ocasiones no

quieren expresar lo que están sintiendo por miedo a la reacción que puedan tener sus compañeros.

A través de los resultados obtenidos en esta intervención puedo decir que se ha tenido un avance en la expresión de las emociones, pero en la escritura no ha habido un gran avance por tal motivo en la siguiente intervención se tomarán en cuenta dado que se pretende que los alumnos redacten sobre su sentir según las experiencias que han tenido en diversas situaciones de su vida diaria.

A través de que los alumnos se expresen por escrito, puedo implementar que se desenvuelven un poco más dentro del aula, con sus compañeros, sintiéndose libres sobre sus emociones para que los demás puedan escucharlos y no se sientan juzgado o reprimidos.

ANÁLISIS 4

HISTORIA QUE NACE DEL CORAZÓN.

El aspecto emocional se puede ver afectado por diversas situaciones que se presentan en la vida cotidiana de cada uno de los individuos, estas pueden ser de diferentes ámbitos como cultural, familiar, social, entre otros, influyendo cada uno de estos debido a que tienen un peso según la experiencia que se les presenta y cada uno de las personas decide cómo es que afecta esa experiencia en su desarrollo.

La continuidad en la historia humana es una continuidad cultural basada en la interacción. Es un “hacerse con otros”. Es en este aspecto donde el desarrollo emocional recepciona elementos desde el mundo externo para constituirse desde lo propio, e impactar en el desarrollo humano. (Mulsow, 2008, p.63).

Es muy común que los niños se vean influenciados por situaciones que dejan marcado su sentir, por consiguiente creo que lo toman en cuenta para actuar hacia las próximas experiencias, un factor que se podría decir que afectó el desarrollo socioemocional de los alumnos fue la pandemia de COVID-19, ¿Por qué lo considero así? Debido al distanciamiento social, la mayoría de los niños dejaron de interactuar con sus amigos o compañeros de clase, así como con maestros y personas externas a la familia.

Como anteriormente menciona Mulsow 2008, la interacción entre los individuos es de gran importancia debido a que cada uno piensa y actúa de diferente forma, esto enriquece el pensar y el desarrollarse de cada una de las personas para así tener una mejor relación con la sociedad.

En esta cuarta actividad (Anexo 4) se pretendió que los alumnos escribieran una historia en base a las emociones que habían tenido los últimos días. Se le dio por

nombre historias que nacen del corazón, el nombre surge ya que al momento de pensar la actividad se les indicó a los alumnos que escribirán dentro de un corazón todas aquellas emociones que habían sentido y con base en eso ellos debían crear una historia, lo consideré que fuera de esta manera debido a que cada alumno tiene sus sentir además tomando en cuenta una de las herramientas que se está utilizando para que ellos desarrollen sus habilidades socio emocionales es la escritura y así de esta manera puedan expresarse de manera escrita.

Al momento de aplicarla se les explicó las instrucciones, los alumnos se miraban alegres cuando se les entregó el anexo, posteriormente se concentraron para completar su trabajo. La realizaron 17 alumnos de un total de 22, faltaron cinco alumnos de contestar, no lo hicieron debido a que ese día faltaron a clases. El tiempo que se consideró para esta actividad fue de una hora y la mayoría se llevó ese tiempo en terminarla ya que necesitaban estar inspirados y pensar para escribir.

Durante el proceso de la actividad surgieron algunas dudas, una de ellas fue ¿cuántas emociones tenemos que escribir en el corazón? A lo que les contesté: -son las emociones que ustedes consideren que han sentido en estos últimos días, recuerden cuáles sucesos han impactado en ustedes para que perciban esa emoción, posteriormente a que las escriban, pasan a la siguiente hoja a escribir su historia.

Un alumno preguntó: -La historia ¿se puede tratar de lo que sea? A lo que le contesté que sí, solamente tiene que estar basada en las emociones que se escribieron dentro del corazón.

-Con esas emociones ustedes tienen que crear la historia y puede tener varios personajes, dejen volar su imaginación.

-¡Mi historia será de miedo!- dijo otro compañero.

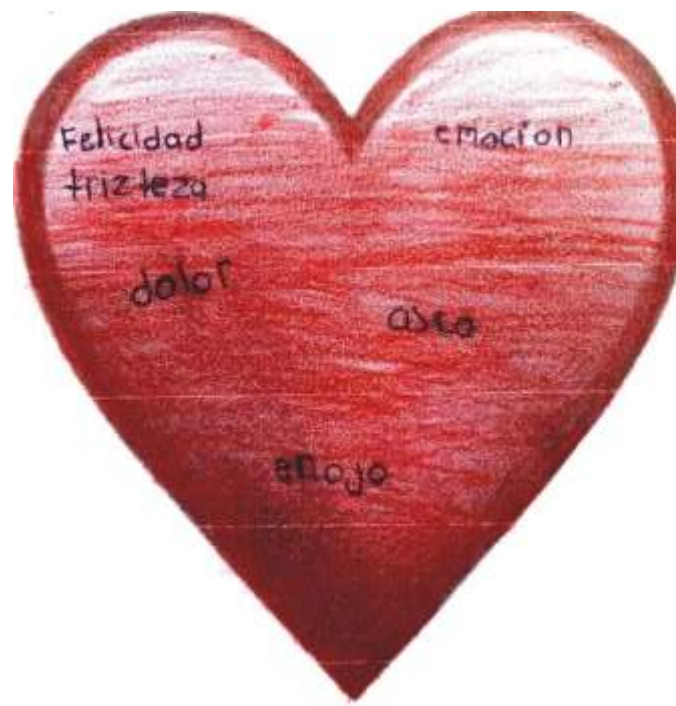
Yo me quedé pensando ¿Qué sentimientos tiene para hacerla así? Me acerqué al alumno y le pregunté: ¿Cuál es tu idea? ¿Será de miedo o terror?

- Él contestó no, solamente lo dije porque se me ocurrió, pero mi historia solamente tendrá un personaje, ¿Si se puede así verdad?

-Claro, cada uno lo hará en base a sus emociones e imaginación.

Al momento de revisar cada uno de los trabajos me percaté de cómo cada uno creó historias con base en lo que realmente sienten y una gran mayoría de ellos se proyectaron y contaron las diferentes situaciones por las que están pasando en su vida diaria, también en cada uno de los trabajos se pueden ver las personas que influyen en los alumnos y cómo es la relación que tienen con los demás. Por ejemplo, dos de ellos se vieron influenciados por lo que uno de sus compañeros mencionó y dijo que haría la actividad relacionada con el miedo, estos dos estudiantes en las historias me redactaron la leyenda de “La llorona”, lo cual se me hace algo curioso y me intriga el saber por qué lo relacionaron con esta leyenda.

A continuación, se muestra evidencia del trabajo de un alumno:



La llorona

había una vez que la llorona
se puso a buscar a los niños y niñas
se encontró a una niña y se la
llevó a donde vive la llorona y la niña
despertó y estaba la llorona y se asustó
y se encontró a un niño y
se lo llevó a donde vive la llorona
y el niño se fue a su casa
solo y a su casa y la
mamá buscándolo y lo encontró
y la tía se puso a llorar
y tristes con la mamá y
llevó al niño y la mamá
se fue con el niño y ella se
fue y fin



Evidencia 4.1 Hoja de trabajo de la alumna Hiromy.

Fuente: Elaboración propia.

Al analizar el trabajo de la alumna me di cuenta que ella acomodó la leyenda con sus emociones porque en el corazón escribió dos veces tristeza de igual manera que enojo y solo una vez alegría; al momento de leer su historia ella fue buscando partes para agregar las emociones, a diferencia del trabajo de su otro compañero que también agregó la misma leyenda, él la agregó tal cual conoce la historia.

A continuación, se observa la evidencia del trabajo de otro alumno:

LA STOM

dividida una vez una mujer con dos hijos y
un esposo así como otros y el esposo le da de y con el
era lo que deseaba tener con sus hijos el dolor de cuando
los era un río y no pudo con su dolor se le dio un río
y mucho y que se unió se escuchaba llantos
y con sus hijos y buscando sus hijos y con sus hijos
y se veía otros a los lados de sus hijos y con el río
de blanco y el río se veía y con sus hijos
los encontró a los muchachos. Cuando ya buscaba
a sus hijos y viéndolo.



Evidencia 4.2 Hoja de trabajo del alumno Alan.

Fuente: Elaboración propia.

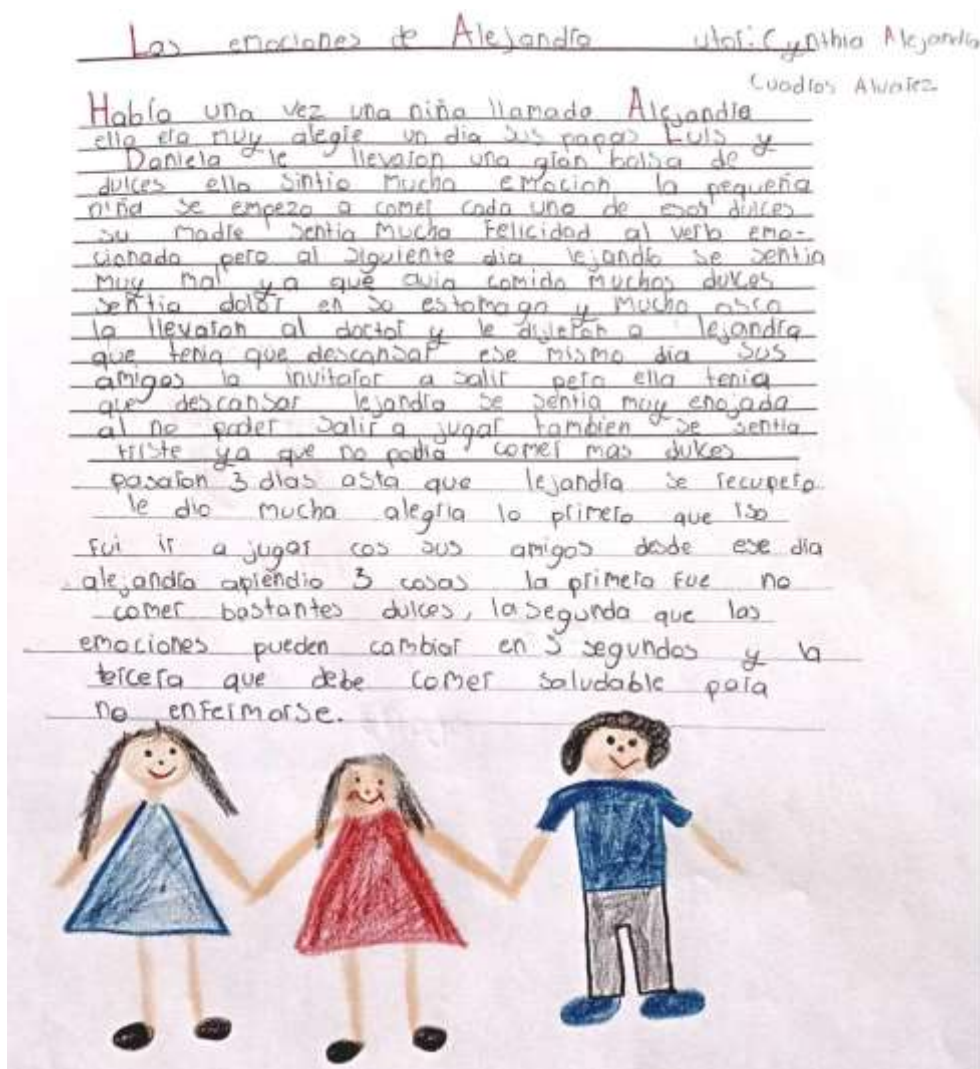
Considerando que dos alumnos coincidieron con su historia pienso que es probable que se hayan dejado guiar o influenciar por lo que mencionó su compañero y por no reafirmar la información ellos escribieron esta historia.

Ibáñez (2002) menciona que el contexto interaccional en el aula –la interacción profesor-alumno/alumno-alumno– constituye un modo de relación que tiene importantes consecuencias para la formación de los estudiantes, tanto en lo personal como en lo académico, en los distintos niveles del sistema educativo (p.33).

Si bien el contexto también es otro factor que interviene en el proceso del desarrollo tanto académico como emocional de los alumnos, la relación que los alumnos tengan entre ellos en el aula puede beneficiar o perjudicar, ya que si no existe un clima agradable y de confianza entre ellos y el profesor, el trabajo en el salón de clases será un tanto difícil pero si es lo contrario, se pueden obtener diversos benéficos como un buen aprendizaje y desarrollo socioemocional de ellos.

A continuación, se muestra una evidencia de trabajo de una alumna:





Evidencia 4.3. Hoja de trabajo de la alumna Cynthia.

Fuente: Elaboración propia.

En esta evidencia podemos observar como la alumna escribió las diferentes emociones que llegó a sentir, y posteriormente en el título que ella agregó a su historia podemos ver que ella anota su segundo nombre, en ese punto nos podemos percatar que se está proyectando y tal vez la historia trate sobre ella, al momento de leerla me di cuenta que si efectivamente está hablando de ella y de las diferentes situaciones que presentó para llegar a sentir esas emociones marcadas en el

corazón, además incluye a las personas que intervinieron que fue su familia, así como también agrega un aprendizaje que adquirió.

Me sentí bien al momento de leer el aprendizaje que la alumna tuvo en relación a las emociones ya que ella pude darse cuenta que las emociones pueden ser cambiantes según lo que se esté experimentando. “Si bien es cierto que los afectos con sus emociones, sentimientos y sensaciones, son parte del proceso de aprender y conocer, yendo de lo agradable a lo desagradable o de lo positivo a lo negativo” (Oros, 2009, como se citó en Rodríguez 2011, p.194).

A continuación, se presenta evidencia de una alumna:



Las emociones: enojo y tristeza.

había una vez dos pequeñas emociones que se llaman: enojo y tristeza. Enojo hacía enojar frecuentemente a las personas y en cambio tristeza ella casi no hace llorar mucho a las personas. Un día enojo se puso furioso con una persona y tristeza se puso a llorar por lo que le decía enojo a tristeza y después enojo se tranquilizó y le pidió disculpas. Pasaron los días hasta que tristeza se enteró de algo muy triste, grave, se enteró de que falleció una persona muy querida y se echó a llorar y eso es llorar a la humana. Pasaron los días y todo se calmó, no era lo mismo pero siguieron adelante y fin.



Evidencia 4.4 Hoja de trabajo de la alumna Suri.

Fuente: Elaboración propia.

En la evidencia podemos observar como la alumna solamente anoto dos emociones enojo y tristeza, en su historia plasma a las emociones como si fueran una persona, en base a lo que cada emoción le trasmite va contando lo que pasa en su vida, ella tomo como referente a las dos emociones para poder expresar lo que está percibiendo, considero que esta actividad ayudo en gran medida a la alumna para que pudiera decir lo que está pasando, como lo menciona en su historia falleció un ser muy querido (madre) para ella, después de la pérdida de su familiar le han surgido algunos inconveniente a los que ella ha tenido que sobre llevar, la alumna

menciona que después de todo lo que paso ella sigue adelante aunque ya no es igual.

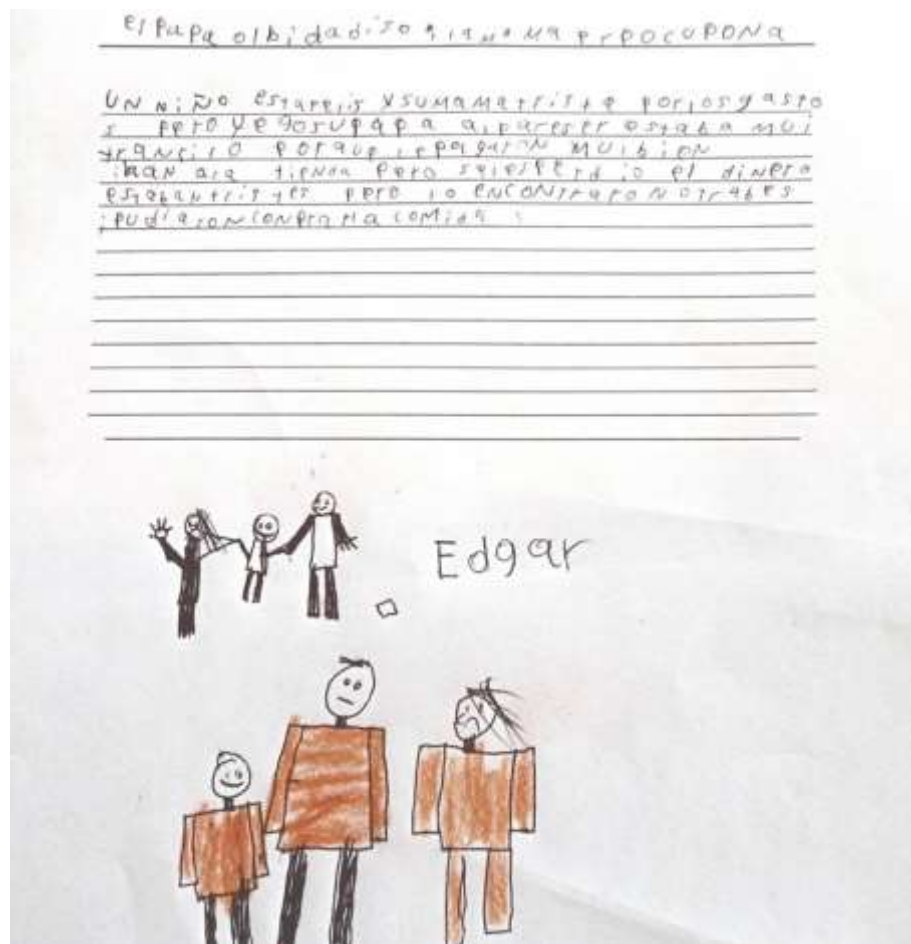
La familia es un pilar muy importante en todos los aspectos de la vida, así mismo es un soporte para cada individuo que nos ayuda a sobresalir ante cualquier situación que se pueda presentar, considero que la pérdida de la madre de la alumna si la afectó y aun no dimensiona como tal el proceso por el cual ella está pasando, situaciones como estas en una alumna de 5º puede afectar su rendimiento y desarrollo académico así como emocionalmente se ve afectada, esto lo podemos observar con las emociones que ella plasma en su corazón además que en ocasiones falta a clase, por acontecimientos como este es que propongo que se siga dando una continuidad al desarrollo de las habilidades socioemocionales y no se dejen a un lado ya que así los alumnos sabrán cómo actuar según lo experimentado.

Mulsow (2008), menciona que:

El seno familiar es una unidad o instancia que ofrece contención afectiva, a través de la cual se sustenta el desarrollo emocional de las personas y es en ella donde se encuentran los espacios que favorecen o entorpecen este desarrollo con el cual se hará frente a las situaciones vitales cotidianas, y aquellas de corte no normativo y que afrontamos de acuerdo al momento en que se viven y con las herramientas adquiridas en el seno familiar, sumándose las potencialidades propias de cada ser humano (p.64)

Lo que se menciona anteriormente es que la familia puede intervenir en el desarrollo de los niños en ámbitos que ayuden a superarse así como también en aspectos un tanto no favorables para ellos en diversas situaciones de la vida diaria, pero de cada individuo actúa según sus experiencias.

A continuación, se muestra una evidencia de trabajo de un alumno:



Evidencia 4.5 Hoja de trabajo del alumno Edgar.

Fuente: Elaboración propia.

Al momento de leer la historia de esta evidencia me pude percatar que el alumno está hablando sobre cómo es la relación que tiene su familia, además se observa que el alumno redacta una historia relacionada con problemas económicos que surgen en una familiares, él identifica y relaciona la situación que está pasando con los emociones que percibe al experimentarla, esto me lleva a pensar que la gran mayoría de las veces las situaciones que se presentan en casa, los niños las

perciben y están en algunos casos pueden afectar para bien o para mal, en este caso el alumno redacta como es que a pesar del problema se puede salir adelante.

“La familia es también un agente constructor de estos aspectos socio-emocionales al ofrecer modelos que sean compatibles con la realidad vital, y de generar oportunidades para desarrollarse emocionalmente”. (Mulsow, 2008, p.64).

En relación con lo anteriormente mencionando, los niños se pueden ver influenciados por su familia en las reacciones que puedan tener ante diversas situaciones, porque la mayoría de las ocasiones los padres son los que conducen a los alumnos sobre su actuar ya que ellos comparten una gran mayoría de tiempo con su familia, y según como se comporten los alumnos pueden replicar las mismas acciones que los adultos, a su vez ayuda a que crezcan en el ámbito social y emocional.

En la evidencia también se observa como es la escritura del alumno, se encuentran varias faltas de ortografía, se observa que la historia es muy corta, en algunas partes no hay espacios entre las palabras, pero considero que la historia tiene, los puntos que se les habían mencionado en las instrucciones, considero que el trabajo del alumno puede ser mejor de mismo modo que su redacción.

“La escritura como herramienta de inserción social permite un desenvolvimiento adecuado y positivo que permita generar por parte del escritor producciones escritas pertinentes para una funcionabilidad social dentro de su cotidianidad de vida”.(Espinoza, 2014, p.33).

Una de las principales herramientas de apoyo que se utilizó para el desarrollo de las habilidades socioemocionales de los alumnos fue la escritura, debido a que con ella los alumnos se pueden expresar con mayor libertad y así podrán escribir sus emociones y sentimientos hacia las situaciones, si bien esta la utilizamos en la vida diaria como forma de comunicación y relación hacia las demás personas.

En comparación de la actividad pasada con esta penúltima actividad creo el cambio sí fue un poco más grande, ya que los alumnos pasaron de escribir o dar respuestas cortas a preguntas que se les hacían a redactar una historia con ayuda de su imaginación, pensamiento, sentimientos y emociones.

Con esta actividad pude identificar que algunos de los alumnos aún no están tan acostumbrados a escribir, porque mientras ellos realizaban la actividad se escuchaban voces que decían “ya se me canso la mano” “¿Tenemos que llenar todos los renglones?” “es mucho”, les di un poco de motivación diciéndoles: es señal de que si están trabajando, la historia no tiene que ser de los renglones marcados, yo les marque solamente esos renglones para que pudieran escribir pero si necesitan más hojas me avisan para entregárselas.

Ningún alumno me pidió otra hoja extra, la gran mayoría se limitó a escribir solamente los renglones que estaban marcados en la hoja, algunos de ellos me escribieron un poco menos, supongo que esto paso debido a que no están tan acostumbrados a escribir, además que siento que al marcarles las líneas los límite implícitamente a escribir poco.

En la mayoría de los trabajos percibí las emociones que plasmaron en su corazón, las relacionaron de diversas manera pero al final llegaron al objetivo que era a través de esas emociones crear una historia, algunos alumnos se proyectaban y plasmaban lo que pasa en su vida, otros mencionaron situaciones sobre las que están pasando y no quieren hablar así como también experiencias complejas por las que están pasando.

Uno de los aprendizajes que me dejó esta actividad es que no debemos de ponerles límites a los alumno para que ellos se expresen, además que ellos poco a poco descubran lo que van sintiendo, así como también que se debe de aprovechar la

escritura al máximo ya que es un medio de comunicación y expresión que se utiliza en la vida diaria.

Para la última actividad se pretende seguir trabajando con la herramienta de la escritura y en ella encontrar cambios, como mejora de la letra, redacción, ortografía, coherencia entre otros, además de tomar en cuenta los errores que se tuvieron en esta actividad, así como seguir desarrollando las habilidades socioemocionales.

El material que en este caso solo fue el anexo 4, fue bueno ya que los alumnos estaban emocionados al escribir una historia, también se le hizo llamativo porque tenía un corazón y no habían hecho actividades como esta para trabajar sus emociones.

Las emociones se pueden trabajar de diversas maneras con los alumnos, una de las herramientas que utilice fue la escritura, porque con ella se puede tener mayor confianza al querer comunicar algo, también para hacer que vean menos complejo y cansado el escribir, así como para que los niños sean capaces de escribir textos con coherencia y puedan dar respuestas escritas completas, utilizando la escritura como un apoyo para que los alumnos se desenvuelvan.

“La educación tradicional ha valorado más el conocimiento que las emociones, sin tener presente que ambos aspectos son necesarios. La educación actual no debe olvidar que también es necesario educar las emociones” (López, 2005, p.155).

ANÁLISIS 5 COCINERO DE LA ESCRITURA

En esta última intervención que se realizó en la aplicación de actividades se detectó que los alumnos tuvieron un gran avance en la habilidad de la expresión de las emociones, así como también se observó que los alumnos se han desenvuelto más en el ámbito social y crean vínculos de relaciones sociales con sus compañeros de clase.

“Las habilidades sociales han sido definidas como un conjunto de habilidades que permiten organizar cogniciones y conductas de manera eficiente, en la dirección del logro de metas interpersonales y sociales, que se realizan de un modo culturalmente aceptable” (Ladd & Mize, 1983) (Citado por Oyarzún, 2012, p.22).

Contemplando lo anteriormente mencionado estoy de acuerdo que las habilidades tienen impacto en los alumnos ya que el desarrollo de estas les permite un mayor crecimiento cognitivo, conductual y social.

El desarrollo de las habilidades socioemocionales se debe de tomar en cuenta en el ámbito educativo ya que en gran medida las generaciones van cambiando, las emociones contribuyen en el desenvolvimiento de los alumnos en el ámbito social por lo que se debe hacer un énfasis en ello, para esto diversas actividades escolares pueden ayudar a que el alumno crezca en el ámbito socioemocional.

La actividad (Anexo 5) que se planteó a los alumnos se le dio por nombre el cocinero de la escritura, el nombre surge a través por el contexto de la actividad, esta consta en plantearle a los alumnos que ese día serán cocineros para esto deberán realizar una receta de ellos con los ingredientes correspondientes a las emociones, posteriormente tendrían que anotar los pasos que ellos realizan cuando perciben esta emoción y por último contestar las preguntas, las cuales eran las siguientes ¿por qué has escogido estos ingredientes?, si tuvieras que elaborar una receta a

otra persona ¿a quién elegirías y porque? Y ¿qué ingredientes le agregarías a esa receta y por qué?, estas preguntas se realizaron para saber cuáles eran las razones por las que estaban atribuyendo cada una de las emociones que escogieron y además identificar por qué eligieron a esa persona y que es lo que les proyecta.

La actividad se les aplicó a 19 alumnos que asistieron de un total de 23, el clima en el salón de clases se sentía agradable y los alumnos estaban tranquilos, pusieron atención a las explicaciones para poder completar su trabajo.

Durante ella los alumnos se mostraban concentrados trabajando, para dar inicio a esta lo primero fue entregarles las hojas de trabajo y pedir que un alumno diera lectura a las indicaciones para después explicarles, se les pidió que posteriormente me explicaran en que consistía para corroborar si habían entendido.

La mayoría de los alumnos realizó el primer paso de la actividad era elaborar la receta con sus propios ingredientes para en seguida contestar las preguntas, la actividad la comprendieron bien ya que no presentaron dudas al momento de estar contestando, creo fue un gran avance debido a que en determinadas ocasiones se les explicaba más de tres veces para que comprendieran la actividad, una de las estrategias que contribuyo fue el darle a los alumnos un ejemplo de cuando ellos realizan una quesadilla o un sándwich, así ellos iban contestando y mencionando cada uno de los ingredientes, de mismo modo los pasos a ejecutar al momento de prepararlos, posteriormente los niños comentaron ah sí es cierto para realizar cada uno de estos alimentos se lleva un proceso diferente entonces nosotros debemos inventar nuestra receta.

El primer apartado de la actividad consta de una tabla en la que elaboraran su receta personal, esta se dividida en dos apartados ingredientes y pasos en los pasos, en los ingredientes los niños escribieron todas aquellas emociones que han sentido, posteriormente escribieron los pasos y por cada una de las emociones explicaban la reacción que tenían cuando la experimentaban así como el por qué la sentían.

A continuación se muestra un ejemplo gráfico de la actividad de la alumna Cynthia:

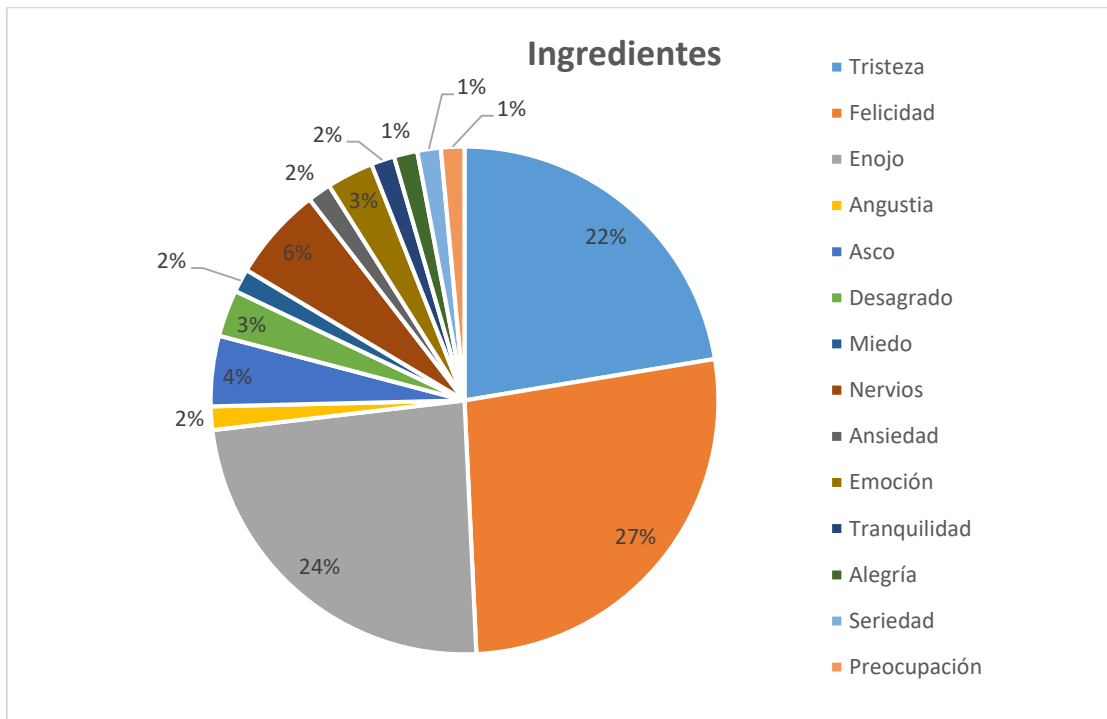
Ingredientes	Pasos
enojo	llojo y me rio porque mi hermana me pego.
angustia	tiemblo y algunos veces llojo porque mi mama me quiere pegar o porque mis papas no llegan y es muy tarde
Felicidad	rio y estoy feliz porque estoy con mi familia y amigos

Evidencia 5.1 Hoja de trabajo de la alumna Cynthia.

Fuente: Elaboración propia.

En esta tabla podemos observar como la alumna escribió solamente tres ingredientes, lo cuales corresponden a enojo, angustia y felicidad, a cada uno de estos ingredientes agregó las reacciones que ella tiene así como la manera en que ella proyecta las emociones, en el trabajo se expresa de manera clara y su redacción mejoro, teniendo coherencia en lo escrito.

A continuación se presenta la gráfica de los ingredientes:



Evidencia 5.2 Gráfica de los ingredientes.

Fuente: Elaboración propia.

En la gráfica de la evidencia 5.2 se puede observar que la gran mayoría de los alumnos se inclinan hacia tres emociones las cuales son tristeza, felicidad y enojo, esta emociones se encontraron escritas en casi la gran mayoría de los trabajos de los alumnos, cabe mencionar que algunos de ellos agregaban una o dos más.

SEP (2017) “Las emociones se pueden clasificar en emociones básicas de respuesta instintiva como la ira, la alegría, la tristeza, el miedo, el asco o la sorpresa, y en emociones secundarias o sentimientos que conllevan un componente cognitivo y cultural que complejiza su expresión y entendimiento como por ejemplo la gratitud, el respeto, el perdón, la benevolencia, la contemplación estética o bien la envidia, los celos, el odio, la frustración, la venganza, entre otros” (P.427).

De acuerdo con lo que menciona la SEP (2017) los alumnos se inclinaron un poco más hacia las emociones básicas, al momento de ellos contestar sobre el apartado de los pasos en la tabla agregan algunas emociones secundarias que los llevan a expresar mejor lo que sienten, se plantea que es así debido a la continua repetición de estas, considero que anotaron estas ya que son con las que más se sienten identificado y experimentan con mayor regularidad.

A continuación, se presenta una gráfica de la respuesta que los alumnos dieron sobre la primera pregunta:



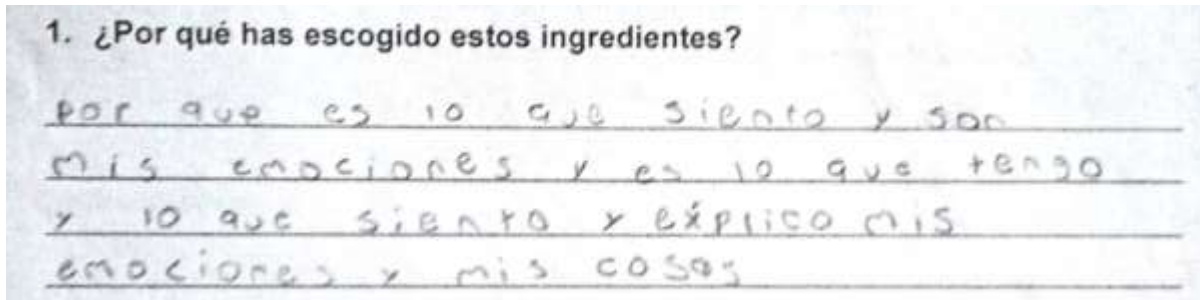
Evidencia 5.3 Gráfica pregunta 1.

Fuente: Elaboración propia.

La finalidad de realizar esta pregunta a los educando fue para saber los diferentes motivos que los alumnos tenían para agregar esas emociones llamadas ingredientes en la actividad, al momento de revisarla me pude percatar que un 69%

de los alumnos coincidían dando como respuesta “es lo que siento” algunos de ellos complementaban su respuesta diciendo que son los que sienten más seguido o continuamente.

En seguida, se presenta la imagen de una de las respuestas de la primera pregunta:



Evidencia 5.4 Respuesta pregunta 1 de la alumna Melanie.

En la respuesta que da la alumna a la pregunta se observa como menciona en su escrito que está proyectando sus emociones en esos ingredientes además de su sentir, ella mencionó que son sus cosas a lo que me generó una incertidumbre ¿a qué se quiere referir con cosas? Probablemente ella quería referirse a que son acciones o actividades que ella está experimentando, si bien cada uno de los alumnos se expresa de manera diversa, sin embargo han tenido un crecimiento en el ámbito de la escritura ya que ahora sus respuestas son más completas.

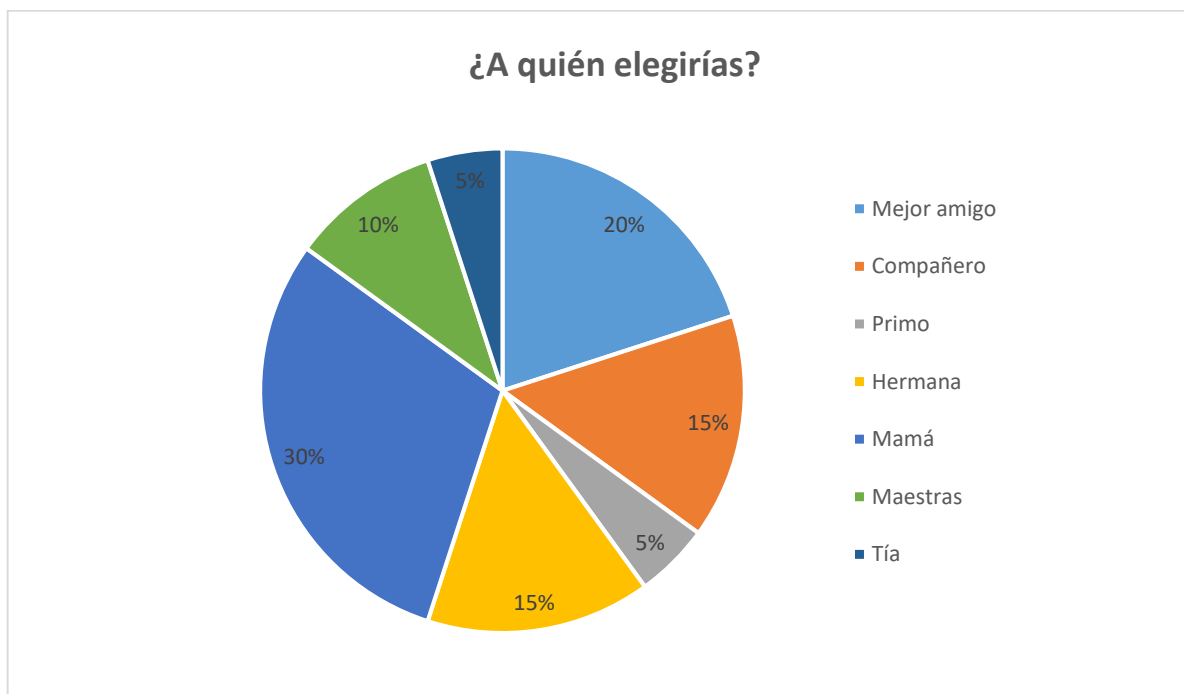
“Expresar con respeto y claridad las emociones y sentimientos, tomando en cuenta a los demás y al contexto, es fundamental para alcanzar una buena autorregulación emocional” (SEP, 2017, p.444).

El expresar las emociones suele ser un tanto complejo si no se ha trabajado el desarrollo de ellas continuamente, los alumnos suelen tener diversos problemas por falta de expresión con la sociedad, pero con diversas actividades de escritura que se han ido desarrollando durante este tiempo los niños han logrado liberar y decir lo

que están experimentando, ya que anteriormente guardaban sus sentimientos hacia lo que pasaba.

Se les planteó una segunda pregunta a los alumnos, esta era la siguiente; si tuvieras que elaborar una receta para otra persona, ¿A quién elegirías? ¿Por qué? Con el objetivo de saber con quién es que se relacionan e interactúa la mayor parte de su tiempo, se le agrego el ¿por qué? para que ellos dieran la explicación de cómo es que han elegido a esa persona para elaborarle una receta.

A continuación, se presenta una gráfica con las respuestas obtenidas en la segunda pregunta:



Evidencia 5.5 Gráfica pregunta 2.

Fuente: Elaboración propia.

En la gráfica podemos observar cómo un 30% de los alumnos se inclinó su respuesta a mamá, las demás son personas muy cercanas a ellos con las que conviven diariamente, se les generó otra pregunta en conjunta con esta que fue el

¿por qué? A lo que la gran mayoría dio respuestas diversas, pero si englobamos cada una de ellas es debido a que principalmente las conocen bien, sienten confianza y un aprecio o cariño especial de alguna manera.

Las relaciones sociales y de amistad que tienen lugar en el aula surgen a partir de las agrupaciones formales impuestas por la institución y de las agrupaciones informales reguladas por las normas establecidas en el seno del grupo (Estévez, 2009, p.47)

El otro 20% los alumnos mencionan a su mejor amigo y un 15% a los compañeros en clases, dando una especificación de que compañero, dando un total de un 35% donde los alumnos prefieren describir a personas con las que han creado un vínculo de amistad, como se menciona anteriormente estas relaciones sociales surgen a partir de las especificaciones que cada uno de ellos tengan, por ejemplo la dependiendo de los gustos afines que establezca cada uno.

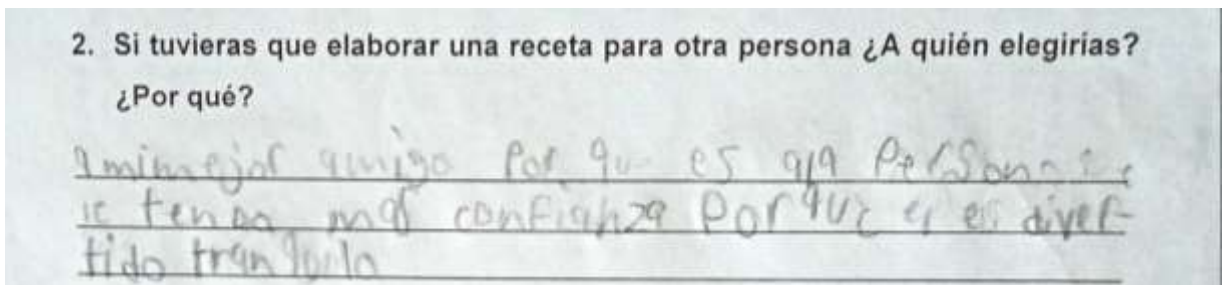
El otro 35% de las respuestas se divide entre personas con la que se relacionan, por ejemplo maestras, tíos, primos, hermanos, estas personas que mencionan son con las que conviven en gran parte del tiempo, porque en las explicaciones los alumnos mencionaban que eran personas con las que jugaban o los cuidaban después del turno de clases y durante clases se relacionan con las maestras.

“Las relaciones de amistad de calidad tienen efectos sumamente positivos en el ajuste en la adolescencia, aunque en algunos casos pueden influir de modo negativo en otros aspectos, en función de las características del grupo de amistades” (Estévez, 2009, p.47).

Las relaciones sociales pueden influenciar en el desenvolvimiento de los alumnos de diversas maneras al igual que el contexto en el que se encuentren, esto puede ser para bien o para mal, pero en el caso de mi grupo las relaciones sociales que

se han ido creado han aportado de manera benéfica a los demás ya que los alumnos tienen mayor confianza para expresar lo que sienten y convivir con los demás.

Posteriormente se encuentra una imagen la respuesta a la pregunta dos de un alumno:



Evidencia 5.6 Respuesta de la pregunta 2 del alumno Diego.

Fuente: Elaboración propia.

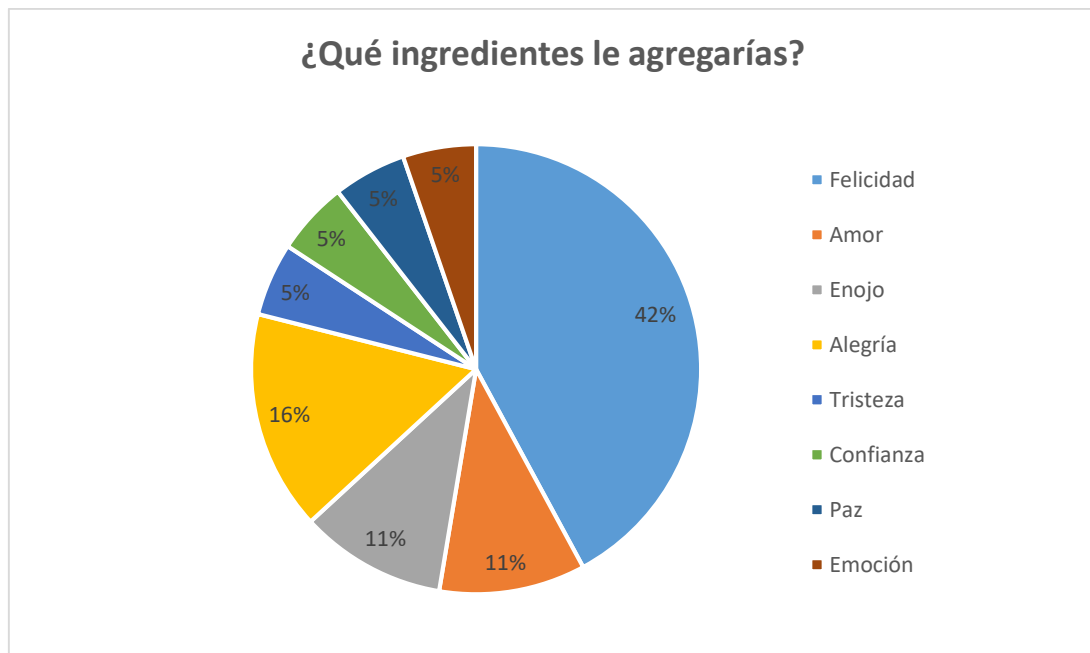
En esta respuesta el alumno menciona que eligió a esa persona debido a que le brinda confianza y es su mejor amigo, considero que esta amistad ayudado a que ambos se desenvuelvan en el ámbito educativo, social y emocional ya que al inicio de las primeras actividades eran alumnos que participaban y convivían poco, en el aspecto de trabajo los alumnos mejoraron la escritura y la calidad

“Las emociones son experiencias corporales que no pueden ser separadas de los contextos socio-culturales en los que nos encontramos” (Belli, 2009, p.28).

Una emoción suele presentarse mediante las experiencias continuas que los niños viven continuamente en su día a día, teniendo así un impacto el cual puede resultar benéfico o contraproducente para ellos, por lo general estas se pueden presentar en diferentes entornos ya sea educativo o cultural pero al final se involucran ya que

en ellos se encuentran diferentes relaciones sociales y cada uno posee distintas culturas.

A continuación se presenta una gráfica de las respuestas de la tercera pregunta:



Evidencia 5.7 Gráfica respuestas de la tercera pregunta.

Fuente: Elaboración propia

En la tercera pregunta se les formuló a los alumnos que en base a la persona que habían elegido en su pregunta anterior ahora deberían escoger ingredientes para la receta de esas personas, cuando se revisaron los trabajos algunos estudiantes escribieron varios componentes para la receta, el que mayormente se repitió fue la felicidad con un 42 %, posteriormente le continúa la alegría, con un 16%, con 11% el amor y de igual manera el enojo, al momento de leer estas respuestas me causó curiosidad que de ocho emociones que los educandos mencionaron solamente una de ellas influye de manera negativa y todas las demás lo hacen de manera positiva, pero en sus respuestas al poner porque le acreditan esos ingredientes a las

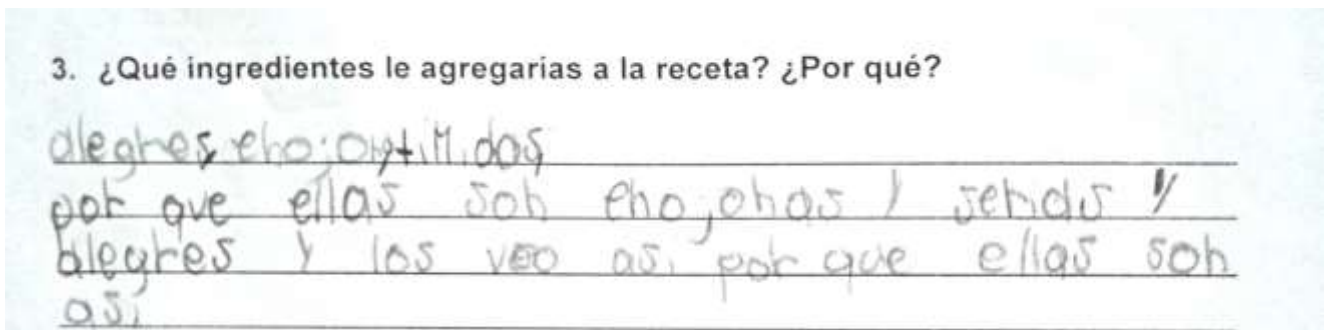
personas la gran mayoría coincidía en sus respuestas porque es la forma en que los miramos y es lo que se percibe de la otra.

Fernández (2009) menciona que:

La percepción emocional consiste en la habilidad para identificar y reconocer tanto los propios sentimientos como los de aquellos que te rodean. Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales de la expresión facial, movimientos corporales y tono de voz. (p.92)

Si bien en el trabajo de los alumnos podemos observar que ha habido un incremento progresivo en el desarrollo de las habilidades socioemocionales de los alumnos, en esta actividad se pudo detectar que además de identificar lo que cada uno de ellos están sintiendo son capaces de reconocer los sentimientos de las personas con las que se relacionan.

A continuación, se presenta una imagen de la tercera respuesta de un alumno:



Evidencia 5.8 Respuestas de la tercera pregunta del alumno Gael.

Fuente: Elaboración propia.

En esta evidencia podemos observar como el alumno menciona los ingredientes que le agregaría a las persona y posteriormente pasa a dar su razón, en la cual redacta que él así es como ve que son las y se desenvuelven en el entorno en el que convive con ellas, haciendo un énfasis en que ellas son así, por tal motivo estoy de acuerdo con Fernández (2009) citado anteriormente ya que el alumno está reconociendo las emociones que emiten las otras personas poniendo en práctica la habilidad de percepción de las emociones.

En esta última actividad pude detectar que los alumnos tuvieron un gran crecimiento en la expresión de las emociones y en su escritura, ya que al inicio cuando se les aplico la actividad diagnóstica a alumnos, se observó en un principio que eran tímidos, poco participativos, en base a sus respuestas ellos eran muy cortos, repetían constantemente lo que ya estaba escrito, existía poca comprensión del texto y en ocasiones no contestaban o su respuesta era “nada”.

En base al diagnóstico se creó la siguiente actividad que era un poco similar al momento de plantear situaciones de su vida cotidiana, pero se decidió que sería así para que los alumnos reconocieran la emoción ellos plasmaran de manera escrita como es que se sienten al instante de experimentarla, como herramienta para poder llegar a la expresión de las emociones de los niños se utilizó la escritura, la cual ayudo en gran medida debido a que los alumnos eran un tanto cerrado y existía poca comunicación entre compañeros.

La comprensión emocional implica la habilidad para desglosar el amplio y complejo repertorio de señales emocionales, etiquetar las emociones y reconocer en qué categorías se agrupan los sentimientos. Además, implica una actividad tanto anticipatoria como retrospectiva para conocer las causas generadoras del estado anímico y las futuras consecuencias de nuestras acciones. Igualmente, la comprensión emocional supone conocer cómo se combinan los diferentes estados

emocionales dando lugar a las conocidas emociones secundarias (Fernández, 2009, p.93)

Después de la aplicación de cada una de las intervenciones realizadas para fomentar la expresión de las emociones a través de la escritura considero que se vio un avance progresivo en el grupo de 5º A de la escuela primaria Prof. Rafael Ramírez, ya que cada una de las actividades fue diseñada para fomentar la habilidad antes mencionada.

En comparación de los resultados obtenidos por intervención, se podría decir que los alumnos fueron escalando para llegar a los resultados que se tienen hoy en día en el grupo, esto se vio favorecido gracias a las actividades diseñadas.

Las actividades estaban diseñadas para fomentar en los alumnos la expresión de los alumnos, se inició planteándoles situaciones de la vida cotidiana con las que estaban relacionados, de esta manera lograrían identificar sus emociones para posteriormente expresarlas, estas actividades tienen como propósito fomentar la expresión emocional.

Sin embargo una herramienta que se utilizó para lograr fomentar la habilidad de la expresión de las emociones fue la escritura, en la que también se vio un crecimiento gradual en los niños, debido a que mejoraron su letra, se redujeron faltas ortográficas, y se tuvo una buena coherencia y redacción en sus textos.

A continuación, se presenta un ejemplo donde se aprecia el crecimiento de los alumnos en la expresión de las emociones

Habilidad	Intervención 1	Intervención 2	Intervención 3
Expresión de las emociones	<p>Las respuestas de su sentir al expresarlo por escrito son las siguientes; nada, ninguna o respuestas muy cortas.</p> <p>La relacion social que los niños tenían era un tanto separada, no todos convivian, pocos hablaban y se batallaba para obtener participacion de parte del grupo.</p> <p>En el aspecto de la escritura tenían muchas faltas de ortografia, asi como no tenían coherencia, algunos no identificaban letras o tenían dificultades para escribir palabras completas o frases.</p>	<p>Se observó un crecimiento en sus respuestas, eran más amplias además los alumnos identificaban las emociones que experimentaban y lo expresaban así como le asignaban un número para mostrar la intensidad de percepción ante la emoción.</p> <p>Los alumnos interactuaban un poco más entre ellos y había mayor participación.</p> <p>En la escritura mejoraron su letra y existían menos faltas de ortografía así como sus respuestas comenzaron a ser más completas.</p>	<p>El progreso de los alumnos a través de cada una de las actividades incremento.</p> <p>Escribieron las emociones con la que se identifica y las expresan continuamente, además de percibir las emociones de las personas que los rodean.</p> <p>La relación entre ellos creció, no se sienten cohibidos, participan frecuentemente y conviven sanamente.</p> <p>La herramienta de escritura ayudo al progreso en la misma y mejoraron su escritura en diferentes ámbitos.</p>

Tabla 2: Comparación de progresión durante las intervenciones. Fuente: elaboración propia.

El proceso que los alumnos tuvieron fue gradual ya que cada actividad era distinta pero con una misma finalidad, que desarrollaran sus habilidades socioemocionales, cabe mencionar que gracias a las diferentes estrategias aplicadas apoyándonos de la herramienta principal que era la escritura se logró avanzar en este aspecto.

La expresión de las emociones ha sido una habilidad socioemocional que se ha fomentado en el transcurso de las actividades propuestas, esta habilidad corresponde a la segunda dimensión que es la de autorregulación, para esto es importante que los alumnos primero reconozcan por lo que están pasando, auto conocerse, lo cual considero que en base a mi diagnóstico algunos de los alumnos reconocían las emociones por las que estaban pasando.

Desde mi perspectiva el avance de los alumnos en el desarrollo de las habilidades socioemocionales fue bueno ya que esto también se vio reflejado no solo en sus actividades escritas si no en la relación que tienen entre compañeros, amigos y maestro, así como en el ambiente del aula ya que esto favoreció al que los alumnos tuvieran mayor confianza, incrementó la participación en clases y el rendimiento académico.

Haciendo así un énfasis en la implementación del desarrollo de las habilidades socioemocionales ya que se podría considerar a las emociones como una parte fundamental para que los alumnos se desenvuelvan de una manera más sana debido a que es importante tomar en cuenta el sentir de los alumnos para tener un buen aprendizaje.

VI. CONCLUSIONES

En este apartado realizo conciencia sobre cada uno de los logros obtenidos mediante la elaboración del portafolio temático, el proceso que se tuvo durante la realización del documento fue bueno, ya que existió un progreso y mejora.

El principal propósito que se buscaba era fomentar la expresión de las emociones en los alumnos de 5º A para lograr eso se utilizó como herramienta de apoyo la escritura además con el propósito que los niños mejoraran su redacción, la habilidad principal que se tomó fue la expresión de emociones.

Se optó por que fuera la expresión de emociones en base a las observaciones realizadas al inicio, se detectó que era una de las habilidades que ellos no hacían presentes en el ámbito social, además que cabe mencionar que se acababa de pasar por la pandemia de COVID-19 en la cual existió un aislamiento social por lo cual solo había relación con familiares más cercanos.

El diseño de cada una de las actividades tomando en cuenta los aspectos principales obtenido a través de la observación y del diagnóstico, se les agregó un grado de complejidad en base a los objetivos que se estaban buscando, conforme se fueron aplicando cada una de ellas se podía observar el avance que los alumnos iban adquiriendo.

Así como también se vio un gran crecimiento en la relación de los alumnos dentro del aula, mostraban mayor interés a las clases así como una participación activa, teniendo presente los valores, por lo que se entabló un clima agradable dentro del salón de clase, durante la aplicación la actitud de los niños era buena, considero que las actividades eran atractivas para ellos.

Desde mi perspectiva, un punto favorable que se desarrolló durante la práctica fue la relación que se tenía maestro-alumno, dado caso, que los alumnos sentían un poco de temor y nervios al dirigirse al maestro por lo que mejor preferían no opinar o comentarse, con ayuda de las actividades aplicadas esto fue mejorando, hasta tener una mejor relación, considero que un aspecto que ayudó fue la manera de relacionarme e involucrarme en las actividades con ellos, creando un buen ambiente en clases.

Un logro más que se adquirió con ayuda de las estrategias propuestas para la realización de las actividades, fue que los alumnos dejaron de ver la escritura como algo aburrido, además de tener cambios más notorios en sus actividades escritas, como mejorar la ortografía y coherencia en los textos redactados, así como también ver a la escritura como un medio de comunicación y con el cual podían expresar sus sentimientos.

Los alumnos aprendieron a tomar la escritura como una herramienta que les permite relacionarse con los demás así como a empezar a demostrar poco a poco sus emociones ante las situaciones que presencian, un aspecto que influyó en el proceso de esto fue el contexto en el que se inició a desarrollar

Por medio de ésta investigación adquirí diversas fortalezas como estudiante, que podré implementar durante mi vida diría, así como también aprendí a buscar áreas de oportunidad que me ayudaran a mejorar mis habilidades, gracias a las retroalimentaciones cálidas y constructivas que me realizaban mis compañeras y asesora logré observar algunos errores que tenía para hacer correcciones y ampliar mi visualización hacia cada uno de los trabajos que se estaba realizando, quedando en mí, diversas competencias como futura docente y estas poderlas aplicar en mi vida cotidiana.

Considero que una de las competencias que adquirí durante la realización de la investigación es *detectar los procesos de aprendizaje de los alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional.*

Si bien el tema de investigación es la expresión de las emociones a través de la escritura, como medio para lograr desarrollar las habilidades utilice la escritura, que fue una gran herramienta, para esto, tuve que crear diversas actividades tomando en cuenta la forma de aprendizaje de los alumnos, para llegar a cumplir el objetivo.

Tomar en cuenta el factor socioemocional en la educación ha sido un tanto complejo, ya que en el salón de clases por lo general se deja a un lado, dándole mayor relevancia a las demás materias, pero esto me ha llevado a saber valorar el impacto que tienen las emociones en el alumno y en las relaciones sociales, por lo general, la relación maestro-alumno suelen tener una influencia muy marcada, porque los niños pasan un gran tiempo en la institución.

Durante el desarrollo de las intervenciones que se realizaron se pudieron detectar diversas áreas de mejora, como es no dejar a un lado el aspecto emocional en los niños, brindar un poco de atención y tiempo para que los alumnos puedan expresar lo que sienten, así como brindarles la confianza de que pueden acercarse al maestro y contarle sobre sus problemas, crear actividades en las que de manera implícita se aborden las emociones.

Por mi parte pienso que estoy aportando a la sociedad esperando que los alumnos logren la expresión de las emociones así como ser personas que tomen en cuenta cada uno de los aspectos socioemocionales y esto a su vez los regulen de una manera que no logren afectar su toma de decisiones ante diversas situaciones.

Dentro de lo bueno y lo malo se debe destacar que el prevalecer y saber cómo reaccionar ante cualquier dificultad siendo capaces de demostrar que podemos ser

innovadores, brindar estrategias para la resolución de problemas además de ser positivos ante las diversas situaciones que se puedan estar experimentando.

El trabajo como docente es guiar a los demás individuos para que logren sus metas, dándoles herramientas que apoyen a sus propósitos, así como buscar estrategias que implementen día a día, dejando así una pequeña huella en ellos como personas de bien en la sociedad que se desenvuelve.

VII. VISIÓN PROSPECTIVA

El lograr completar un sueño para mí tiene gran significado, ya que al final una meta que veía muy lejana por fin se está cumpliendo, la labor de ser docente implica un gran trabajo y ser constante en las diversas actualizaciones que surjan, además de ser una profesión noble y verdaderamente hermosa que cada vez logra enamorarme y poner vocación en mi profesión.

El realizar un portafolio es un arduo trabajo sin embargo a través de él pude tener diversos logros como lo que fue crecer como persona pero también profesionalmente, adquiriendo diversas competencias y habilidades así como conocimientos, el trabajo siempre fue constante y gracias a eso pude diferenciar mis fortalezas y debilidades, de igual manera crear áreas de oportunidad para poder culminar el trabajo.

Sin embargo, el trabajo no lo realicé sola pude construirlo con el apoyo de mi compañeras asesoradas y mi asesora en las cotutorías logré identificar aquellos errores, pero si bien ellas me ayudaron a no rendirme, a no darme por vencida porque aunque en ocasiones el trabajo fuera mucho y complejo, sus comentarios de retroalimentación hicieron que creciera en el ámbito educativo y esas debilidades se convirtieron en nuevas habilidades obtenidas.

Al trabajar la expresión de las emociones con los alumnos se lograron diversos factores que fueron de gran provecho en la educación, uno de ellos fue entender la relación que se tiene alumno-maestro ésta en ocasiones, puede ser un poco compleja porque no todos los individuos piensan y actúan como los demás ya que experimentan emociones diversas según la situación, otro factor fue que los alumnos lograron tener una relación más cercana hacia mí, ya que cuando recién se iniciaban las jornadas de prácticas ellos se sentían un poco tímidos, pero ahora se creó un vínculo afectivo

Pero este también me llevó a darme cuenta que no solo los niños deben de estar bien, si no que dependiendo de cómo un docente se sienta al momento de impartir la clase, esta se verá influenciada por la emoción, además me ayudó mucho a desarrollar también diferentes habilidades socioemocionales y ser consciente de tomar en cuenta el sentir de niños.

Si bien algo de debo mejorar es estar en constante actualización, leer sobre los temas y recursos de apoyos que se deben tener así como ponerme retos a lograr, además de aprovechar al máximo mi conocimiento, aprender más sobre mis alumnos para tomar eso en cuenta sobre las actividades y estrategias que se pretendan aplicar para lograr el desarrollo de diferentes habilidades y competencias que ellos puedan adquirir.

La visión que tengo a partir de la investigación realizada y plasmada en el documento, es hacer un énfasis en el aspecto emocional, conocer a los alumnos y su sentir, su pensar ante diversas situaciones en las que se puedan ver implicados, así mismo, hablar con los padres de familia sobre actividades que se puedan implementar en el hogar, así como también que los niños aprendan a diferenciar las situaciones que se les presenten y en consecuencia tengan reacciones favorables a cada una de ellas.

Por otro lado en para fomentar la expresión de las emociones se tomara en cuenta la escritura y el impacto que tiene en los alumnos, enseñarlos que a través de ella podemos lograr grandes cosas, una de ellas y muy importante desarrollar la comunicación porque gracias a la escritura podemos relacionarnos de manera escrita y dar a conocer lo que pensamos, enseñar también a los infantes que valoren los recursos que se les brindan en la educación para que ellos sean personas de bien y puedan triunfar en un futuro.

Fomentar la escritura en cada uno de los individuos es algo que también quiero lograr, además que esta nos ofrece diferentes beneficios en nuestra vida diaria, ya

que gracias a ella podemos disfrutar de diversos textos escritos en los que nos hablan sobre pequeñas historias y seguir inspirando a cada uno de ellos para que escriban, esto lo pueden hacer de poco a poco, buscando estrategias que ayuden a incrementar el gusto por la actividad.

Algo que aprendí es que el ser maestro tiene cierto grado de complejidad y no solamente es presentarse frente a grupo, porque no estás trabajando con máquinas, estás trabajando con personas que sienten, se emocionan, se entristecen, se estresan, conviven, se relacionan entre sí, tienen problemas y en ocasiones el único lugar que les genera paz y entusiasmo es la escuela, entonces te conviertes en el encargado de generar conocimientos pero también en preocuparte y saber cómo están, para posteriormente brindarles herramientas que ellos puedan utilizar para sobresalir.

Gracias a las prácticas realizadas, he ganado experiencia así como también logre crecer profesionalmente de igual manera que en el ámbito personal, aprender de los alumnos también es grato, pero sobre todo aprendí que debo valorarme como persona así como también tener en cuenta mis emociones y estas a su vez regularlas y manejarlas para ser una persona con salud emocional y mental estable que contribuye en el bien sobre la sociedad.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barrios Fernandez, S. (2018). Interocepción el octavo sentido. Ocupatea.
- Belli, S. Harré, R. y Íñiguez, L. (2010). Emociones y discurso. Una mirada a la narrativa científica de la construcción social del amor Prisma Social, núm. 4, pp. 1-45.
- Bisquerra, R. (2011). Educación emocional. Padres y maestros. Nº 337
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su propuesta en práctica. Revista de la asociación de los inspectores de educación en España.
- Bourdin, G. (2016). Antropología de las emociones: conceptos y tendencias Cuicuilco. Revista de Ciencias Antropológicas, vol. 23, núm. 67.
- Cano, M., Sandra, R. y Zea, M. (2012). Manejar las emociones, factor importante en el mejoramiento de la calidad de vida Revista Logos, Ciencia & Tecnología, vol. 4, núm. 1, pp. 58-67.
- Cassany, D. (2001). Explorando las necesidades actuales de comprensión aproximaciones a la comprensión crítica. Lectura y vida.
- Chóliz, M. (2005). Psicología de la emoción: el proceso emocional.
- Espinoza, A. (2014). La escritura como herramienta de inserción social. Atenas, vol. 1, núm. 25, pp. 28-45.

Estévez, E; Martínez, B. y Jiménez, T. (2009). Las Relaciones sociales en la Escuela: El Problema del Rechazo Escolar. *Psicología Educativa. Revista de los Psicólogos de la Educación*, vol. 15, núm. 1, pp. 45-60.

Fernandez, A., Dufey, M. y Mourgues, C. (2007). Expresión y reconocimiento de emociones: un punto de encuentro entre evolución, psicofisiología y neurociencias. *Revista Chilena de Neuropsicología*, vol. 2, núm.1. pp. 8-20.

Fernández, p. (2009). La inteligencia emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de formación del profesorado*. N. 66, pp. 85-108.

Fernández, P. y Berrocal, N. (2009). La Inteligencia Emocional y el estudio de la felicidad. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 85-108.

Fierro, C., Fortoul, B. y Rosas, L. (1999) Transformando la práctica docente: una propuesta basada en la investigación-acción. *Paidós*.

Freire, P., (2004). Saberes necesarios para la práctica educativa. *Pedagogía de la autonomía*.

Fontana, A. (2007) Construir la escritura *Propuesta Educativa*, núm. 28, pp. 111-115.

García, B. (2018). Las habilidades socioemocionales, no cognitivas o “blandas”: aproximaciones a su evaluación. *Revista Digital Universitaria* Vol. 19, Núm. 6.

Gonzalvez, A. y Marlin A. (2016). El contexto, elemento de análisis para enseñar. *Zona Próxima*, núm. 25, 2016, pp. 34-48. Hernández, P., Hermes, F.- Méndez, Ch. y Gusmary, C. (2018). Estrategias de comprensión lectora: experiencia en educación primaria. *Educere*, vol. 22, núm. 71, pp. 107-115.

Ibáñez, N. (2002). Las emociones en el aula. *Estudios Pedagógicos*, núm. 28, pp. 31-45.

Isern, S. (2016) El emocionometro del inspector Drilo. *Identifica, mide y regula tus emociones*.

López, È. (2005) La educación emocional en la educación infantil. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. vol. 19, núm. 3, pp. 153-167.

López, J. (2018). La Expresión y comunicación de las emociones como base de la creatividad. *Asociación Internacional de Expresión y comunicación Emocional*.

Mahler, K. (2015). *Interoception the eight sensory system*. Kansas: APC Publishing.

Martinez Cañellas, A. (2008). *Psicología del color. Plástica dinámica*.

Molina, C. (2019). *Colores y emociones*. Psicología.

Mulsow, G. (2008). Desarrollo emocional: impacto en el desarrollo humano. *Educação*, vol. 31, núm. 1, pp. 61-65.

Oyarzún, G., Estrada, C., Pino, E. y Oyarzún M. (2012). habilidades sociales y rendimiento académico: Una mirada desde el género.

Rodríguez, A. y Wanda C. (1999). El legado de Vygotsky y de Piaget a la educación. *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 31, núm. 3, pp. 477-489.

Rodriguez, G; Juárez, C. y Ponce, M. (2011) La culturalización de los afectos: Emociones y sentimientos que dan significado a los actos de protesta colectiva. *Interamerican Journal of Psychology*, vol. 45, núm. 2, pp. 193-201.

Ruiz Bueno, J. y Gómez Milán, E. (2000) El rompecabezas del cerebro: la conciencia.

Sánchez, A., Boix, J. y Jurado, P. (2009). La sociedad del conocimiento y las tics: una inmejorable oportunidad para el cambio docente. Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación, núm. 34, pp. 179-204.

SEP. (2017). Educación socioemocional. Aprendizajes claves para la educación integral. pp. 422-501.

Serrano, J. (2016). Internet y emociones: nuevas tendencias en un campo de investigación emergente. Revista científica iberoamericana de comunicación y educación. No. 46. pp. 19-26.

Torres, L. y Rdríguez, N. (2006). Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios Enseñanza e Investigación en Psicología, vol. 11, núm. 2, pp. 255-270.

Velázquez, L. y Rodríguez, N. (2006).Rendimiento académico y contexto familiar en estudiantes universitarios Enseñanza e Investigación en Psicología, vol. 11, núm. 2, pp. 255-270.

IX.ANEXOS



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SAN
LUIS POTOSÍ
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PRIMARIA
ACTIVIDAD 1. DIAGNÓSTICO
DOCENTE EN FORMACIÓN: AILEEN ANAID BARRIENTOS TOVAR



¿QUÉ HARÍA YO?

Indicaciones:

A continuación se presentan dos situaciones basadas en la vida cotidiana. Lee con atención sobre cada una de ellas y posteriormente contesta las preguntas como si fueras tú el que las está experimentando.

SITUACIÓN 1	Si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías? ¿Por qué?	¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?	¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas y qué nombre le pondrías?
El día de hoy me encuentro en el parque a punto de realizar mi primera competencia de atletismo a nivel nacional, veo a mis otros compañeros y analizo su movimientos, así como también las caras de cada uno de los participantes mientras realizan sus ejercicios de calentamiento y dan las indicaciones para que la carrera comience. Me ubico en la línea de salida, se escucha el silbatazo y comienzo a correr y correr para lograr mi meta; corro y corro dándolo todo sin mirar hacia atrás y cuando menos lo espero ¡cruzo la meta siendo el ganador! Se truenan las bombas cayendo confeti por todos lados y el momento de la			

premiación es muy especial para mí, ya que mis padres están ahí viendo he logrado mi meta y que todo el esfuerzo ha valido la pena.			
---	--	--	--

SITUACIÓN 2	Si tú estuvieras ante esta situación, ¿Cómo te sentirías? ¿Por qué?	¿Qué sensaciones te provoca el imaginarte ante esta situación?	¿En qué parte de tu cuerpo las experimentas y qué nombre le pondrías?
Ya no quiero ir a la escuela porque mis compañeros se burlan, me agreden continuamente y me ponen apodos. Estos hechos no los he comentado con nadie ya que si lo hago creo que las cosas pueden empeorar, pero no puedo seguir ocultando lo que me pasa pues mis papás me presionan siempre para que les diga lo que tengo, así que decidí platicarles y ellos asistieron a la escuela para notificar a la directora sobre lo que está ocurriendo. Cuando regresé a mi salón todo parecía estar normal, pero a la hora de la salida me topé con algunos de mis compañeros y me atacaron, y por esta razón mis padres decidieron llevarme a una nueva escuela.			

Anexo 1: Diagnóstico ¿Qué haría yo?

Fuente: Elaboración propia.



Paletas de engañosas

A continuación se te plantean 5 situaciones, debes de identificar la paleta que corresponde a cada situación, las paletas representan gráficamente la situación que se presenta, posteriormente tendrás que contestar la pregunta.

Situación	Paleta	¿Por qué expresas esa emoción?
Lo mejor que me paso el día de hoy fue a ver sacado la calificación de 10 en la materia de matemáticas y así mis padres me darán permiso de salir a jugar con mis amigos.		
Mi primo agarro mi bicicleta sin permiso yo la quiero utilizar y ahora no poder pasearme con mis hermanos, debe de avisarme y ser más consciente de lo que hace, además de esto mis papas me regañaron por no sacar buenas calificaciones.		
El día de hoy tengo un examen muy importante, con este examen elegirán a las personas que deben de ir a competir y demostrar que son los más inteligentes,		

pero no me siento preparado y no estudie muy bien.		
En la mañana que desperté mi perrito había fallecido, él era mi mejor amigo, siempre me entendía y estaba conmigo, no sé qué are sin él.		
Ayer la maestra menciona que los tres mejores promedios serian merecedores de un viaje al zoológico y acaba de dar mi nombre.		

Anexo 2: Paletas engañosas.

Fuente: Elaboración propia.



EMOCIONO METRO

Indicaciones:

La flecha que se te entregara deberás de pegarla en el centro donde se encuentra la estrella con la punta de la flecha indicaras la emoción que estas sintiendo.

Colorear el número del 0 al 1 según sea la intensidad con la que sientes la emoción.



En base a la emoción que marcaste en tú emocionometro tendrás que contestar las preguntas de la tabla:

¿Por qué te sientes así?	¿Qué puedes hacer para controlar tu emoción?

Anexo 3: Emociono metro.

Fuente: Elaboración propia.



BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE
SAN LUIS POTOSÍ
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN PRIMARIA
ACTIVIDAD 4
DOCENTE EN FORMACIÓN: AILEEN ANAID BARRIENTOS TOVAR



HISTORIA QUE NACE DEL CORAZÓN

Indicaciones:

En el corazón que se te entrega deberás escribir las emociones que has sentido durante estos días, con las emociones que tienes escritas en el corazón deberás crear una pequeña historia utilizando cada una de las emociones, a esa historia le deberás agregar un título, personajes, nombre del autor, así como también inicio, desenlace y cierre, además de agregar un dibujo representativo a la historia.





COCINERO DE LA ESCRITURA

Indicaciones:

Imagina que eres un cocinero de la escritura, deberás elegir una serie de ingredientes estos corresponderán a las emociones, posteriormente escribe cada uno de los pasos que sigues al momento de experimentarlas y contesta las preguntas.

Ingredientes	Pasos

1. ¿Por qué has escogido estos ingredientes?

**2. Si tuvieras que elaborar una receta para otra persona ¿A quién elegirías?
¿Por qué?**

3. ¿Qué ingredientes le agregarías a la receta? ¿Por qué?

Anexo 5: Cocinero de la escritura.

Fuente: Elaboración propia.