



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

TITULO: “Estrategias de autorregulación para favorecer la inteligencia emocional en las alumnas de 3° de primaria”.

AUTOR: Elizabeth del Carmen Hernández Alemán

FECHA: 26/10/2021

PALABRAS CLAVE: Emociones, Posgrado, Autorregulación, Primaria, Profesionalización

**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



2020

**“ESTRATEGIAS DE AUTORREGULACIÓN PARA FAVORECER LA
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LAS ALUMNAS DE 3° DE PRIMARIA”**

PORTAFOLIO TEMÁTICO

PARA OBTENER EL TÍTULO DE MAESTRA EN EDUCACIÓN PRIMARIA

PRESENTA:

ELIZABETH DEL CARMEN HERNÁNDEZ ALEMÁN

ASESOR (A):

LAURA ELENA SEGURA RODRÍGUEZ

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DEL 2020



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

**A quien corresponda.
PRESENTE. –**

Por medio del presente escrito Elizabeth del Carmen Hernández Alemán

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

Estrategias de autorregulación para favorecer la inteligencia emocional en las alumnas de 3° grado de primaria

En la modalidad de: Portafolio temático para obtener el título de: Maestría en educación primaria, en la generación: **2018-2020**, 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 25 días del mes de octubre del 2021

ATENTAMENTE.

Elizabeth del Carmen Hernández Alemán

NOMBRE Y FIRMA

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES



BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
DIVISIÓN DE ESTUDIOS
DE POSGRADO
SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

San Luis Potosí, S.L.P., noviembre 28 de 2020.

Los que suscriben, integrantes de la Comisión de Conversaciones Públicas y Tutor(a) del Portafolio Temático, tienen a bien

DICTAMINAR

Que el(la) alumno(a): **ELIZABETH DEL CARMEN HERNÁNDEZ ALEMÁN**

Concluyó en forma satisfactoria, y conforme a los lineamientos técnicos y académicos, el documento de portafolio temático titulado:

ESTRATEGIAS DE AUTORREGULACIÓN PARA FAVORECER LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, EN ALUMNAS DE UN TERCER GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA.


A resolución de los suscritos, y una vez llevada a cabo la fase de lectura del portafolio temático, así como su presentación en la conversación pública, se determina que reúne los requisitos para la obtención del grado de **Maestra en Educación Primaria**.

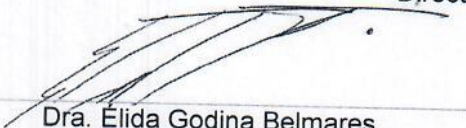
Atentamente

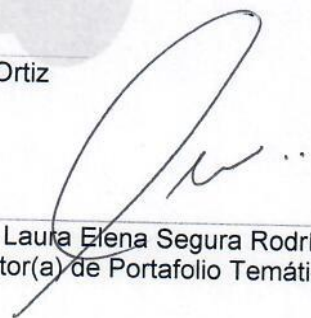
LA COMISIÓN



BENEMÉRITA Y CENTENARIA
ESCUELA NORMAL DEL ESTADO
DIVISIÓN DE ESTUDIOS
DE POSGRADO
SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.


Dr. Francisco Hernández Ortiz
Director General


Dra. Érida Godina Belmares
Directora de Posgrado


Mtra. Laura Elena Segura Rodríguez
Tutor(a) de Portafolio Temático

“2020, año de la cultura para la erradicación del trabajo infantil”.

ÍNDICE

CARTA AL LECTOR	6
1. DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO INTERNO Y EXTERNO	12
1.1 Grupo de estudio	12
1.2 Características de desarrollo personal y social del alumno.	15
1.3 Diagnóstico de la problemática	21
2.- HISTORIA PERSONAL Y PROFESIONAL	24
2.1 El camino de la vida.	24
2.2 La gran aventura de ser docente	28
3.- CONTEXTO TEMÁTICO	32
3.1 Descripción de la problemática: ¿Cómo interviene la falta de control emocional dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje?	32
3.2 ¿De dónde surge el interés por comprender el mundo de las emociones?	34
3.3 La autorregulación como problemática	36
3.4 Orientaciones teóricas acerca de la autorregulación emocional	39
3.5 Factores que intervienen en la investigación	42
3.6 Importancia y relevancia de la investigación	44
3.7 Ventajas del estudio de la inteligencia emocional	46
4.- MI FILOSOFÍA DOCENTE	47
5.- RUTA METODOLÓGICA	52
5.1 La investigación como factor de transformación de la práctica docente	52
5.2 La investigación cualitativa	53
5.3 Aportes de la investigación-acción para el favorecimiento del control emocional	55

5.4 La investigación formativa como parte del cambio de la práctica docente	56
5.5 Construcción del portafolio temático	57
5.5 El protocolo de focalización como herramienta de transformación	60
5.6 El ciclo reflexivo de Smyth	61
5.7 El grupo de tutoría y mi desarrollo profesional	62
5.8 Reflexionando sobre la importancia de la investigación en la educación	64
6.- ANÁLISIS DE LA PRÁCTICA	65
6.1 Primer análisis: Navegando en mis emociones	65
6.2 Segundo análisis: Conociendo el corazón de un niño	78
6.3 Tercer análisis: Las emociones en el mundo real	90
6.4 Cuarto análisis: Construyendo la inteligencia emocional	102
6.5 Quinto análisis: Una visión de vida a través de las emociones	113
7.- CONCLUSIONES	127
8.- VISIÓN PROSPECTIVA	132
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	135
ANEXOS	138

CARTA AL LECTOR

Bienvenido amable lector, a través de este documento me dirijo a usted de la manera más atenta dando una breve, pero significativa presentación de lo que estará leyendo. A lo largo de la investigación formativa que realicé durante el recorrido de mi profesionalización docente, que estuvo bajo un proceso reflexivo ininterrumpido, en donde la mejora de los aprendizajes de los alumnos, así como la propia, se pueden ver reflejados en cada una de las secciones de este portafolio, por lo que invito a dar lectura a los siguientes párrafos.

Este Portafolio Temático es el resultado de la reflexión de mi práctica durante el posgrado. Su construcción se deriva de las necesidades actuales de la sociedad, que se vieron reflejadas dentro del grupo de tercer grado de primaria, donde desarrollé mi práctica docente. Mi interés se centró en el favorecimiento de la adquisición de habilidades emocionales de las alumnas para el desarrollo de la inteligencia emocional, proceso que se ve reflejado a lo largo de los análisis que conforman el presente portafolio.

La problemática que presentó el grupo fue evidente, al inicio del ciclo escolar el grupo de tercer grado mostró características muy particulares, que me hicieron visualizarlo como: el grupo más difícil hasta el momento dentro de mi experiencia docente, comencé como nueva en la institución donde llevé a cabo la investigación, siendo de tipo privada y exclusiva para niñas, esto no me permitía comprender si las alumnas se habían comportado de esa manera siempre o sólo conmigo porque no me conocían.

Logré percibir al grupo de alumnas con conductas disruptivas, sin control y conciencia de sus acciones, poca tolerancia a la frustración al intentar resolver un problema inmediato, no respetaban acuerdos e indicaciones, y tampoco daban señales de saber trabajar en equipo, relacionarse les costaba trabajo, fue así como se determinó que su falta de autorregulación era evidente, entonces comencé por conocer, valorar e interpretar sus emociones.

Por tanto, los propósitos que planteé para la investigación fueron los siguientes:

- Profesionalizar mi práctica docente mediante la implementación de estrategias de autorregulación que permitan favorecer las habilidades socioemocionales en mis alumnas de tercer grado de educación primaria.
- Favorecer el desarrollo de las habilidades socioemocionales en mis alumnas de tercer grado mediante el diseño de diversos espacios para la convivencia.

Para lograr estos propósitos, inicié con la búsqueda de aquellos fundamentos adecuados que me permitieran el diseño de estrategias y de situaciones didácticas para el grupo. Busqué así incrementar mis habilidades docentes bajo diversas modalidades para llevar a cabo mi intervención con el fin de atender las necesidades de todas las alumnas.

Parte esencial de este portafolio, fue contar con un fundamento que le diera sustento al tema de investigación, es por ello que dentro de mi intervención pedagógica me apoyé primeramente en los elementos curriculares y orientaciones del Programa Aprendizajes Clave (2017), respecto a la intervención didáctica y pedagógica para privilegiar el desarrollo de las habilidades socioemocionales de las niñas como complemento de los aprendizajes esperados.

El teórico base, que me permitió fundamentar mi trabajo de intervención fue Goleman (1995). Los planteamientos de este autor me permitieron entender que las habilidades emocionales son el medio por el cual el niño desarrolla lo necesario para lograr convertirse en alumnas autónomas y con capacidades que fortalecen sus área personal y social, al punto de lograr autorregularse.

Sin embargo, al seguir investigando reflexioné que existían teorías recientes que complementan lo planteado por Goleman (1995), por lo que otro de los autores que favoreció el desarrollo de este portafolio fue Gardner (2000), quien bajo sus estudios sobre “La inteligencia emocional”, me permitió concretar aquellas estrategias que ayudarían a las alumnas a lograr favorecer su autorregulación mediante el conocimiento de sí mismas.

Además de ello, era necesario incluir dentro del portafolio a los autores que se han dedicado al estudio del desarrollo de los niños, en el caso particular de esta investigación, al tener una temática con base a las características personales de cada niña, era imprescindible entenderlas desde perspectivas más específicas.

Es por esa razón que, para estudiar el desarrollo de las alumnas, se integraron a la investigación algunos autores como Dorothy Cohen (2000), quien determinó que “alumnas de entre ocho y nueve años, para mantener la atención requieren motivación, ya que es común que en esta edad empiece la a renuencia ante las reglas debido a que se sienten confundidas entre el poder seguir actuando como pequeñas o comenzar a actuar como adolescentes”. (p.225)

Dichas investigaciones se complementaron con las investigaciones realizadas por Piaget (1920) quien bajo su teoría de las “Etapas del desarrollo del niño”, me permitió analizar que las alumnas “al adentrarse en la etapa operacional, un conocimiento sería concreto al relacionarlo con una experiencia que resulte importante para la ellas”. (p.98), lo que me llevó a determinar que era necesario trabajar con elementos vivenciales adecuados para lograr un aprendizaje significativo en las niñas.

Al ya tener una base teórica, en referencia a los estudios anteriores, se comenzó a desarrollar la investigación, integrándose así los apartados necesarios que demostraran la práctica y fundamentos utilizados para atender la problemática focalizada; Es por eso que me permito explicarles que es lo que enriquece cada uno de ellos.

El documento consta de los siguientes apartados: Historia de vida personal y profesional, filosofía docente, contexto interno y externo, contexto temático, ruta metodológica, análisis de la práctica, conclusiones y visión prospectiva.

En el apartado sobre el contexto interno y externo, presento una descripción acerca de las características más importantes sobre la institución donde se llevó a cabo la investigación, así como los del grupo donde se determinó la problemática a atender mediante este documento. Se tomaron en cuenta todos aquellos factores del

entorno que pudieron llegar a influir dentro del comportamiento y desarrollo de las alumnas tales como: servicios que ofrece la escuela, espacios con los que cuenta, su organigrama y el ambiente de trabajo que se tiene.

En el caso particular de esta investigación, fue importante dentro del apartado mencionado, tomar en cuenta la cultura, intereses, así como actividades de las familias de las alumnas y su forma de vida ya que, al estar estudiando el comportamiento de las alumnas, es relevante cada factor que conforma la personalidad de cada una de ellas.

Dentro del apartado sobre la historia de vida personal y profesional, expongo aquellos datos y características que le permitan al lector conocerme desde dos perspectivas que conforman mi manera de ser, pensar y actuar, así como los motivos que me llevaron a profesionalizarme.

Por medio del apartado sobre la filosofía docente puedo describir aquellas experiencias que fueron formando mi convicción como maestra, mi visión a cerca de la educación actual, y los ideales que guían mi trabajo, para lograr un cambio de impacto social en los alumnos que trascienda más allá del salón de clases.

Para continuar, presenté ante el lector la ruta metodológica, en el cual describo el tipo de investigación que fundamenta este portafolio temático, se hace mención de las etapas para la reflexión y análisis de mi práctica docente con el apoyo de mi equipo de cotutoría que a partir de sus comentarios se busca enriquecer mi desempeño docente.

Para continuar, presento uno de los apartados que más importantes del portafolio temático, el análisis de las prácticas, donde puedo describir mediante el proceso del ciclo reflexivo de Smyth (1993), las intervenciones pedagógicas que pude llevar a cabo para atender la problemática detectada, incluyendo las experiencias que tuve en las diferentes narrativas, analizando los artefactos y evidencias recolectadas, los incidentes críticos que surgieron y la manera en que se llevaron a cabo las adecuaciones a los procesos de enseñanza, así como también se ve reflejado el crecimiento profesional y personal tanto de las alumnas como el propio.

Para que el lector pueda visualizar el cumplimiento de propósitos de acuerdo a la investigación realizada, se incluye dentro del portafolio el apartado de conclusiones, en donde expongo aquellos aprendizajes tanto para mí como docente, así como los logros obtenidos en las alumnas, y como a través de ello se pudo dar respuesta a la pregunta planteada al inicio de la investigación.

Para finalizar se incluye el apartado de visión prospectiva, donde puedo plantear al lector la visión que tengo a futuro como docente, el crecimiento que tuve a partir de mi profesionalización y aprovechar los conocimientos obtenidos al momento para lograr un cambio de impacto social que trascienda y que me ayude a enfrentar mis futuros retos docentes.

La oportunidad de construir un portafolio temático, no sólo me ayudo a ser una docente con una visión más abierta analítica y reflexiva, pues también me llevó a descubrir aquellas áreas de oportunidad que muchas veces no somos capaces de enfrentar por temor a las críticas o por encerrarnos en el pensamiento que dentro de lo que pasa en el salón de clases solo debe de actuar el docente a cargo.

Fue dentro de este proceso que aprendí que el compartir experiencias profesionales, ya que el reflexionar y analizar puede enriquecer la práctica e incluso permitirme innovarla a través de las aportaciones de compañeros profesionales y del propio reconocimiento dentro de mi labor docente.

Sin embargo, también pude identificar las fortalezas que me ayudaron a profesionalizar mi práctica y emprender un camino de crecimiento, preocupada no sólo por los conocimientos sino también por las emociones de sus alumnas y orgullosa de ver los logros de cada una de ellas, lo que permitió que, tanto a mí como a ellas, obtuviéramos mayor seguridad, autonomía y conocimiento de sí mismas.

Es así como invito al lector a profundizar en este portafolio, esperando de esta manera poder contribuir a la formación de otros docentes, quienes se encuentran en la búsqueda de prácticas innovadoras con las cuales puedan enriquecer a sus alumnos para el logro de mejores aprendizajes dentro del aula además de la

formación socioemocional que todo alumno debe de tener, considerando que es importante que primeramente sea el docente quien esté emocionalmente preparado para acompañar al alumno en la construcción de sus nuevos aprendizajes esperados.

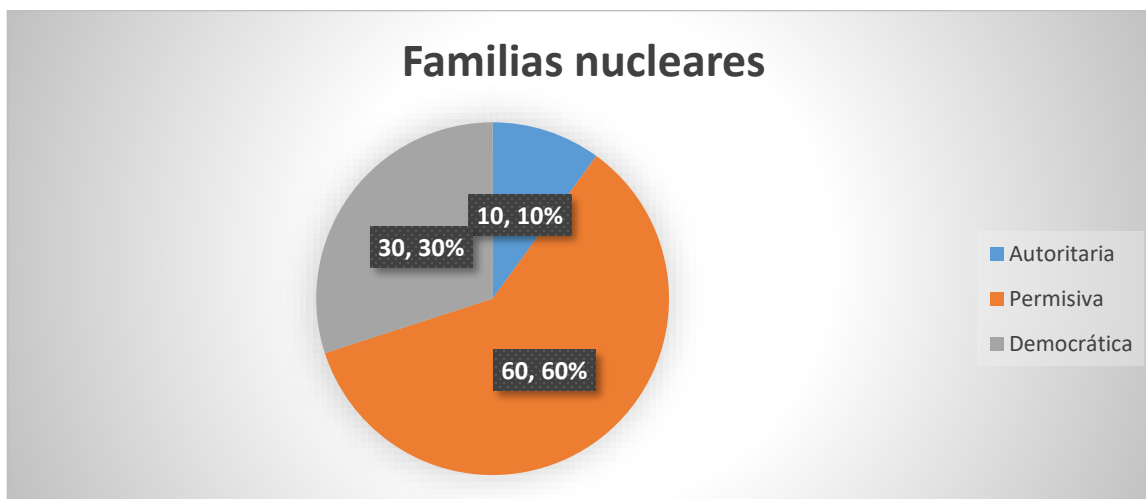
Me despido no sin antes agradecer el tiempo y espacio que tendrá a bien invertir en la lectura de esta investigación formativa en donde podrán descubrir el logro de los propósitos, conocerán el proceso de formación docente mismo que alcancé gracias a las intervenciones y la reflexión de mis prácticas profesionales y lo más importante querido lector, leer y prepararse cada día enriquece el conocimiento, pero profesionalizarnos enriquece el futuro por medio de nuestro trabajo con los alumnos.

1. DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO INTERNO Y EXTERNO

1.1 Grupo de estudio

La población dentro del cual se detectó la problemática determinada, pertenece al grado de 3° año de primaria, específicamente al grupo “A”; está compuesto por 24 alumnas de entre 8 y 9 años de edad, todas de religión católica y nacidas en San Luis Potosí, dentro de las cuales existe una alumna con déficit de lento aprendizaje, que le hace presentar capacidades motrices y cognitivas a bajo nivel, diagnosticada por lo que cuenta con una psicóloga como maestra sombra.

Todas las alumnas pertenecen a familias nucleares, ya que, por políticas del colegio, cimentadas dentro de la educación católica, no se aceptan a familias separadas con alguna situación problemática; las familiares nucleares, a su vez, según el texto de “Familia, escuela y desarrollo humano” de Meza (2016, p. 115) se dividen de la siguiente manera, determinado por datos proporcionados por la directora de área:

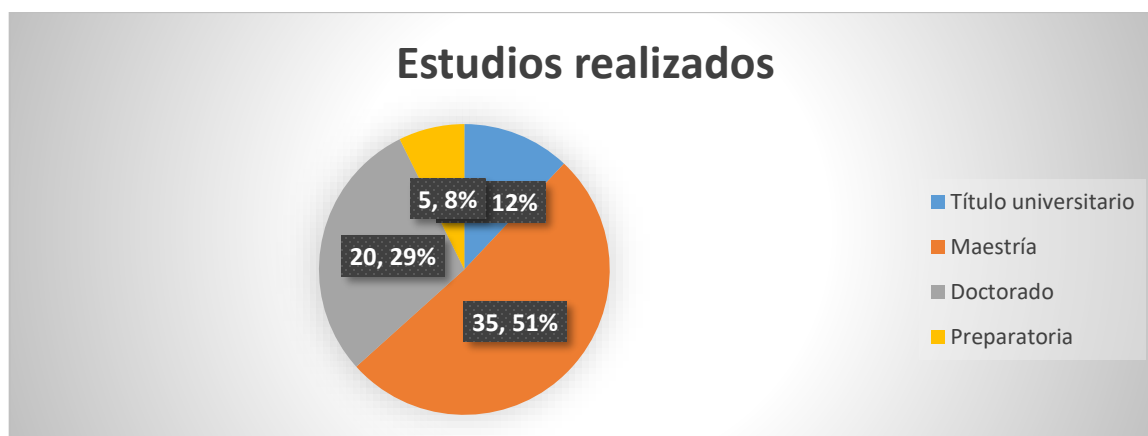
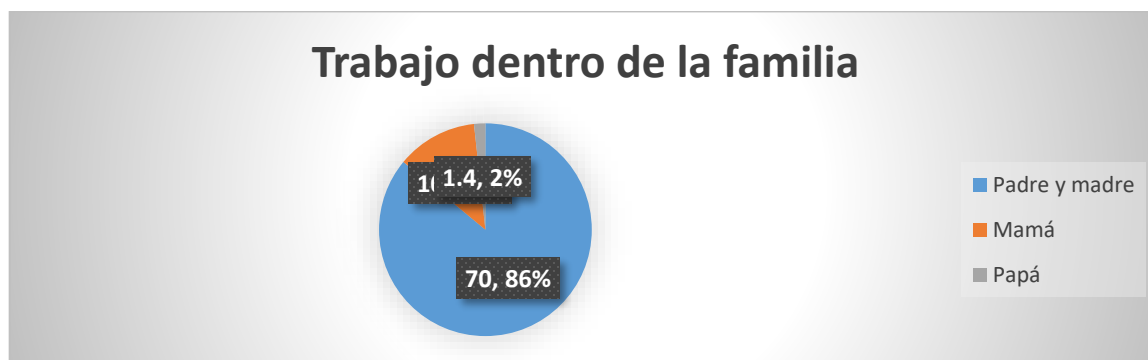


Gráfica 1: Tipos de familias de las alumnas, creación propia (14/09/19)

Como se puede observar dentro de la gráfica anterior, la mayoría de las familias se muestran de tipo permisivas, por lo que no están presentes dentro de la vida de las

alumnas de manera constante, o bien lo están, pero fomentan de una manera muy ligera una figura de autoridad que favorezca la mejora de comportamiento de las alumnas.

Dentro de esas familias, bajo los mismo datos proporcionados por la directora de área se pudo determinar que la escolaridad de los padres en su mayoría, llegan hasta título universitario, y en un porcentaje específico, cuentan con maestría, es importante mencionar que, de cada pareja de padres, en mayor proporción ambos se dedican a trabajar fuera de casa, en distintas labores como empresarios, diputados, doctores, y comercializadores independientes, arrojando como resultado las siguientes cifras.



Gráfica 2: Características del contexto familiar en relación a las alumnas, (Creación propia, 04/12/19)

Deteniéndome a observar los resultados arrojados en la gráfica anterior, pude determinar que, si bien los padres esperan una educación de alta calidad para sus

hijas, consideran que la tarea de desarrollar ese tipo de nivel educativo en su mayoría les corresponde solo a las docentes por lo que no siempre están presentes con sus hijas dentro de este ámbito.

Conocer las características del contexto más cercano a mis alumnas como lo es la familia, considerada por Goleman, (1995) como “La primera relación social estable de los niños que le proporciona seguridad y autonomía” (p.45), ayuda a entender que, al ser el primer contacto con una interacción social entre diversas emociones, de no proporcionarle la estabilidad necesaria a las alumnas, puede provocar la falta de desarrollo de habilidades emocionales.

De acuerdo al desarrollo de las familias y el contexto que los rodea, dependerá en gran medida el desarrollo personal del alumno, de acuerdo a lo que pueda tener como parte de una estabilidad emocional, social e intelectual necesaria para enfrentar la vida, en el caso de las alumnas, mediante el siguiente apartado relacionaremos cómo influye de manera directa la familia dentro de su desarrollo personal entre otros aspectos que son importantes de resaltar y para comprender la problemática presentada.

Una familia es mucho más que resolver las necesidades básicas de los niños como la alimentación y el vestido, pues tiene una gran incidencia en el desarrollo social y emocional de todos los seres humanos. Allí adquirimos las habilidades necesarias para afrontar la vida de adultos y desarrollar todo nuestro potencial. La familia le ayuda a los niños y niñas a aprender quienes son, desarrollar su personalidad y les brinda apoyo emocional. El ambiente en que crecen los niños define elementos fundamentales para el resto de su vida.

De esta manera, la familia es básica en la edificación de la identidad y la personalidad del niño. El objetivo primordial debe ser preparar al niño para tener una vida adulta exitosa y feliz. Y esto se logra a través de una educación integral que le permita afrontar los problemas futuros de la mejor manera, lograr una seguridad afectiva y económica, respetar a los demás y a sí mismo y consolidar su autoestima.

Parte de la importancia de la familia se basa en que es un apoyo para los niños. Estará en sus días felices, pero también en momentos difíciles o en decisiones importantes. Sin importar las amistades que el niño tenga, siempre estará ahí para darle su apoyo incondicional. En definitiva, más allá de su tipología, la importancia de la familia radica en el afecto y en el vínculo que exista entre sus miembros. Ello viene siendo la fuerza de cada miembro, el lazo que los une.

1.2 Características de desarrollo personal y social del alumno.

A partir de las estadísticas analizadas en el apartado anterior, se determinan las primeras causas, que pueden estar influyendo el comportamiento de las alumnas, en cuanto a la problemática desarrollada dentro de la escuela, ya que inciden de manera directa en ellas.

Cuando llegué al colegio y a pesar de que los antecedentes de las alumnas no reflejaban grandes problemas de conducta o aprendizaje, pude percibir desde el primer día que eran muy inteligentes y académicamente estaban en muy buen nivel, sin embargo, la falta de autocontrol no se dejó esperar para aparecer.

No se relacionaban de buena manera con sus compañeras, eran muy individualistas y problemáticas, les costaba seguir una indicación y poder realizarla, además la atención activa en clase era corta, la distracción estaba siempre, ya sea molestando a otra compañera, platicando o simplemente, no se podían quedar mucho tiempo en su lugar.

Desde el punto de vista de Goleman (1995), a estas actitudes que presentaban las alumnas se les denomina “Falta de autorregulación, por el deficiente desarrollo de habilidades sociales” (p. 98), puesto que la parte del conocimiento emocional de las alumnas no estaba presente, y aunque de muchas formas se intentó motivarlas no podía encontrar la solución a esta problemática. Esto puede ser percibido mediante el siguiente diagrama:



Tabla 1: *Etapas de desarrollo de autorregulación emocional (Goleman, 1995.) (Creación propia, 06/12/19)*

Al analizar más de cerca lo propuesto por el propio Goleman (1995) mediante el diagrama anterior, me di cuenta que el desarrollar la autorregulación, no era cuestión de motivación y actividades aisladas, puesto que se trata de algo más profundo la autorregulación implicaba la adquisición del desarrollo de habilidades emocionales y sociales. Para lograrlo tomé en cuenta el desarrollo de las alumnas físico, mental y emocional desde diferentes perspectivas como las que se analizarán en los siguientes párrafos.

Si tomamos en cuenta que “la familia es el centro principal del desarrollo de las emociones” (Meza, 2016, p.120), si no existe una familia, realmente con bases emocionales y sociales establecidas, la capacidad de que los hijos se vuelvan seres sociales, seguros e independientes disminuye de manera notable.

Por tanto, comparando la importancia de la familia, dentro del desarrollo del niño, y según las estadísticas de la investigación, a pesar de ser familias nucleares y católicas, son familias que no tiene un orden establecido en cuanto al manejo educativo desde casa.

Esto se determina a partir de que el 60% de las familias de las alumnas de tercer grado, son permisivas, relacionándolo con la metodología educativa de la escuela, las alumnas no tienen una idea clara de seguir un ejemplo de autoridad, o bien lo que significa una sanción dentro de una acción como consecuencia.

Sin embargo, también se puede observar que un 10% de las familias son autoritarias o impositivas, no generan un resultado completamente distinto ya que, al tener padres autoritarios, puede generar en la alumna, una rebeldía y apatía en cuanto al seguimiento de reglas, por lo que se muestra renuente a cumplirlas.

Dentro de las mismas estadísticas obtenidas, pude determinar que al trabajar los dos padres la mayor parte del tiempo, las alumnas quedan solas, o bien por comentarios propios de las niñas sólo conviven con las empleadas domésticas, mismas que se encuentran a cargo de las pequeñas, es decir la figura de autoridad primordial en la educación de la alumna no se encuentra presente.

Muchos son los estudios que se han realizado de manera reciente para determinar las influencias que genera la educación y conocimiento de las emociones y conducta en el desarrollo de los niños, señalan que son diversos los factores que pueden influir de manera directa en la conducta de los alumnos, pues son distintos los beneficios que proporciona el que el alumno tenga una estabilidad emocional y conductual.

En un estudio reciente sobre la autorregulación dentro del aprendizaje escolar en México, la psicóloga Ivet García Montero (2003), determinó los beneficios de trabajar con la autorregulación de los alumnos para su desarrollo personal, dentro de los cuales podemos destacar los siguientes:

- La formación eficiente del que aprende
- Permiten el desarrollo del aprendizaje activo, independiente, crítico y reflexivo de los estudiantes
- La formación de la persona en un sentido de mayor integridad

Ahora bien, al conocer ya los beneficios resulta importante para el presente estudio, determinar en qué medida es considerado como “normal” el comportamiento que presentan las alumnas del tercer grado a esta edad y a partir de qué punto podemos partir para la formación de estrategias adecuadas que ayuden a atender la problemática de estudio, perspectiva que analizaremos según lo planteado por Cohen (2000), para analizar de una manera reflexiva las características de las alumnas a esta edad.

“Demasiados niños que corresponden hoy a la edad intermedia, no juegan después de la escuela, ni gozan de los placeres de la vida” (Cohen, 2000, p. 230). Considero importante el análisis que proporciona Cohen sobre características específicas del desarrollo del niño, ya que tomando en cuenta las estadísticas presentadas anteriormente, si bien se puede pensar que, al ser alumnas de alto nivel económico, tienen a su alcance todo lo necesario, es común que su día este totalmente organizado por sus padres.

Esto da como consecuencia que las niñas sientan que no pueden expresarse, y es entonces cuando buscan dónde desahogar todos sus emociones y deseos reprimidos, de no poder tomar decisiones propias.

Al respecto de lo analizado Cohen (2000) Menciona que “La actitud hacia la vida se vuelve apática. Sus maestros saben que padecen de aburrimiento”. (p.225) Estos niños parecen haber adquirido un nuevo rasgo: La renuencia a aceptar la autoridad de un adulto. La investigación acerca de tales cambios en niños de menor edad señala la influencia de la sociedad misma.

Para Vygotsky (1920), “Cualquier función en el desarrollo cultural del niño aparece dos veces o en dos planos”. (p. 54). Primero aparece en el plano social y después en el plano psicológico. Lo cual quiere decir que parte de la formación de la autorregulación no sólo se desarrolla de manera individual, pues si no existe una base social como fundamento del desarrollo del niño no podrá manifestar una formación individual.

Con “andamiaje”, se hace alusión a la función que representan padres, maestros y otras personas, a través de los cuales los niños adquieren conocimiento y habilidades. A medida que una tarea se vuelve más familiar para el niño, también aquellos que proporcionan el andamiaje permiten cada vez más que el niño la realice hasta que puede ejecutarla.

Es decir que, si los docentes y padres de familia trabajamos en conjunto, hacemos del control de emociones y comportamiento, algo habitual, el cerebro del niño podrá entonces percibirlo como un comportamiento común más de su personalidad.

Si se relaciona con la etapa de desarrollo donde se encuentran actualmente las niñas, podremos determinar que según Piaget (1920): “Están pasando por la etapa de operaciones concretas, que se da entre los 7 y los 11 años; en esta etapa el aquí y ahora, siempre les resulta más fácil”. (p.72). Todavía no utilizan el pensamiento abstracto, es decir, el aplicar conocimientos sobre algún tema que desconocen.

Traducido a la problemática aquí analizada, se puede determinar que, al no utilizar un pensamiento abstracto, las alumnas no podrán adoptar un nuevo comportamiento a menos que este sea dado de manera reflexiva donde la propia alumna sea quien descubra el por qué y para qué debe de cambiar sus comportamientos y qué beneficios tendrá.

Considero el salón de clases el centro de las emociones, pues desde el primer día que ingresamos a él, las emociones y los sentimientos se convierten en parte del día a día, tal vez sea porque “la emocionalidad dentro del contexto educativo afecta tanto al docente como al alumno” (Ceballos, 2012, p.154) y podría asegurar mil veces que es así, pues mis emociones y las de mis pequeños son parte importante de su proceso de aprendizaje.

Creo que entonces, el mayor reto del docente al crear un ambiente adecuado para el aprendizaje significativo del alumno, es el hecho de conocer y considerar dentro del salón de clases desde las características del cerebro del alumno, así como el origen de sus comportamientos, su relación con el aprendizaje cognitivo.

Las alumnas presentan dificultades para relacionarse y autorregularse, dentro del grupo de 3° "A", por medio de la aplicación de un VAK (visual, auditivo y kinestésico) se determinó en los estilos de aprendizaje de los alumnos que un 70% aprenden por sistema de representación visual, les gusta trabajar por medio de videos, imágenes y organizadores muy coloridos y creativos.

El 20% son pertenecientes al sistema kinestésico, aprenden mejor en movimiento e interactuando y el 10% es de sistema auditivo por lo que disfruta de escuchar historias o audios. Coincidiendo con sus canales de aprendizaje predominando el auditivo y el visual.

Les cuesta el trabajo colaborativo ya que existen algunas alumnas que por su contexto familiar tienen dificultad para relacionarse ocasionando un desbalance en el grupo, esto debido a que entre las propias familias existe mucha competencia, y son las madres de las alumnas las que les dicen a sus hijas cómo relacionarse con los demás.

En la escuela se maneja un programa educativo, que promueve el uso de valores dentro de todas las asignaturas, además del trabajo diario de lo socioemocional, aspecto en el que les falta madurar sobre el control de sus emociones, están acostumbrados a ser motivados por medio de recompensas o reconocimientos.

A nivel general y comparadas con la teoría de Dorothy Cohen en su libro "Como aprenden los niños" (2000) el grupo presenta las siguientes características:

- Volumen y madurez de conocimiento
- Capacidad alta de memorización
- Creativas e imaginativas
- Poca paciencia consigo mismas o con una tarea a realizar
- A renuencia a la autoridad.

Realmente el pensamiento de los padres de familia es tener hijas exitosas, pero pensando sólo en números como una calificación, más que en la educación que se

les pueda proporcionar a las alumnas, por lo tanto, actúan de manera contradictoria, pues buscan disciplina y crecimiento en sus hijas, pero sin que se vea afectada su manera de tratarlas en casa, premiándolas con regalos materiales, sustituyendo la culpa por casi no estar presente y desean que como docente sigamos este modelo de recompensas.

Por lo que los aspectos aquí mencionados se tomarán como factores que se pueden moldear o usar a favor por medio de las estrategias planteadas a partir de la detección de la problemática, buscando generar una acción efectiva para la situación presentada.

Al respecto todo este análisis de los distintos factores presentados tuvo su origen mediante un diagnóstico realizado por medio de una encuesta y una guía de observación que determinó la comprobación de las pautas que dieron origen a la definición del problema, mismo que analizaremos en el siguiente apartado del texto.

1.3 Diagnóstico de la problemática

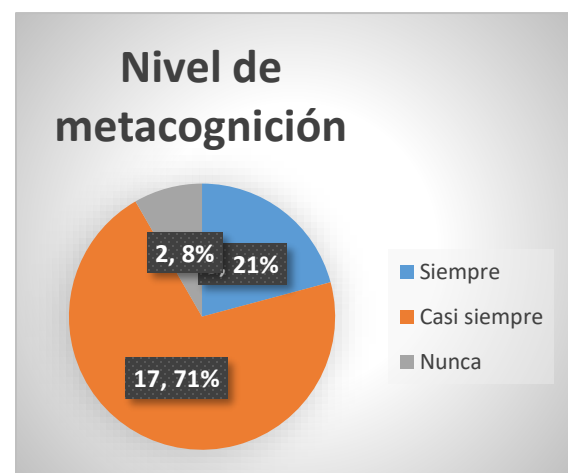
Para lograr el diseño de diagnóstico adecuado se retomaron las habilidades básicas que formaban parte de los estudios realizados por Goleman (1995) y por Gardner (2000), para determinar los puntos de focalización dentro del estudio realizado, y determinar la problemática presentada.

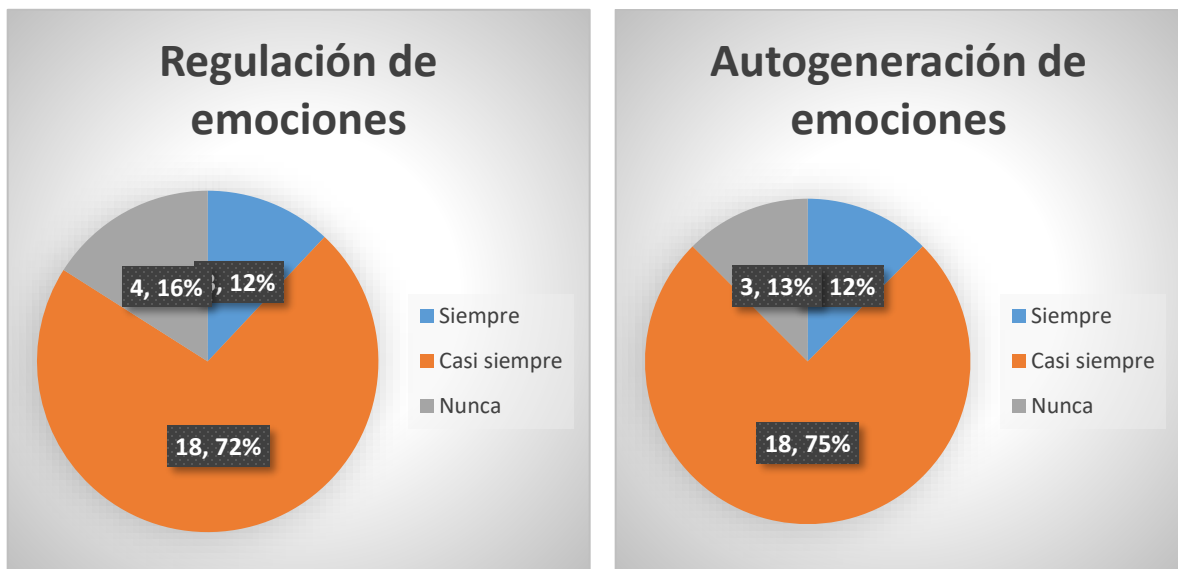
Se preparó este test que evalúa la Inteligencia Emocional en las personas para que se pueda determinar con toda fiabilidad cuáles son los puntos fuertes y los puntos débiles en este sentido. El test evalúa como categoría básica: Autocontrol emocional (o autorregulación). Los criterios de dicho diagnóstico están basados en los aprendizajes esperados del programa educativo “Aprendizajes para la educación integral” respecto a la asignatura de educación socio emocional, tomando en cuenta:

Autorregulación	Indicadores
	Metacognición Escucha a sus compañeros para enriquecer los propios procedimientos para resolver un problema.
	Expresión de emociones Identifica como el pensamiento puede modificar el comportamiento que genera una emoción.
	Regulación de emociones Evalúa la pertinencia de experimentar las distintas formas de expresión emocional en diversos contextos.
	Autogeneración de emociones para el Bienestar Emplea técnicas de atención y regulación de impulsos para regresar a un estado de bienestar ante una situación aflictiva.

Tabla 2: Indicadores de la autorregulación emocional (Goleman, 1995.p.138) (Creación propia, 15/12/19)

Las habilidades presentadas dentro de la tabla anterior forman la base para el logro de la autorregulación, que además de formar parte de las aportaciones de Goleman (1995), y que corresponden al programa de aprendizajes claves 2017, dentro de la asignatura de educación socioemocional. Los resultados obtenidos fueron los siguientes:





Gráficas 3: Resultados de diagnóstico sobre la autorregulación emocional (Creación propia, 27/07/19)

De acuerdo a los resultados determinados por el diagnóstico, pude tener un punto de partida más claro acerca de las necesidades emocionales que presentaban mis alumnas, respecto al desarrollo de la autorregulación, puesto que las señales que arrojaban las alumnas ya eran bastante evidentes, era necesario un sustento que determinara que era lo que hacía falta con exactitud y a partir de ese momento determinar hacía donde avanzar.

Sin duda alguna la oportunidad de conocer el contexto interno y externo de las alumnas, me ayudó a comprender y analizar desde puntos de vista más profundos, las causas que forman parte de la problemática presentada; sin embargo considero que el aprendizaje más significativo para mí como docente, es darle el valor e importancia que merece el conocer a nuestros alumnos dentro y fuera del contexto escolar para poder generar las estrategias adecuadas como medio de apoyo pero sobre todo para ser más consciente de que dentro del salón de clases, tenemos seres humanos con problemas, dificultades y culturas que merecen lo mejor de cada docente.

2.- HISTORIA PERSONAL Y PROFESIONAL

“Somos aquello en lo que creemos” (Dyer,200)

Muchas veces cuesta reconocerse así mismo, saber con certeza de nuestros errores y aún más de las virtudes, vivimos construyendo el entorno y lo que somos con base a lo que la sociedad espera de nosotros; pero en el momento en que yo dejé de escuchar a los demás, y empecé por escucharme a mí, fue cuando pude creer en lo que soy y más aún en lo que puedo llegar a ser.

Para lograrlo tuve que transitar por el camino de la vida, mismo que presento a continuación bajo dos perspectivas: la personal y la profesional, algunos pasos costaron mucho más que otros, pero cada uno de ellos forma parte de lo que soy y me han ayudado a creer en lo que puedo llegar a ser, es por eso que comenzaré a relatar la historia de mi vida.

2.1 El camino de la vida.

Nací el 16 de junio de 1993, en la capital de San Luis Potosí, siendo la primera de tres hijas que conformarían el matrimonio compuesto por (mi padre) Pedro Hernández Reina con una ocupación de concesionario de taxi, y (mi madre) Carmen Alemán quien es ama de casa.

Desde mi nacimiento tuve una familiar nuclear, que me enseñó dos valores principales, la unión y el amor. Los mejores años hasta hoy los viví en casa, con mis abuelos paternos: Esther Reina y Pedro Hernández, además entre mi familia más cercana se encuentran la única hermana de mi padre: Candelaria Hernández, su esposo Alan David Rodríguez y mis dos primos: Ana Denisse y Luis David.

Sin embargo desde mis primeros días en la vida, nada fue fácil incluso a los 40 días de haber nacido, tuve que ser internada de emergencia por problemas de

deshidratación, pasando ese pequeño episodio que logré superar, a la edad de tres años tuvieron que operarme del dedo anular de la mano izquierda por un problema de cartílago.

Sin embargo, no todo fue malo, pues lo que tanto le pedía a mi madre por esos años se cumplió y así fue que nació mi primera hermana Katia Nallely Hernández Alemán, quien actualmente tiene 24 años y es abogada, tres años más tarde nació mi hermana Valeria Itzel Hernández Alemán, quien actualmente cuenta con 21 años, se está preparando en la Normal del Estado para en el futuro ser docente de nivel preescolar.

De mi infancia no puedo más que describir buenos recuerdos, sin duda alguna fue la etapa más bonita de mi vida, nunca me faltó nada en el aspecto económico, material ni mucho menos emocional. Mi madre siempre estuvo ahí para mí y mis hermanas jugaba mucho con nosotras, mis abuelos eran las personas más cariñosas que podía tener y mi papá siempre estaba al pendiente de mí. En cada navidad el arbolito estaba repleto de regalos y mis cumpleaños eran acompañados de grandes fiestas, vivía una vida maravillosa.

Fue a los 3 años de edad que mi madre me comenzó a platicar de que se trataba ir a la escuela, pues ya estaba en edad de comenzar el preescolar, y ver pasar cerca de mi casa a tantos niños con sus mochilas me hizo emocionar aún más con la idea de empezar a asistir al kínder.

Ahí conocí a una maestra que fue parte de mi inspiración, yo la llamaba “Maestra Lulú”, era tan amorosa, cariñosa, siempre tenía una sonrisa y el entusiasmo con el que nos enseñaba me marcó, tanto que a pesar de que dentro de mi familia no había maestros hasta el momento, desde esa edad yo dije: ¡Quiero ser maestra!

Fue una idea que desde aquel entonces no dejé de pensar, me encantaba jugar a esa edad con mis hermanas y mi mamá a la escuelita, escribir cosas, revisar trabajos, era algo que de verdad me entusiasmaba mucho poder lograr algún día y definitivamente me encantaba aprender e ir a la escuela o cumplir con mis tareas.

Durante esa etapa del preescolar fui una niña muy inquieta, porque me gustaba jugar, era muy curiosa e imaginativa, llegué incluso a ser reina de la primavera porque mi familia siempre me apoyaba en todo, y al final logré concluir esa etapa con éxito y sabiendo leer y escribir.

Al terminar el preescolar comencé mi etapa de la primaria en la escuela Profesora Justa Ledesma, ahí definitivamente pasé un poco de todo, tuve a una maestra que de cierta manera me hizo dudar de mis ganas de dedicarme a ello, pues gritaba, regañaba, a mí me dejó varias veces sin comer en el recreo, y aún me tocó ese método de memorización y aventar el borrador.

Sin embargo, siempre fui una alumna de muy buenas calificaciones que le gustaba hacer sus tareas y llevar las mejores notas a casa, todo iba bien, hasta empezar a cursar mis últimos años, fue en quinto grado cuando las cosas empezaron a cambiar, aunque ahí conocí a otro gran maestro conocido como “El profe Julio” un profesor alegre, sus clases estaban llenas de risas de experimentos de nuevas formas de aprender y se preocupaba por sus alumnos más allá de clases.

Eso me hizo tenerle gran respeto y cariño, pero las cosas con mis compañeros comenzaron a cambiar, me criticaban y se burlaban de mí por ser la niña inteligente y de un físico quizá no aceptable por ellos, yo entonces me volví más tímida y no contaba nada de ello en casa.

Ahora que pude verlo desde esta perspectiva al retroceder en el tiempo, todo comenzó a tomar aún más sentido, si bien el tema que elegí para desarrollar la investigación presente en este portafolio, parte de una necesidad actual, puedo reflexionar sobre cómo me sentía en mi época de primaria y pensar en la realidad propia y la de muchos.

Es decir la necesidad de un niño de ser atendido desde el punto de vista emocional ha existido ya desde hace varios años, en mi caso el tener maestros tanto malos como buenos, me hace pensar en estar realmente preparada y consciente de que mis alumnos no solo me deben de ver como una figura de autoridad sino como una persona de confianza, de seguridad que realmente funcione en sus vidas como una

guía de enseñanza en todos los aspectos, a mí me hubiera gustado que fuera así por la etapa tan dura que se presentó en esa época.

Precisamente fue justo por esos años, entre 5° y 6° que tuve que pasar por uno de los peores momentos de mi vida, el 30 de junio del año 2004, teniendo 11 años, perdí a mi abuela paterna debido a la enfermedad de cáncer, fue un golpe duro, ella era una parte importante de mi vida.

Además, mi familia siempre había pintado un mundo bueno para mí y hasta entonces yo no sabía que era el cáncer, ni que era la muerte, enfrentarlo fue muy difícil sentí que perdí la mitad de mi vida, la mujer que me daba seguridad y palabras de aliento no estaba, sin duda enfrentar la pubertad y todo lo nuevo sin ella fue complicado de afrontar

Pasaron algunos años e ingresé a la secundaria Ing. Camilo Arriaga, no tengo mucho que destacar fui también una buena estudiante, pero mi promedio bajó un poco, no fue la etapa que más disfruté puesto que, durante 1° y 2° fue donde más sufrí de bullying, hasta que decidí empezar a cambiar mi forma de ser y mi físico.

Casi al terminar tuve mi fiesta de 15 años, fue hermosa y aunque ya no tenía a mi abuelita Esther, toda mi demás familia estaba ahí; fueron tiempos difíciles de afrontar debido a los cambios de la adolescencia pude alejarme un poco de mi familia, pero aún existían momentos muy bonitos, en especial recuerdo lo unida que me volví con mi abuelo paterno desde la pérdida de mi abuela.

Por esa época entre a la preparatoria Margarita Cárdenas de Rentería, podría decir que fue mi etapa un poco más rebelde, pero logré obtener buenas calificaciones al final, aunque los maestros dejaban mucho que desear, mi persistencia de lograr ser maestra estaba más fuerte que nunca.

Sin embargo, llegó otra fecha que me arrebató a otra persona importante y especial, pues el 9 de abril del 2010, mi abuela materna había fallecido así sin saber más, un paro respiratorio quitó de mi vida a una mujer admirable en todos los sentidos, y fue como volver a empezar; sin embargo, por ellas que ya no estaban tenía que seguir.

Fue así como continué con mis estudios, intenté ingresar a la Normal del Estado, pero no aprobé el examen, entonces todas mis ilusiones fueron cuesta abajo.

Sentí que decepcioné a la familia, y por un momento dejé de creer en mí, en los sueños y metas por cumplir, pero como siempre recibí apoyo y logre entrar entonces a la Universidad Tangamanga, estudiando la Lic. En Pedagogía, fue difícil en un principio pues yo estaba segura de que quería ser maestra de preescolar, y las prácticas eran en secundarias y varias veces los alumnos acababan con mi seguridad.

A pesar de todo, logre concluir la carrera con éxito, aunque otro de los peldaños que más fuerza me daban partió, el 27 de mayo del 2012, un hombre que me recibía con toda su emoción al ver los diplomas y reconocimientos que le llevaba, ya no estaría más, perder a mi abuelo paterno, fue un golpe devastador, aún con ello logré terminar mis estudios y convertirme en la primera de la familia en obtener un título.

Fue entonces que continué con el camino de la vida y en esos años, pude encontrar a quien considero el amor de mi vida, Sergio Torres quien desde el 2016, a pesar de las altas y bajas ha estado conmigo apoyándome y alentándome para seguir adelante y que ha sido un gran motor al igual que mi familia para cumplir los sueños y metas, fue entonces, así como el camino continuó.

2.2 La gran aventura de ser docente

Al terminar la licenciatura en pedagogía, yo seguía teniendo en mente que yo quería ser maestra de preescolar, por lo que los primeros trabajos que busqué fueron con base a ello, en el año 2015, logré obtener mi primer trabajo en un kínder particular llamado “Jardín de niños Arcoíris” aunque no fue todo lo que yo pensaba, pero era mi primera oportunidad y como mi abuelo y mi papá decían: dependía de mí seguir creciendo en ese ámbito.

Entré como asistente educativa en el área de maternal, atendiendo a niños desde 2 meses hasta los 3 años, el kínder estaba a cargo de una familia, la dueña y directora, su esposo y su hijo, y el lugar era muy pequeño, y con solo una maestra por grado. A pesar de no ser lo que yo quería, no niego que me encantó estar con los niños, verlos crecer ayudarlos a decir sus primeras palabras y esos pequeños pasos.

Al iniciar el ciclo siguiente me promovieron como docente de segundo, pero el grupo era muy complicado, había un alumno con TDH y otro más con un autismo, la directora siempre fue muy exigente pero ese año las cosas empeoraron, me hacía trabajar toda la tarde, el sueldo era muy bajo y sobrepasó su papel de directora: “No sirves para esto” la recuerdo decírmelo y fue entonces que renuncié.

Fue un golpe muy duro, pero tuve el apoyo de mi familia y mi pareja para continuar, fue entonces también que me di cuenta que a pesar de que disfrutaba de la presencia de niños tan pequeños no era feliz, y fue justo por ese año del 2016 que encontré un trabajo a tan solo unas cuadras de mi casa en el instituto Juan Ruíz de Alarcón como docente de 4° grado de primaria. En esa etapa todo cambió, por fin tenía mi propio salón de clases, un grupo muy complicado, el más rebelde de la escuela, pero al final logré ganarme su cariño y sentí que estaba empezando a vivir mi sueño.

En esa escuela trabajé por 4 años, que de verdad disfruté mucho, en todos fui maestra de 4°, pero descubrí así que yo estaba hecha para ser docente de primaria y que sin duda hacía algo que de verdad me apasionaba; sin embargo, la escuela al ser de tipo privada, también estaba a cargo de una familia, y las cosas entre ellos se complicaron por lo que la escuela comenzó a decaer.

Ahí mi familia considero que me tenía que seguir preparando y yo tenía un reto pendiente con la vida, lograr entrar a la Normal del Estado, por lo que empecé los trámites para estudiar una maestría y así fue, ingresé con dos objetivos principales: mi futuro, ser una mejor docente y que mis abuelos, aunque ya no presentes y mi familia, se sintieran orgullosos de mí.

Fue entonces que apareció una nueva oportunidad de trabajo de una directora que me había observado durante un consejo técnico, no niego que a pesar de ser una gran oportunidad me costó tomar la decisión por el amor que yo le tenía a los niños de la escuela donde estaba en ese momento, pero quería seguir creciendo así que, en el 2019, renuncié y entre a el Instituto Lomas del Real, donde laboro actualmente.

Ha sido todo un reto, las exigencias y horarios de trabajo son muy altos, en los primeros años sentí que yo no tenía el nivel necesario para estar ahí, pero con el tiempo y apoyo de mis seres queridos me arme de fortaleza y lucbe y hasta ahora a pesar de que sigo aprendiendo siento que lo estoy logrando; con la pandemia todo se complicó, pero he aprendido mucho sobre metodologías activas y el uso de la tecnología para la educación, por lo que ahora tomo cada oportunidad de la vida como un nuevo reto a vencer.

Actualmente logré cumplir una meta más, terminar el posgrado, pude mirar todos estos años de mi vida, de cada uno de ellos me llevo aprendizajes y enseñanzas que me han convertido en lo que soy. Sin duda alguna no todo es como yo quisiera, pero aún quedan caminos por recorrer, y cuando me faltan fuerzas para seguir solo necesito recordar lo que mis abuelos me enseñaron: la fortaleza, nobleza y valentía con la que lucharon hasta el final.

Todas estas experiencias que tuve que pasar, me hacen poder mirarme de manera diferente, ya no soy aquella chica tímida, insegura, incapaz de atreverse a enfrentar sus temores, ahora soy una mujer, una docente, una licenciada en pedagogía con un posgrado en educación primaria, profesional y más madura.

Soy más consciente de mi papel tanto dentro como fuera del salón de clases, ya que, si desde mi perspectiva de vida y la profesión que desempeño, puedo lograr un cambio en la sociedad actual y que cada persona o alumno que pase por mi camino, se queda con lo mejor de aquello que yo puedo darle, sé que estaré en el camino correcto.

Al tomar lo que mis seres queridos me enseñaron, me hace sentir que todo ha valido la pena, solo necesito voltear al cielo, imaginar sus rostros de ver con felicidad

y orgullo a una mujer, a una maestra como tanto lo hubieran deseado, después voltear a mi alrededor y darle las gracias a mis padres, hermanas, pareja y familia, por darme lo mejor de cada uno para lograr lo que soy y seguir luchando por lo que viene.

3.- CONTEXTO TEMÁTICO

“Cuanto más abiertos estemos a nuestros propios sentimientos, mejor podremos leer los de los demás”. (Goleman, 1995)

Hablar de las emociones resultaba intrascendente, hasta hace algunos años cuando los especialistas comenzaron a darse cuenta de la relevancia que tienen las emociones dentro del desarrollo personal y de aprendizaje de todas las personas, sin embargo, poco se ha estudiado al momento a cerca de este tema.

De ahí nace uno de mis principales objetivos de investigación, el contribuir a dar apertura a las investigaciones realizadas para el estudio de las emociones, que, en mi experiencia personal, no lo asumí hasta poder verlo reflejado dentro de mi salón de clases, a continuación, se presentan las bases teóricas de esta investigación.

3.1 Descripción de la problemática: ¿Cómo interviene la falta de control emocional dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje?

El estudio de la autorregulación constituye una vía de profundo interés en el acercamiento a aquellos procesos que encierran un grado mayor de generalidad, que se traducen en importantes competencias para el desempeño de la persona, en este caso, que aprende y que no sólo es expresión de un desarrollo personal, sino del dominio de un conjunto integrado de recursos para conocer y actuar, en síntesis, para aprender con calidad.

Al buscar ofrecer a mis alumnas, una educación de mayor calidad, entendí que “El objeto de enseñar a un niño es hacerlo capaz de desempeñarse sin la ayuda del maestro” (Díaz, 2015, p.21) para poder lograrlo, sin duda la autorregulación funcionaría como elemento fundamental.

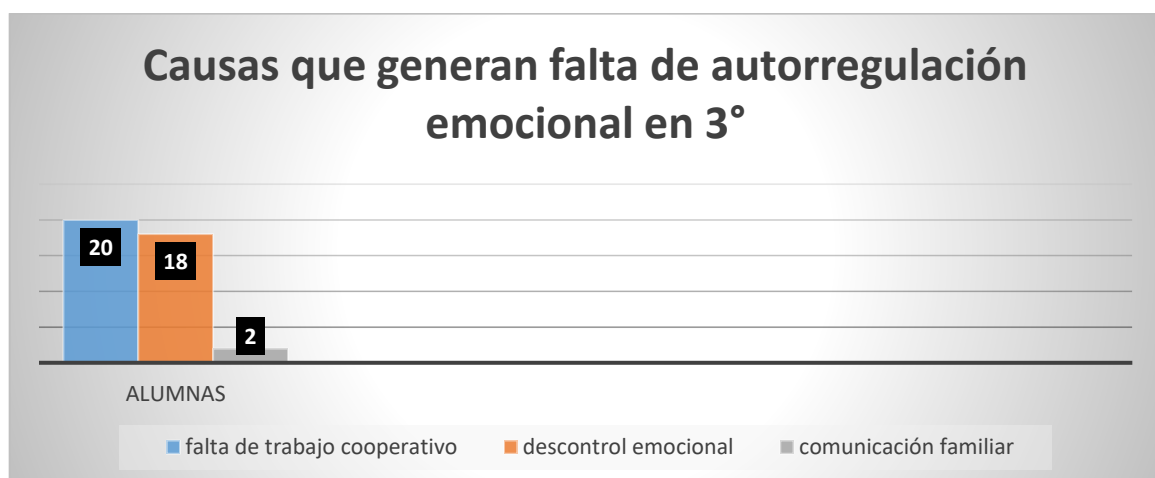
Sin embargo, esta problemática no nació de la nada, pues al darle la importancia requerida a la observación, técnica por medio de la cual, pude detectar aquellas

necesidades que presentaban mis alumnas mediante las cuales su proceso de aprendizaje y su desarrollo personal se veía afectado.

Pude determinar que la problemática, era referida a su comportamiento, puesto que, dentro del área académica, no existían problemas de aprendizajes básicos como escritura, comprensión lectora o comprensión matemática; sin embargo, dentro de su comportamiento las actitudes detectadas fueron evidentes y se presentaban de manera constante.

Estas actitudes, generaban que el proceso de aprendizaje, se viera interrumpido debido a la falta de seguimiento de instrucciones y reglas por parte de las alumnas, además el desarrollar trabajo cooperativo era casi imposible, las alumnas peleaban constantemente entre sí y no tenían control sobre sus propias conductas.

Debí comprender entonces que “La autorregulación, al igual que los demás procesos psíquicos, particularmente aquellos clasificados como superiores, constituye un proceso fruto del desarrollo histórico social y requiere de condiciones e influencias favorables a su formación” (Montero, 2003. p.13). Es decir, que, para poder atender la problemática, el desarrollo de estrategias sustentadas, sería de gran relevancia. La problemática se sustentó a partir de distintas encuestas aplicadas, tanto padres como alumnos sobresaliendo los siguientes resultados:



Gráfica 4: resultados de encuestas sobre falta de autorregulación (creación propia, 19/03/20)

Fue entonces a partir de estos resultados que se pudo comprobar como afectaba la falta de autorregulación en las alumnas, sin embargo, solo al transcurrir la investigación pude darme cuenta que estos resultados que demuestran como factores importantes la falta de autoridad y comunicación en su entorno no eran los únicos.

Debí comprender que como docente si algún área dentro del desarrollo del niño se ve afectada, y se refleja dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje, el profesor es una de las causas principales de que esto ocurra, por lo que los cambios deben comenzar por mí.

A partir de la problemática detectada, se comenzó a trabajar mediante distintos autores que intervinieron en los estudios de inteligencia emocional, mismos que sentaron las bases para el desarrollo de las estrategias adecuadas para la posible solución.

Al adentrarme cada vez más en todo lo que implicaba el desarrollo emocional, fui descubriendo un mundo que plantea conocer el corazón y pensamiento de un niño, por lo que no pude evitar despertar un gran interés bajo este tema de investigación. Por lo que en las siguientes páginas puedo describir lo extraordinario que llega a ser el mundo de las emociones, reflejadas en un niño, y todo lo que contribuyó para tener en mi un crecimiento personal y profesional que sin duda marcó mi carrera.

3.2 ¿De dónde surge el interés por comprender el mundo de las emociones?

La inteligencia emocional es una disciplina muy reciente. Hace no mucho tiempo la gestión de las emociones era un elemento al que no se le daba demasiada importancia en la educación. Sin embargo, hoy en día, han surgido numerosas teorías que resaltan la importancia de las emociones dentro del proceso del aprendizaje de los niños, pues el cerebro mantiene una conexión directa con los sentimientos y es donde en realidad surgen las emociones como tal.

Las emociones dirigen la atención, influyen en la memoria y en la motivación. "Todo el campo de investigación de la neurociencia está dando referendos y apoyos científicos que demuestran la importancia de las emociones hoy en día." (Gardner, 2000.p.22).

Es decir que para que un alumno o alumna aprendan en la actualidad, no lo podrán hacer sino son atendidas cada una de sus necesidades o aspectos personales, de manera coherente como parte de su proceso de aprendizaje.

El mundo actual ha cambiado y las relaciones interpersonales, también, incluso el acceso de los niños a la información y a la tecnología ha cambiado tanto la infancia como la forma de vida actual de los niños. Por lo que tratar de generar en ellos verdadero conocimiento, cada vez se vuelve un reto más fuerte para el docente de la educación actual.

A pesar de ser solo cuatro años de experiencia los que hasta ahora marcan mi carrera, desde el primer año, supe lo difícil que sería trabajar con alumnos de la sociedad actual, pues sus necesidades van más allá de lo que pueda desarrollarse dentro de un salón de clases.

Podía llegar a percibir de manera sorprendente como en cada escuela, y cada grupo en el que he estado, a pesar de ser tan distintos, terminaban coincidiendo en el mismo punto central de una necesidad en común: la estabilidad emocional y las relaciones sociales.

Realmente no creo que sea una necesidad de esta época, pues desde que yo era niña, al tener algún tipo de problema emocional, o en casa necesitaba de alguien que me escuchara fuera de ello, pero mis maestros estaban ocupados dedicándose a imponer su autoridad y dar clase.

Por lo que para mí como docente es importante convertirme en aquella maestra que yo quise tener algún día, pues a pesar de que me enfrento a la tecnología, información, sociedad, medios de comunicación, el poder ser un apoyo real en la vida de mis alumnas se volvió mi mayor meta profesional a lograr.

Bisquerra (2009), destaca “la importancia de educar tomando en cuenta a las emociones hoy en día, pues hoy se sabe que, para un buen y completo desarrollo de los alumnos, tanto la dimensión cognitiva como la dimensión emocional, resultan esenciales para el niño.” (p.118).

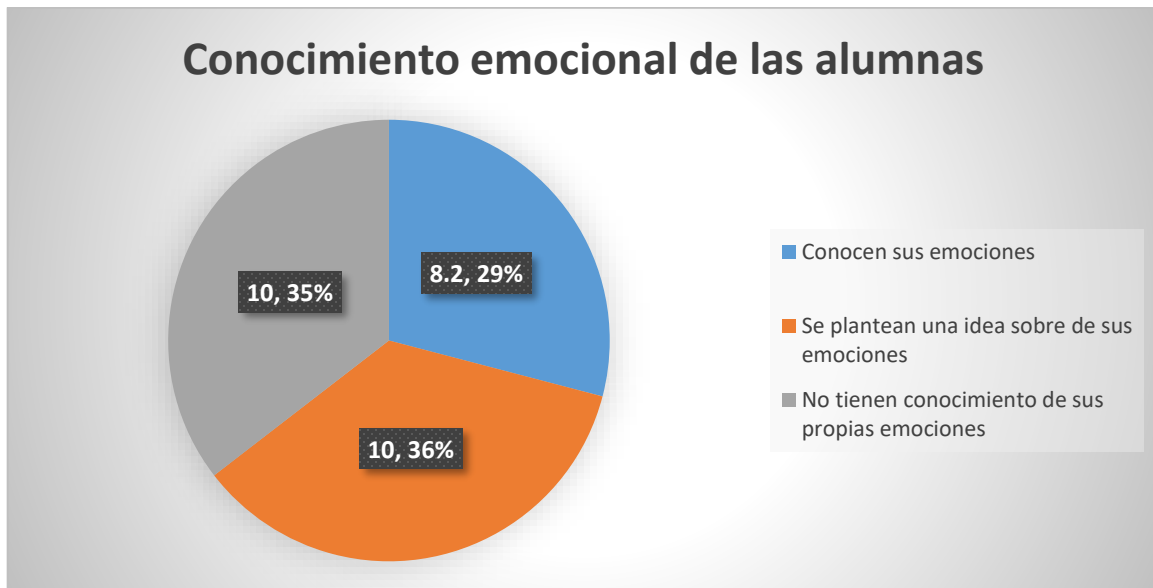
Es decir, se trata de romper aquellos paradigmas del siglo pasado, donde se nos planteaba el hecho de que el cerebro y los sentimientos, se establecen de forma separada, pues hoy en día si el alumno no se encuentra bien emocionalmente, no podrá lograr tener un buen desarrollo cognitivo y personal, por lo que el prepararme como docente para cubrir todas las necesidades planteadas por mis alumnos, es parte esencial de lo que compone este escrito.

3.3 La autorregulación como problemática

Partiendo de lo anterior, no es de extrañarse que la autorregulación aparezca como una de las principales, necesidades para el desarrollo de los alumnos actualmente, por lo que estar preparada para poder atenderlas se vuelve algo esencial, y que sin duda necesita de estudios para poder determinar cómo trabajar con esta problemática actual.

La autorregulación emocional es una capacidad compleja que “Está basada en la habilidad de las personas para manejar las propias emociones.” (Goleman, 1995.p.34), esta habilidad se puede llegar a convertir en una problemática en común en los niños de hoy en día si no se les enseña a conocerse a sí mismos.

En el caso de las alumnas que conforman la población de estudio para esta investigación realizada, dentro de los diagnósticos iniciales, demostraron que eran muy pocas aquellas que tenían un conocimiento acerca de sus propias emociones, por lo que controlarlas se volvía imposible.



Gráfica 5: resultados de encuestas sobre el conocimiento emocional de las alumnas de 3º (creación propia, 19/03/20)

Estos porcentajes no se encuentran alejados de la realidad educativa que se presenta actualmente en México donde ha quedado demostrado, que la falta de promoción y fomento de educación emocional, no sólo genera que los niños no puedan tener un aprendizaje integral, sino que en su desarrollo personal, social, mental y físico causa grandes conflictos que pueden traer consigo terribles consecuencias.

La organización Mundial de la Salud (2017), determinó en un estudio que a veces, las dificultades con la autorregulación no solo es una cuestión de falta de madurez emocional. En ocasiones, puede ser una señal de que podría haber un problema subyacente.

Algunos de los problemas en la falta de regulación emocional continua es el TDAH tienen dificultad para enfocar la frustración al no poder completar ciertas tareas, ansiedad, rabietas agresivas que pueden ser accionadas por la ansiedad al ser respuesta de lucha o huida del estrés, dificultades de aprendizaje de nuevo, impulsado por la frustración.

Goleman (1995) mencionaba que, “El éxito o fracaso de una persona no depende de su coeficiente intelectual o de sus estudios académicos, sino de la inteligencia emocional, que es la capacidad de reconocer los sentimientos propios y los de los demás” (p.98), para así manejar bien las emociones y tener relaciones más productivas con quienes nos rodean. Tal es el caso de los niños que se relacionan dentro del aula de clases, en su casa o contexto en el que se desenvuelven.

En el caso de las alumnas del 3° es difícil tener un control emocional propio y autónomo, ya que el contexto social y personal influyó de una manera trascendental para que la autorregulación terminara por convertirse en una problemática propia del grupo de estudio en este presente trabajo.

Factores como el hecho de desarrollarse dentro de un nivel socioeconómico alto, donde padre y madre tienen roles específicos, que los mantienen en constantes ocupaciones durante el día, ocasionando que las alumnas pasen la mayor parte del tiempo al cuidado de aquellas mujeres que ayudan en las labores del hogar, por lo que dejan de tener una figura de autoridad fija que marque los límites que debe de tener dentro de su vida diaria.

Esto a su vez ocasiona que la culpa de los padres por estar de manera tan constante fuera de casa, busquen recompensar a sus hijas con algunos factores materiales, dejando el área emocional de lado, pues los padres no llegan a conocer realmente a sus hijas, y ellas, además de no tener una figura que marque límites, tampoco encuentran a ese grupo social primario con el que debería de vincular relaciones afectivas sanas.

De esta manera las alumnas comienzan a manifestar signos de rebeldía incluso a la edad de entre los 8 y los 9 años, al respecto, Cohen (2000), mencionaba que, “en esta edad, las alumnas comienzan a entrar en una disyuntiva entre dejar de ser pequeñas o seguirlo siendo”. (p.253), por lo que el acompañamiento familiar, creará un vínculo de seguridad y autonomía durante su crecimiento.

Sin embargo, al no encontrar este vínculo afectivo la falta de control emocional se convertirá en una problemática evidente que requiere de un estudio preciso como

el aquí presentado, mismo que seguiremos analizando dentro de las siguientes páginas.

3.4 Orientaciones teóricas acerca de la autorregulación emocional

Para poder seguir analizando que es lo que implica el poder generar la autorregulación en los niños, es necesario, tomar un momento para analizar las bases teóricas que me permitieron comprender, que es lo que de verdad quería generar en mis alumnas.

Los niños reaccionan de distintas maneras ante el contexto o ambiente en que se encuentren, algunas acciones pueden causar conflictos con los demás, es decir, si desobedecen a alguien, puede que la otra persona se enoje y exista un problema, para darle nombre a esos sentimientos provocados por acciones es necesario partir del origen de la autorregulación y todo lo que implica, desde el conocer que son las emociones.

Es entonces que a estas formas de expresión se le conoce como emoción e intervienen en la vida diaria de los sujetos y la manera en que se demuestren estas son individualmente. La palabra emoción se deriva de la palabra latina *emovere* que significa remover, agitar, o excitar. “Los seres humanos experimentan una gran variedad de sentimientos o emociones que en algunos momentos no alcanzan a diferenciar porque se entremezclan unos con otros” (Rodríguez, 2013, p.353).

Las emociones son tan intensas, brotan con tal fuerza, que en lugar de impulsar a resolver un problema sucede lo contrario: paralizan una dificultad o peor aún, acarrearán más problemas de los que se tienen.

Sin embargo, en la actualidad es tanta la necesidad de cubrir el estudio del área emocional del ser humano, que para poder hacerlo se partió de un concepto que llevaba consigo un proceso de investigación, punto del origen para que la emoción

fuera considerada parte de la educación, con ello me refiero a la inteligencia emocional.

El término inteligencia emocional fue establecido por los psicólogos Peter Salovey y John D. Mayer en 1990. Este término sustituye lo que anteriormente se denominaba carácter. Según Mayer y Salovey (1990), la inteligencia emocional “incluye la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emoción;” (p.60), la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento.

Sin embargo, para que la inteligencia emocional, pueda desarrollarse, se deben de tomar en cuenta distintos elementos que influyen para que la estabilidad del alumno, y le permita tener un desarrollo personal y social pleno, teniendo conocimiento propio y del entorno, estos elementos son los siguientes:

- Autoconocimiento emocional
- Autorregulación emocional
- Automotivación
- Relaciones interpersonales
- Relaciones intrapersonales

Para el análisis del estudio aquí presentado el enfoque se dirigió hacia la autorregulación, debido a que fue la problemática manifestada de manera común en las alumnas, después de distintos diagnósticos realizados durante el proceso de investigación.

La autorregulación, Según Goleman (1995) “Consiste en manejarse correctamente en la dimensión, cuidándose, dominándose y organizándose bien en la vida” (p.12). Esto implica, la capacidad de ordenarse en forma adecuada y ejercer el tipo de dominio propio que fomenta el bienestar del individuo y de manera complementaria, del grupo al que se pertenece.

Las reacciones que tiene un niño ante sus problemas, describen la capacidad que tiene para manejar sus emociones ante dichas situaciones. Cabe mencionar, que la

actitud que se tenga ante los conflictos, genera en el sujeto consecuencias, ya sean positivas o negativas.

Uno de los estudios que se convirtieron en base para poder desarrollar esta investigación, fue el realizado por Daniel Goleman desde el año de 1995, y que marcó un punto básico para que el programa educativo de “Aprendizajes clave para la educación integral en México” del año de 2017, pudiera tomar en cuenta la aplicación de la educación socio emocional.

En Base a esos estudios, esta investigación implica, la aplicación que diferentes etapas para el desarrollo de la autorregulación emocional que son las siguientes:

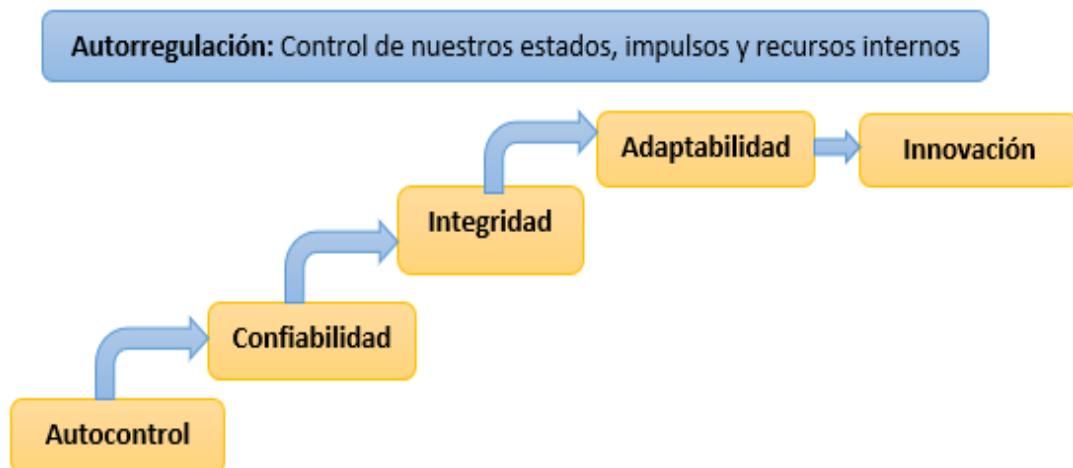


Tabla 3: Fases para el desarrollo de la autorregulación emocional (Goleman, 1995)
(Creación propia, 10/12/19)

En base a la tabla anterior se pudo determinar que, un buen autocontrol en el niño es de suma importancia ya que esto lo impulsa a obtener una mejor calidad de vida, puesto que de alguna manera el controlar sus emociones le permitirá desenvolverse mejor en todos los ambientes en los que se exponga, así mismo el contar con un buen control de las emociones, permite que los niños sean capaces de enfrentar frustraciones de la vida con mayor asertividad.

3.5 Factores que intervienen en la investigación

En el proceso de desarrollo de la autorregulación emocional de las alumnas, intervienen factores que implican patrones de crecimiento, cambio y estabilidad que se manifiestan en esta investigación. Por tal razón, es importante conocer, estudiar y fomentar las condiciones indispensables para optimizar el desarrollo emocional de las niñas.

Dentro de los factores que intervienen en el desarrollo de la autorregulación emocional, basados en los estudios de Goleman (1995), se encuentran los siguientes:

Factores biológicos: Todos los seres humanos traemos una carga genética, que se refleja en cada una de las conductas individuales. Los genes son numerosos y se combinan de muchas formas entre sí, condicionando nuestro comportamiento. Conforme los niños se convierten en adolescentes y después en adultos, las diferencias en las características innatas de las alumnas, y la experiencia de su vida diaria jugaron un papel importante en la adaptación o la forma en que se enfrentan a las condiciones internas o externas y como logran manejarlas.

Factores ambientales: Se refiere a las condiciones exteriores a una persona, al medio en el que vive y con el que interactúa. Todos los contextos, entendidos como el espacio vital en el que la alumna se desenvuelve, influyen entre sí, de modo que todo el conjunto repercute a la niña que se está formando.

El contexto histórico: Cada alumna nace en un contexto definido que determina las condiciones en las que ellas va a desenvolverse a lo largo de su vida y la circunstancia de cada generación. En cada época un conjunto de valores, de conocimientos, de libertades, de influencias, un tipo de socioeconomía, de política, de religión, de conocimientos científicos y tecnológicos, que fueron influyendo sobre la forma como las niñas se desarrollaron.

El contexto socio económico: Implica un determinado nivel de vida de un país y permite generar o no redes de apoyo a familias y escuelas. La clase social a la que

pertenece las alumnas en el desarrollo y viene determinada normalmente por cuatro variables: el lugar de residencia, los ingresos familiares, la educación que reciben o han recibido los miembros de la familia y finalmente el número de integrantes de la familia. En el contexto familiar aparecen los primeros núcleos afectivos, educativos y ambientales. Todo contexto familiar va a predeterminar su comportamiento posterior.

La manera en que se da el proceso del desarrollo o presencia de estas fases, influye para que un niño tenga la capacidad de resolver analítica, lógica y razonablemente los problemas escolares, familiares, sociales y personales a los que se enfrenta; ya que si se estimula inadecuadamente repercutirán en sus actos y, por ende, la madurez cognitiva con que resuelva sus problemas será inferior a la de los demás.

Hoy en día se conoce que las habilidades que abarcan la parte emocional del cerebro como Inteligencia Emocional y la autorregulación, se desarrollan en base a la influencia de los factores anteriormente mencionados, incluyendo algunos aspectos como: la expresividad emocional, autocontrol, motivación, autoconocimiento y habilidades sociales este conjunto de factores son de suma importancia en la vida del ser humano.

La autorregulación, se aplica a diversas situaciones de relaciones humanas como trabajar, estudiar, resolver problemas, entre otros, por tal motivo es importante que el niño tenga un buen desarrollo en cada fase y área de forma adecuada ya que de ser así su vida será de buena calidad.

Lo mejor según los resultados obtenidos de esta investigación es entonces aprovechar el desarrollo personal en cada fase, para incrementar las capacidades que le permitan afrontar los problemas adecuadamente de manera emocional, de tal forma que en un futuro puedan ser personas más satisfechas y adaptadas con un mejor desarrollo humano.

3.6 Importancia y relevancia de la investigación

En la vida moderna, hay que enfrentarse a desafíos, peligros o amenazas y la respuesta bioquímica del cuerpo es la misma, por lo que conviene adquirir competencias de la inteligencia emocional que favorezcan la adaptación ante diversas situaciones e iniciar su desarrollo desde la infancia.

En los niños de edad escolar se ha demostrado que la inteligencia emocional, como medio para favorecer el proceso de autorregulación, logra construir cierta cohesión familiar y disminuir significativamente la ira y la agresión entre ellos, mejorando sus capacidades emocionales y sociales.

Una de las líneas de investigación que más interés ha generado en los últimos años, dentro del campo de la Inteligencia Emocional (IE), ha sido el análisis del papel que juegan las emociones en el contexto educativo y, sobre todo, profundizar en la influencia de la variable de autorregulación emocional a la hora de determinar tanto el éxito académico de los estudiantes como su adaptación escolar.

En los últimos años, se han realizado numerosos estudios con el propósito de analizar la relación existente entre inteligencia emocional y rendimiento académico. Sin embargo, los resultados se muestran inconsistentes debido a la falta de consenso en cuanto a la definición, operacionalización del constructor y la metodología tan diversa que presentan los estudios.

En México, 20 por ciento de los niños en edad escolar está en riesgo de padecer problemas severos de conducta, que dificultan la inserción de los menores a la vida escolar, familiar y social en general; además, los pueden llevar a un desempeño o rendimiento escolar bajo, según datos revelados por INEGI (2017).

Si junto con lo anterior, tomamos en cuenta cifras actuales dentro del grupo de estudio, en comparación con las expuestas a nivel nacional, existen muchas cosas en común, que hacen generar una preocupación en todos los que nos dedicamos a la educación, con el firme propósito de crear un presente y un futuro mejor, es

imposible, no pensar en cómo cubrir esta necesidad actual de atender de manera adecuada el desarrollo de esos niños y niñas en todos sus aspectos.

En los últimos años, se ha incrementado el interés por analizar la relación existente entre la inteligencia emocional, el éxito académico y el ajuste emocional de los estudiantes. En concreto, Salovey y Mayer, (1990) iniciaron el estudio del papel de las habilidades emocionales en el aprendizaje, proponiendo una teoría de IE en la literatura académica, con la esperanza de integrar la literatura emocional en los currículos escolares. (p.67)

Además, se pueden fomentar las habilidades de inteligencia emocional mediante programas de educación emocional, como el que se pretende realizar bajo esta investigación, que se integrarían en los currículos, mejorando igualmente aspectos esenciales de convivencia en las aulas.

De hecho, un aspecto fundamental a tener en cuenta es que existe una relación estrecha entre el desarrollo de la comprensión de las consecuencias y la regulación emocional, y que la adquisición de esta comprensión se produce en edades tempranas por lo que la familia y la escuela suponen los ámbitos fundamentales en su desarrollo.

Además, el estudio presente, plantea numerosas áreas de relevancia, ya que el rendimiento académico, junto con la autorregulación forman el constructo multidimensional, determinado por un gran número de variables (inteligencia, motivación, personalidad, etc.) y en el que influyen numerosos factores personales, familiares o escolares, entre otros.

En relación a este estudio se puede identificar que es de suma importancia reconocer que las emociones juegan un papel muy importante en el desarrollo académico del niño y que por tal motivo deben ser atendidas y desarrolladas para obtener un buen desempeño académico.

Cabe mencionar que la elaboración de programas para desarrollar, optimizar la Inteligencia Emocional (IE) son una buena estrategia para favorecer el rendimiento

escolar de los niños, ya que es tan importante que sus emociones se encuentren en buen estado para que a través de estas puedan desarrollarse adecuadamente.

3.7 Ventajas del estudio de la inteligencia emocional

Como conclusión, cabe decir que, puesto que esta línea de investigación es relativamente joven, es necesario seguir trabajando en aspectos relacionados con la definición y operacionalización del constructo y realizar estudios con muestras más amplias y suficientemente sólidas sobre el concepto y las ventajas reales que presenta su aplicación en el ámbito educativo.

Por otro lado, también es importante mencionar que, de alguna forma, como es bien conocido cuando el niño se encuentre bien emocionalmente presenta mayor satisfacción con la vida, mayor calidad y cantidad de relaciones sociales, un clima familiar más positivo, más éxito académico y mayor conducta pro social.

cómo se describe en este apartado esto pareciera ser algo muy mencionado y conocido, pero no se ha hecho en realidad mucho para que los niños en mayor cantidad tengan un mejor desarrollo en los ámbitos mencionados anteriormente; la implementación de programas de Inteligencia Emocional (IE) podría ayudar a que en un futuro la sociedad sea menos irregular emocionalmente que la que se presenta actualmente.

Implementar un programa de Inteligencia emocional dentro de la institución educativa puesto que por el modo de vida que actualmente se presenta, es importante para que desde niños se les involucre en estas situaciones de la Inteligencia Emocional y que en un futuro tengan una mejor calidad de vida; principalmente porque los padres ya no se involucran tanto con sus hijos debido a que es necesario que ambos laboren.

4.- MI FILOSOFÍA DOCENTE

“Uno recuerda con aprecio a sus maestros brillantes, pero con gratitud a aquellos que tocaron nuestros sentimientos.” (Bodet, 1996).

Mi deseo de ser maestra, nació desde que ingresé al preescolar, donde conocí entre primero y segundo grado a una docente que me cambió la vida, tenía algo en su forma de tratarnos, tal vez era la pasión con la que enseñaba, su cariño e interés, su entrega que aun desde esa edad alcancé a percibir y a recordar como una de las mejores experiencias de la infancia.

Desde entonces mis juegos más comunes en casa, con mis hermanas, eran ser maestra, y nunca se alejó esa idea de mi cabeza, a pesar de no tener dentro de mi contexto familiar, alguna persona relacionada a este ámbito y sin saber realmente que era lo que implicaba serlo.

Fue un largo recorrido de la primaria a la universidad, en el cual muchos docentes fueron parte de mi vida y reforzaron mi idea de ser maestra, también existieron aquellos que sembraban la duda acerca de esta decisión, así como los que hacían de la clase, algo que se disfrutaba y me impregnaba más de mis ganas de ser una buena docente.

Al entrar a la universidad, dude de mis capacidades, lejos de mi pasión por querer estar frente a un grupo, al hacer un primer intento de entrar a la Normal del Estado y no poder lograrlo, pero la vida me brindó una oportunidad, para prepararme como licenciada en pedagogía, donde poco a poco me ilusioné más con la idea de llegar a verme como la maestra que jugaba e imaginaba de niña.

Ya dentro de mis primeras experiencias laborando me di cuenta de mi verdadera realidad del ser un docente en la actualidad, pues es prácticamente el enfrentamiento constante contra la sociedad de hoy en día, pero eso no fue un punto para querer alejarme de mis convicciones más bien se convierte en un reto para ser aquella que muestre una diferencia entre todos los demás.

Soy una docente que además de formar una parte intelectual, forma desde una parte humana, preocupándome de que todo aquel aprendizaje que yo logre producir, sirva para hacer de mis alumnos, seres libres, capaz de defender sus propios ideales y pensamientos; seres que tengan sueños y metas sin pensar en que puedan decidir los demás por ellos.

Bajo esta determinación una de mis prioridades es considerar a mis alumnos parte importante de mi labor como docente, no son solo niños a los que tenemos que enseñar porque nos pagan por ello, son seres humanos que viven, que sienten que muchas veces pueden presentar problemas que, si como adultos son difíciles de enfrentar, no podemos interpretar que tanto lo sea para un pequeño.

Si en este momento de mi vida me preguntan ¿Qué es para tí un alumno?, mi respuesta sería simple, el alumno es un ser humano, lleno de emociones, sentimientos, conocimientos, los veo como la esperanza de mejorar el mundo, son seres que necesitan ser escuchados, comprendidos y motivados, para mí los alumnos, son la oportunidad de mejorar a la sociedad y de crecer como persona y profesional, son mi motivo de ser mejor cada día que este dentro de un salón de clases, y en tanto se pueda haré lo posible porque así sea.

El aprendizaje se puede definir de muchas maneras, y es real que, sin necesidad de ir a un centro educativo, parte esencial del desarrollo de la vida, es crecer y madurar conforme a las experiencias del día a día, pero ¿Qué es lo que realmente significa para mí el aprendizaje desde mi experiencia como docente?

Creo que el aprendizaje va aún más allá, sobre todo en la actualidad en el que el nuevo modelo educativo, pide la generación de un aprendizaje integral, por lo que puedo considerar que el aprendizaje ocurre cuando trabajan sobre la misma línea: padres, docentes y alumnos.

El aprendizaje es aquel que puede hacer de mis alumnos seres independientes, seguros, sociales, que se expresan con libertad, al tiempo que defienden sus ideales para alcanzar sus propias metas, siempre colocando de por medio el uso de hábitos y valores que lo conviertan en la mejor versión de sí mismo.

Por tanto, el aprendizaje no se da por sí solo, se da como parte de un proceso lleno de experiencias, emociones, la interacción consigo mismo, con los demás, con los diferentes entornos de los que las alumnas forma parte; el aprendizaje ocurre no solo de un docente a un alumno, ocurre entre alumnos o incluso, de alumno a docente, pues puedo decir desde mi corta experiencia que es tan poco lo que yo he podido enseñar comparado con lo que he podido aprender gracias a ellos.

Es por eso que no se puede determinar un solo lugar como medio de aprendizaje del alumno, ni mucho menos una sola persona, el niño aprende cuando entra en contacto con lo que le rodea, sea el lugar que sea en el que se encuentre, aprende de aquellas personas que se abren a compartir sus emociones y comprender sus conductas.

Estoy consciente que, dentro del camino para poder lograr de mis pequeñas, seres humanos que además de ser independientes, tengan la seguridad de enfrentar los retos de la vida personales y sociales, aún faltan objetivos por lograr, pues cubrir sus necesidades educativas va más allá de ofrecerles material de calidad para sus clases. Sería mejor para la vida que las competencias o habilidades que le pueda proporcionar a mis alumnas, sean para que se conviertan en la mejor versión de ellas mismas.

Es entonces que podré decir con satisfacción que mi trabajo está hecho, pues veo los aprendizajes logrados, lejos de un papel, que la propia alumna pude lograr y al superarse a sí misma, como docentes es importante nunca olvidar que el éxito de una persona, no se mide con un número, se mide a partir de su crecimiento personal, profesional y humano.

La escuela debe de ser algo más que un lugar donde se imparta el aprendizaje, donde solo se de formación cultural, deportiva y de conocimientos generales, la escuela debe de ser un ambiente lleno de experiencias que más que enriquecernos a cerca de una materia en particular debe de enriquecernos para la propia vida.

A partir de mi experiencia, y de algunos autores previamente estudiados, puedo determinar que la evaluación es el proceso inicial, intermedio y final que se da en el

camino de la enseñanza y el aprendizaje, que permite ver al profesor y al propio alumno si los objetivos planteados se han convertido en aprendizajes logrados.

Los tipos de evaluación van encaminados al proceso de análisis y reflexión sobre los logros obtenidos y las áreas de oportunidad, siempre abriendo un espacio para la mejora continua, tomando en cuenta los momentos, dejando a un lado la evaluación sumativa debido a que las emociones y conducta solo podrán ser medidas de acuerdo a las cualidades y actitudes presentadas por los alumnos.

Si vamos a hablar de inclusión en la educación, para mí ser inclusivo es entender, que, en tu salón de clases, tienes una diversidad que debe de ser respetada y tomada en cuenta de la misma manera, pues no necesitas tener algún alumno con discapacidad, para entender que cada alumno es tan distinto a tí, que el enseñar no se trata de moldear, se trata de explotar aquellas diferencias que enriquezcan a la sociedad a través de tus alumnos.

Me han hecho comentarios buenos y malos, no siempre he tenido experiencias que recuerde con cariño, o vivencias que hayan sido exitosas como docente, pero cada una de ellas me ha marcado de una forma que cada día crecer implica parte de lo que soy, lo que fui y lo que quiero llegar a ser.

En el caso de los padres de familia que son parte del ámbito educativo donde me estoy desarrollando actualmente, pertenecen a un nivel socioeconómico alto, siendo sus principales actividades laborales la industria, el comercio y la política, las madres generalmente se dedica a labores sociales.

Entrar en este ambiente ha sido complicado y me ha costado trabajo poder entender el contexto tanto de padres como de alumnas, que a diferencia de mis experiencias anteriores, la comunicación entre ellos y las maestras era constante, pero gracias a estas vivencias he podido comprender que es necesario ponerme en los zapatos de cada uno de ellos y entender su manera de ver la vida y a sus hijos, no trato de transformar ni a ellos ni a los alumnos, pero si puedo encaminarlos para crecer como personas, esa será mi constante.

Considero que es deber del docente hacer entender al padre que los valores no se han perdido por culpa de la tecnología, los medios de comunicación o la propia sociedad actual, los valores se han perdido debido a que la familia misma, no ha sabido promoverlos desde el inicio y durante las etapas de vida de sus hijos.

La educación de los hijos nace en la familia y se promueve en la escuela, pero el aprendizaje solo se dará cuando la familia entienda que el aprendizaje se construye día con día y no se transmite de manera simple en un salón de clases, de una persona a otra, entonces mi éxito como docente será cuando consiga que familia, escuela y alumnos tracen juntos el mismo camino.

Estoy consciente de que no soy la maestra modelo, pero sin duda alguna, gracias a los estudios realizados durante este tiempo en el posgrado me he permitido crecer y cambiar mi perspectiva abrir de una vista profesional a una vista más humana. Sin duda alguna a lo largo de mi corta experiencia ininidad de veces me he preguntado ¿Por qué elegí esta carrera?, pregunta que comenzó a resonar aún más en mi cabeza, al ver la educación hoy en día, al final me vuelvo a hacer la misma pregunta, y basta con ver a cada una de mis pequeñas para responderme.

No hay mejor satisfacción, que dedicarse a la educación, pues nos vuelve más humanos, más honestos, más incansables, nos vuelve aquellos que han aprendido que lo mejor de esta vida está en aquello que fue difícil de lograr, pero se disfruta en cada minuto de entrega, por eso sé que mi verdadera profesión y pasión es ser llamada maestra.

5.- RUTA METODOLÓGICA

El aprendizaje de los principios básicos del método científico, es un punto de partida para la reflexión y actuación ante los fenómenos que ocurren dentro y fuera de un contexto. En la sociedad actual, la generación, apropiación y aplicación del conocimiento tienen una importancia relevante dentro del ámbito educativo debido a la creciente necesidad de los docentes para querer seguirse preparando y realizar un servicio con calidad que verdaderamente proporcione un mejor futuro.

En función a lo anterior, la práctica de investigación se convierte en una tarea ineludible, particularmente en la comunidad académica, utilizada por los docentes que buscan obtener una profesionalización adecuada, para enfrentar los retos de la sociedad actual, por lo que a continuación se muestra el camino metodológico que constituye un portafolio y su transcurrir hacia la investigación de las emociones.

5.1 La investigación como factor de transformación de la práctica docente

La investigación forma un punto central en aquellos estudios que buscan el transformar la realidad, para mejora propia y de su entorno, por tanto, es necesario considerar que "La investigación es un conjunto de procesos sistemáticos, críticos y empíricos que se aplican al estudio de un fenómeno o problema." (Restrepo, 2000, p.8).

Como docente le di relevancia a la investigación, sólo hasta que me di cuenta que es un proceso fundamental dentro de mi labor, pues si busco ser una maestra que realmente transforme la educación, no puedo dedicarme a aplicar estrategias sin tener un fundamento de por medio.

Entonces reconocí el concepto que guió de manera fundamental la elaboración del presente portafolio, teniendo en cuenta que, la investigación educativa se define como "La investigación aplicada a objetos pedagógicos en busca del mejoramiento de la educación" (Restrepo, 2000, p.4). Es decir, toda aquella investigación realizada

que proporcione al docente las estrategias necesarias para atender una problemática en particular.

Por lo que el poder aplicar lo que este concepto indica me permitió comenzar a analizar cada acción en el aula, logrando detectar una problemática, que era necesario atender, desde el punto de vista de la investigación, esa problemática detectada fue la falta de autorregulación emocional en las alumnas, misma que se determinó a través de un proceso de diagnóstico, análisis, reflexión y aplicación de las herramientas que la investigación educativa me proporcionó.

5.2 La investigación cualitativa

La investigación cualitativa, utilizada como técnica de investigación educativa, requiere de una planificación previa que me posibilite recoger información referente al problema o la cuestión que me preocupa.

Por lo que me fue necesario analizar que “En la investigación cualitativa, el investigador ve al escenario y a las personas desde una perspectiva holística, los grupos no son reducidos, sino considerados como un todo” (Taylor y Bodgan, 1987, p.168). Es decir, que tener en cuenta las características del grupo de estudio que nos dan pauta para determinar una problemática, toman relevancia para medir tanto las causas como los progresos que pueden existir dentro de una investigación de este tipo.

Fue entonces cuando entendí, que como profesora dentro de una investigación de tipo cualitativa debo de tener una perspectiva amplia y una mirada abierta, que me permita analizar a mi grupo como un todo, pero que, dentro de ese todo, existen características que me adentran a la problemática planteada, refiriéndome a aquellos rasgos en la personalidad tanto del grupo como de cada alumna, que las llevo a presentar la falta de autorregulación afectando de manera directa su desarrollo integral.

Respecto a los procesos y fases de la investigación cualitativa se utilizaron las siguientes:



Tabla 4: Fases de investigación (Taylor y Bodgan (1987). Investigación cualitativa) (Creación propia 10/02/20)

Es entonces mediante del gráfico anterior que puedo demostrar el proceso a través de la investigación cualitativa que dio pie a la determinación de la problemática aquí presentada, considerada como la falta de autorregulación en las alumnas de tercer grado.

La observación se realizó desde el primer momento me permitió, tomar en cuenta que las actitudes de las alumnas serían trascendentales en esta problemática, para la recolección de datos y descripción de resultados, se utilizaron distintas técnicas que describo en los siguientes párrafos.

El diseño de acción y la información se obtuvieron a partir de la planeación de secuencias y los resultados de la misma mediante los análisis de clase, estas etapas de la investigación cualitativa, me permitieron puntualizar como docente aquellas herramientas que me brindan la oportunidad de fortalecimiento profesional y personal.

Además, dentro de la investigación cualitativa, se utilizaron diversas técnicas para la aplicación de instrumentos que me proporcionaron la recogida de información necesaria tales como: observación participante, entrevista, encuesta y grupo de discusión.

Recalcando que de acuerdo a lo dicho por Taylor y Bodgan (1987), “la observación fue de tipo participante, debido a que como docente en todo momento formé parte activa de la investigación analizando las prácticas de los alumnos y la propia”. (p.164).

Por otro lado, la entrevista se realizó a los padres de familia y a la tutora personal de las alumnas con el objetivo de tener una fundamentación de las observaciones aplicadas al momento mediante un diario de campo. En cuanto a la técnica de encuesta, se aplicó de manera directa con las alumnas, para determinar mediante situaciones reales, qué tanto conocían de las emociones y su manejo dentro de una acción determinada.

Sin embargo, esta investigación forma una parte del portafolio trascendental por lo que las siguientes técnicas a analizar se vuelven de suma importancia al reflexionar sobre cómo aplicarlas dentro de la investigación realizada, pues se vuelven un complemento que fortalece el proceso de investigación aplicado.

5.3 Aportes de la investigación-acción para el favorecimiento del control emocional

Las propuestas que han sobresalido para catalogar las distintas modalidades de la investigación – acción se basan en diversos criterios; principios ideológicos, objetos científicos y niveles de participación.

Es por eso que pongo sobre la mesa lo propuesto por Restrepo (2000) que se sitúa a “la investigación-acción, con la aplicación del método científico en otras disciplinas” (p.34). Su modelo especifica una espiral de actividades, llevadas a cabo dentro de este portafolio, que dan continuidad de busca y mejora para la problemática detectada

Gracias a este espiral de actividades, pude comenzar a formular las estrategias adecuadas para atender la problemática, tomando en cuenta, según lo dicho por Restrepo (2000): “El profesor debe poner en claro que la razón por la que está

desempeñando el papel de investigador es la de desarrollar positivamente su enseñanza y hacer mejor las cosas.” (p.3)

Siguiendo la reflexión anterior, formulé las estrategias, orientándolas a la atención de la problemática, pero atendida desde dos polos, el del trabajo con los alumnos, y también el propio trabajo como docente.

Dicho de otra manera, para ser una buena docente con capacidades investigativas, la reflexión sobre mi práctica debe de ser constante, y aprender a transformarla desde un punto de vista crítico constructivo, es esencial.

Para profundizar esa mirada, se da paso a la investigación formativa, analizada de forma reflexiva en el siguiente apartado, para comprender la relevancia de su desarrollo dentro de mi profesionalización docente.

5.4 La investigación formativa como parte del cambio de la práctica docente

Según Restrepo (2000) la investigación formativa es un “Proceso de búsqueda de nuevo conocimiento, caracterizado por la creación del acto, por la innovación de ideas, (p. 196). Este concepto pude verlo reflejado dentro del estudio de posgrado, pues me ayudó a comprender que como docente cada problema del alumno implica una acción en mí, que se debe poner en práctica para la mejora personal y profesional propia.

Cerda (2007) expone que “la relación del maestro con la investigación formativa se puede percibir en tres sentidos, mismos que fueron utilizados para el desarrollo de este portafolio: desde su campo profesional, la investigación para plan de estudios y como docente actualizado”. (p. 39)

De acuerdo a lo anterior, desde el campo profesional, se desarrolló al tomar en cuenta el contexto interno y externo del grupo de estudio, la investigación fue parte del plan de estudios en todo momento debido a que, para el diseño de una

planificación focalizada, fue necesario tomar cada teoría aquí mencionada, dándole sustento a las estrategias pedagógicas humanistas trazadas.

Y por último parte importante de la investigación, es el mantenerme como una docente actualizada, proceso que no sería posible de no ser por la ayuda que el grupo de tutoría me brindo de manera constante, complementándolo con aquellas asignaturas que me permitieron darle el verdadero significado a la palabra investigación, a continuación, describo como se desarrolló el portafolio aquí presentado.

5.5 Construcción del portafolio temático

Al producirse un proceso constante de autoevaluación y reflexión crítica sobre mi práctica, como docente, asumo los errores como fuente de aprendizaje y al mismo tiempo diseño y aplico nuevas alternativas de acción.

A partir de lo analizado por Elliott (2000), junto con algunas investigaciones de Schön (1987), se determinaron las fases a seguir dentro de la redacción e investigación del portafolio temático:

1.- Recolección de datos: se realizó a través de diagnósticos en diferentes momentos, una encuesta contextualizada para los alumnos, una entrevista a la tutora personal, así como algunas encuestas realizadas a los padres de familia.

2.- Selección de evidencias: se utilizaron como parte del portafolio los resultados del diagnóstico, así como las intervenciones realizadas, teniendo en cuenta los propósitos planteados de manera general, y la pregunta de investigación a dar respuesta dentro del propio portafolio.

3.- Reflexión y análisis: después de la información analizada mediante las diversas técnicas de investigación cualitativa se dedujo la siguiente pregunta de investigación: **¿Cómo favorecer las habilidades socioemocionales de las**

alumnas del tercer grado en educación primaria para desarrollar la inteligencia emocional?

Teniendo entonces como principales propósitos. Los logros obtenidos por las alumnas con base a la autorregulación y el del docente a la generación de estrategias quedando de la siguiente manera:

-Alumnos: Favorecer el desarrollo de las habilidades socioemocionales en mis alumnas de tercer grado mediante el diseño de diversos espacios para la convivencia

-Docente: Profesionalizar mi práctica docente mediante la implementación de estrategias de autorregulación que permitan favorecer las habilidades socioemocionales en mis alumnas de tercer grado de educación primaria

La línea de estrategia pedagógica humanista principal está basada por Goleman (1995), pieza clave de la inteligencia emocional, que menciona que: “Tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre, una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas”. (p.82)

Al retomar la teoría anterior, para seguir una misma línea de investigación y estrategia pedagógica se obtuvieron los siguientes diseños:

Análisis	Artefactos
Análisis 1: Navegando en mis emociones	-Fotografías de actividades -Trabajos de reconocimiento individual -Viñetas narrativas -Indicadores de logro (tablas y gráficas)
Análisis 2: Conociendo el corazón de un niño	-Fases de autorregulación -Fotografías -Viñetas narrativas -Tablas

	-Indicadores de logro
Análisis 3: Las emociones en el mundo real	-Viñetas narrativas -Fotografías -Gráficas -Evidencias de evaluación y avances
Análisis 4: Construyendo la inteligencia emocional	-Fotografías -Tabla: Fases de autorregulación -Evidencias de trabajo de las alumnas -Resultados de autoevaluación
Análisis 5: Una visión de vida a través de las emociones	-Tabla de fases de autorregulación -Imagen congelada de aprendizajes previos -Gráficas de habilidades emocionales -Evidencias de trabajo de las alumnas -Fotografías -Lista de cotejo final

Tabla 5: Artefactos de investigación (Elaboración propia, 05/03/20)

Es primordial señalar que llevar a cabo una evaluación por medio del portafolio requiere de una guía y apoyo metodológico que ofrezca a los docentes las bases teórico-conceptuales para la construcción del mismo. A continuación, para dar profundidad a la investigación planteada dentro del portafolio se analiza el protocolo de focalización como elemento fundamental de la construcción de una práctica reflexiva, que me llevó por un camino de transformación para lograr la profesionalización de mi práctica docente.

5.5 El protocolo de focalización como herramienta de transformación

Según lo dicho por Allen (1998): “El Protocolo de Focalización del Aprendizaje se utiliza para la solución de problemas”. (p.98). Por lo que, en cada uno de ellos, como docente evaluó mi trabajo (identificando fortalezas y debilidades) y, finalmente, ofrecen sugerencias para el mejoramiento.

El tener un enfoque central bajo el que se realizaron los diseños de acción para la búsqueda de solución de la problemática presentada, facilitó el cumplimiento de los objetivos planteados dentro de la investigación.

Para llevar a cabo dicho protocolo se tomaron en cuenta las siguientes fases:

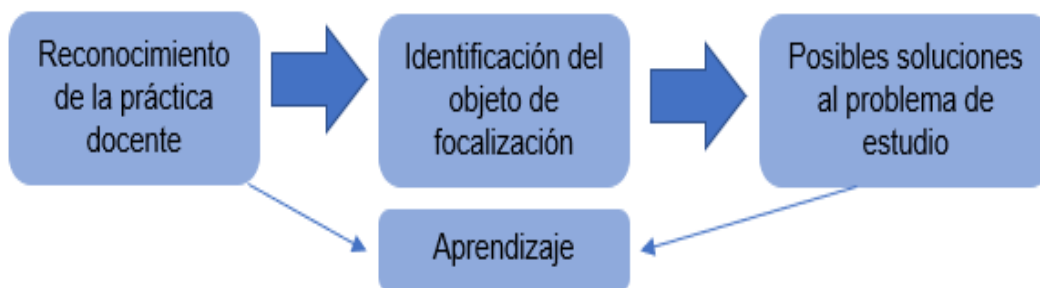


Tabla 6: Proceso de focalización del aprendizaje (Hernández, 2014. p 4) (Creación propia, 05/03/20)

De acuerdo a lo mostrado en el gráfico anterior, las posibles soluciones de estudio se dan a partir del reconocimiento personal y profesional como docente, a fin de lograr alcanzar los objetivos planteados, teniendo siempre en mente el desarrollo emocional de mis alumnos.

Por tanto, el portafolio no solo trató de darle solución a una problemática detectada, mediante el desarrollo de una investigación, pues el crecimiento profesional y personal, no hubiera sido posible de no haber puesto en tela de juicio mi propia práctica a través de este proceso.

5.6 El ciclo reflexivo de Smyth

Gracias al estudio del ciclo reflexivo de Smyth, se sentaron las bases que me permitieron estructurar la investigación para la construcción de este portafolio. Para desarrollar el ciclo reflexivo de Smyth se tomaron en cuenta las siguientes fases:

1.- Descripción: Smyth (1989), refiere a la descripción como “Una reflexión que el docente realiza acerca de las acciones ocurridas durante la clase,”. (p.149). Fue a través de este proceso que el poder describir cada aspecto de lo que antes consideraba como una simple secuencia didáctica me permitió determinar las habilidades y debilidades de mi grupo, incluyendo mi práctica docente.

2.- Información: “Todo profesor actúa siguiendo unos principios teóricos a través de la experiencia diaria: (Smyth, 1989, p.87). Por tanto, la parte de la información dentro de mi portafolio, me permitió tener un punto de vista focalizado a partir de teorías que sustentaban de una manera esencial la investigación realizada, pues daban coherencia a cada momento analizado durante la práctica.

3.- Confrontación: entendida desde el punto de vista de Smyth (1989) como: Reflexión realizada entre profesores o de manera colaborativa” (p. 103). Considero que dentro las distintas fases del proceso reflexivo, la confrontación es una de las más rica, pues con los trabajos realizados en conjunto con mi equipo de cotutoría y tutoría, la investigación fue nutrida de manera que me permitió avanzar en lo personal y profesional.

4.- Reconstrucción: “Proceso por el que los profesores y profesoras inmersos en un ciclo reflexivo, reestructuran su visión adoptando un nuevo marco a inicial” (Smyth, 1989, p.238). Atravesar por un proceso de reflexión constante me permitió como docente tener la apertura de reconocer mis aciertos y errores, y no quedarme encerrada a una sola idea, sino tener la perspectiva de más posibilidades al alcance.

El ciclo debe de visualizarse como la propia palabra lo indica, pues a pesar de ser distintas fases, cada una de ellas se retoma, considerando que todo el proceso tiene

como objetivo, la mejora constante para el logro de la profesionalización docente, tal y como se muestra en el siguiente gráfico:

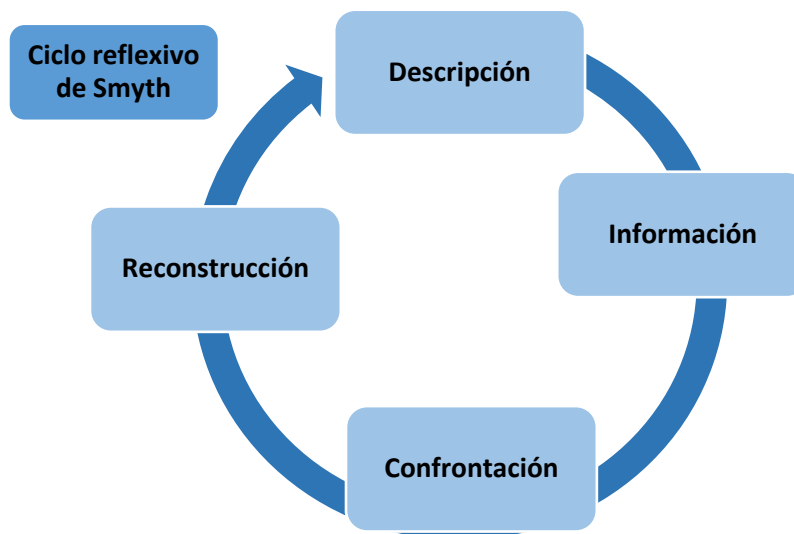


Tabla 7: *Ciclo Reflexivo de Smyth (Elliott, 1993) (Creación propia, 10/02/20)*

El ciclo reflexivo de Smyth formó parte del desarrollo de investigación importante dentro de mi portafolio, sino que me permitió llevar el proceso de reflexión más allá de detectar lo que está bien y lo que está mal, puesto que el análisis de mi práctica me permitió ver aquellas áreas de oportunidad que, al mejorar dentro de mi profesión, los frutos de los logros obtenidos recaen directamente en el crecimiento de mis propias alumnas y en mi desarrollo profesional, mismo que a continuación se analiza desde un punto de vista focalizado al trabajo colaborativo que contribuyó de una manera relevante en la investigación.

5.7 El grupo de tutoría y mi desarrollo profesional

Hace algunos años atrás, yo era una docente que, a pesar de amar su profesión, me sometía a lo que el sistema o la propia institución donde laboraba me solicitaba,

me bastaba con ver que mis alumnos comprendieran los contenidos que se les daban y todas mis estrategias se relacionaban solo con los libros.

Al transcurrir el tiempo, y encontrarme con esta maravillosa experiencia del poder estudiar un posgrado, de cierta manera quitó de mí una venda atada por lo que todos como docentes estamos acostumbrados a ver y a ser, para ampliar mi panorama y darme cuenta de que “El profesor debe poner en claro que la razón por la que está desempeñando el papel de investigador es la de desarrollar positivamente su enseñanza y hacer mejor las cosas” (Restrepo, 2000, p.3).

Me queda claro mediante lo anterior, que antes del estudio de posgrado, era sólo una docente, pero después de conocer y transcurrir esta disfrutable aventura de crear un portafolio de investigación, se cuál es mi verdadero papel dentro de la educación, ser una profesional que marque la diferencia en su comunidad escolar.

A su vez el progreso que se pudo dar dentro de mi práctica no hubiera sido posible sin la ayuda del equipo de tutoría y cotutoría que, gracias a la maestría, pude conocer. Pues el trabajo colaborativo como mencionaba Villar (1992) “Retoma un sentido cuando el proceso entre pares determina aprendizaje práctico y verídico” (p.238), en mi caso el trabajo colaborativo realmente tomó un sentido al conocer y tener el privilegio de poder compartir con mi equipo de tutoría.

Entre mi tutora y mis dos compañeros de equipo mi crecimiento se vio fortalecido debido a que cada una de sus aportaciones, así como sus sugerencias y muestras de apoyo no sólo me permitieron hacer un análisis introspectivo de mi práctica profesional.

El trabajar con un gran grupo de profesores, me permitió darme cuenta de la importancia del desarrollo de un trabajo colaborativo real dentro de mi salón de clases y valorar que el individualismo genera ideas confusas que no sostienen un fin determinado.

5.8 Reflexionando sobre la importancia de la investigación en la educación

La investigación me volvió una docente con apertura, con habilidades para cuestionarme y fundamentar lo que hay a mi alrededor, pero gracias al gran equipo de trabajo, esta experiencia del posgrado me permitió darme cuenta de que soy una docente dispuesta a mirar más allá de lo que tengo enfrente y hacer de las alumnas del presente una esperanza de mejora en el futuro

Mediante este proceso entendí que el ser docente que realmente ama lo que hace, es disfrutar de cada paso que se tiene que dar para lograr el crecimiento personal y profesional propio y de las alumnas. Ese crecimiento, solo pudo lograrse mediante la investigación, por lo que también tuve que aprender a amar la investigación, lo cual me llevo a analizar todo lo que me rodea: mis alumnos, su contexto, la realidad actual y todo lo que ello implica dentro del logro de aprendizajes en mi comunidad educativa.

Incentivar la investigación, incluso en mis propias alumnas es clave, pero el primer pilar para lograrlo es el docente, puesto que mi papel, es actuar como ejemplo construyendo el conocimiento de manera innovadora y constante, por lo que cada día y experiencia en el aula se vuelven trascendentales.

Termino al resumir aquellos aprendizajes que sin duda alguna dejan marcada mi profesión como docente, de tal manera que mi visión de la educación dejo de ser la misma, puesto que ahora estoy consciente de que las nuevas generaciones de cada escuela, requieren profesionales que sepan transformar el ímpetu de cambiar al mundo y entender que eso solo puede comenzar en el aula.

Se que mi camino por recorrer apenas comienza, pero ahora tengo pleno conocimiento de que para lograr visualizar a grandes alumnas nunca debo dejar de visualizarme como una gran docente.

6.- ANÁLISIS DE LA PRÁCTICA

6.1 Primer análisis: Navegando en mis emociones

“Sentir emociones es lo que hace a nuestra vida rica” (Goleman, 1995)

Martes 22 de octubre del 2019

Con el motivo de atender la falta de autorregulación en las alumnas de tercer grado grupo A, se diseñaron distintas intervenciones para generar el conocimiento, identificación e interpretación de sus emociones, mediante la creación de serie de estrategias adecuadas para lograr el autocontrol de su comportamiento a partir del conocimiento de sus emociones.

Una de las posibles causas detectadas durante el proceso de diagnóstico, fue la influencia de la forma de trabajo que se maneja dentro del colegio, al ser de tipo privado de alto prestigio, tiende a cumplir con las exigencias de los padres, por lo que la manera en cómo se educa a sus hijas no es la excepción.

En general yo solía ser una docente a la que le gusta el orden y la disciplina sin volverme extremista, por lo que era muy puntual con ellas a la hora de dar indicaciones y reglas, hasta entonces se han trabajado con mediadores propuestos por mis compañeras, pero no han funcionado, quizá por falta de seguimiento, porque no se han tomado en cuenta sus características de desarrollo y porque siento que nos falta demostrarnos más como figuras de autoridad ante ellas.

A partir de un análisis reflexivo con base a la teoría de Daniel Goleman en su libro de inteligencia emocional (1995), fue como descubrí que el proceso que estaba por comenzar implicaba estudiar las estrategias de inteligencia emocional, adecuadas para atender la problemática detectada.

Para emprender el proceso de manera que se logre centrar en las etapas propuestas por Goleman (1995), para el logro de la autorregulación, se llevara a acabo de la siguiente manera:

Se comenzará por una primera etapa donde se tenga como base el reconocimiento emocional, pues el conocer e identificar sus emociones, ayudará a las alumnas a comenzar a construir su autonomía, de la misma forma como siguiente etapa, es necesario trabajar en la expresión emocional, el cómo lograr que expresen sus emociones mediante distintas formas, las hará capaces de entender, a través de distintos canales, pero es necesario el encontrar el más factible de acuerdo a las características de la alumna, para formar una conexión entre acción y aprendizaje.

Por último, esta acción las llevará a la autorregulación y control emocional necesarias para la mejora de su forma de ser y actuar ante una situación concreta, que la alumna tenga que enfrentar a lo largo de su vida diaria, y crear entonces un aprendizaje significativo real.

Tener en cuenta lo anterior, me ayudó a puntualizar las características a mejorar dentro de esta problemática y a definir cuál sería el propósito por el cual comenzaría a trabajar: Identifica situaciones que le generan emociones aflictivas y no aflictivas y las comparte, y reconoce el efecto de las emociones en su conducta y en sus relaciones con los demás.

De acuerdo al propósito enunciado decidí instrumentar una secuencia didáctica que según Tobón (2010) “Se trata de considerar un problema significativo y pertinente del contexto para orientar el proceso de mediación docente” (p.15), es decir que la secuencia didáctica aquí planteada, me permitirá generar una mediación entre alumna y docente para lograr un propósito en particular.

A demás de las teorías ya mencionadas dichas fases de intervención tiene como sustento los aprendizajes esperados correspondientes a la asignatura de educación socioemocional según el programa de aprendizaje integral del nuevo modelo educativo 2017 (SEP, 2017).

El enfoque de esta actividad fue principalmente humanista, porque como refiere Hernández (2008) “La educación humanista se basa en la idea de que todos los alumnos son diferentes, y los ayuda a ser más como ellos mismos y menos como los demás” (p. 106). Es decir que teniendo en cuenta la problemática de esta investigación el ayudar a las alumnas a conocerse así mismas a entrar en lo que sienten y piensan ayudará a cumplir el propósito inicial planteado.

La intervención se desarrolló dentro del bloque uno del primer trimestre del presente ciclo escolar, teniendo como tiempo de clase cuarenta minutos, dentro del día 22 de octubre; con base al campo formativo de educación socioemocional, tomando como enfoque pedagógico las emociones básicas, para el trabajo dentro del contenido de expresión de las emociones.

22 de octubre del 2019

En cuanto sonó el timbre de la entrada, justo a las ocho de la mañana, las niñas corrieron a su salón, pues sabían que era hora de comenzar la clase, cuando llegue al salón saludé muy fuerte con un buenos días mientras las niñas como ya era común, estaban paradas, algunas platicando, otras aun entrando al salón, por lo que a veces es necesario saludarlas más de una vez y darles un conteo del para que se incorporen a su lugar.

Algunas de ellas se mostraban dispersas y poco emocionadas, pues analizando lo sucedido respecto a el desarrollo del niño Dorothy Cohen (2000) menciona que “la actitud hacia la vida se vuelve entonces apática, los maestros saben que las abruma de aburrimiento”. (p.228) Estas niñas parecen haber adquirido un nuevo rasgo: La renuencia a aceptar la autoridad de un adulto.

De esta forma se les explicó que parte de las actividades “diferentes” sería que grabaríamos la clase, en cierto punto harían una autoevaluación de su comportamiento, como en cada clase de rutina normal se les pregunta si están de acuerdo con el desarrollo de la sesión a lo que todas puntualizaron gritando que sí.

Se les solicitó a las alumnas pasar al jardín y salir formadas con orden, yo llevaba una mochila por lo cual algunas alumnas comenzaron a preguntar con desesperación, queriendo saber lo que había ahí. La actividad tenía el objetivo de conocer sus emociones base, esa emoción que la domina y que suele presentarse de forma natural como parte de su personalidad, aunque muchas veces no se pueda tener un control real sobre ella, esto me permitiría analizar si las emociones que dificultaban su comportamiento eran la misma que presentaban de manera natural ante el objeto detonante.

Si bien las alumnas presentaban el comportamiento observado como común en un inicio, al observar que eran grabadas, su comportamiento comenzó a salirse más de control, esto con el objetivo de querer llamar la atención de la manera que les fuera posible en ese momento.

Si se les ordenó volver a prestar atención a la actividad, sin embargo, al llevar las emociones como tema central de la investigación desarrollada, la observación de todo este tipo de comportamientos resultaba material a analizar para mí, el poder ver sus reacciones emocionales y conductuales me da un punto de partida hacia un análisis más profundo.



Artefacto 1: *Imagen sobre reacciones emocionales ante el objeto detonante (22/octubre/19)*

Al pasar a “Rufina”, como se muestra en el artefacto, por cada una de las alumnas, fue sorprendente ver cómo sus reacciones naturales al objeto detonador coincidían totalmente con aquellas emociones que generaban conductas poco controladas para las niñas.

Las alumnas que generalmente son muy activas y efusivas lo fueron al mover de manera brusca al conejo, o bien alumnas pasivas y tímidas trataban con más tacto, al igual que aquellas que les falta el control de impulsos en cuanto a la delicadeza y empatía.

El que sus comportamientos naturales con el objeto, coincidieran con aquellas emociones difíciles de controlar me permitió confirmar que para generar autorregulación en las alumnas es necesario hacerlas conscientes de conocerse a sí mismas, empezando por conocer aquellas emociones que las dominan y la importancia de saberlas manejar para entonces tener completo control sobre ellas.

Para la siguiente actividad como parte del desarrollo de la secuencia de la clase, se les da como primera indicación pasar al salón, donde se proyectará un video, en el cual tomando como base el aprendizaje situado se muestran algunas experiencias familiares y emocionales de las alumnas como parte del video, refiriéndome a que son las emociones, lo positivo de poder expresarlas, y experiencias propias como problemas familiares o situaciones escolares.

Al terminar, de acuerdo a la reflexión del video, solicité que en una hoja blanca que se les entregaría, se dibujaran así mismas con su vestido o peinado favorito, y que alrededor identificaran las emociones que más trabajo les costaba controlar, para determinar si el objetivo planteado en un inicio era el adecuado.

Durante la realización de la actividad las alumnas se sintieron tranquilas, ya que dibujar es una particularidad, que al grupo les encanta por lo que comenzaron motivadas a realizar sus dibujos, María una alumna que requiere atención especial, lo hizo con apoyo de su docente sombra, pero trabajó de una manera adecuada.

Al terminar se analizaron los resultados de acuerdo a lo expresado por ellas de una manera en la que realmente pudieran reflejar lo aprendido tomando en cuenta lo desarrollo en la clase y las características propias de cada niña, obteniendo así lo siguiente:



Artefacto 2: trabajos de reconocimiento emocional (22/octubre/19)

Esto pude relacionarlo con lo planteado por Cohen (1999), quien menciona que “el tomar en cuenta los intereses de una alumna puede funcionar para poder empezar a conocerlas desde lo más profundo de cada una.” (p.245) Y sin duda a través de algo que realmente les gusta hacer como el dibujo, pude empezar a conocer su manera de percibir lo que sienten.

Es decir que de acuerdo al propósito planteado de manera inicial al tratar de llevar a cabo las fases mencionadas al inicio del documento propuestas por Goleman (1995), las alumnas estaban cumpliendo con la primera fase: el reconocimiento emocional, aunque aún faltaba terminar el proceso para fortalecer lo logrado hasta el momento.

Al terminar las actividades como parte del cierre de clase, se les cuestionó haciendo preguntas que permitieron la reflexión de la actividad, por medio de la cual se obtuvieron respuestas que fueron interpretadas, a través de un diálogo registrado en este apartado:

Profesora: chicas ¿Cómo les ayudaron las actividades para poder comprender las emociones?
¿Qué rescatas de las actividades del día de hoy?

Alumnas: (respuestas dadas de manera repetitiva) me gustó el video porque habla de cosas que si nos pasan y me hace sentir que alguien me entiende.

Alumnas: nos ayudó a entender que las emociones no son malas, no está mal enojarse o llorar, pero hay que saber cómo controlarlas para ser mejores.

Alumnas: que una emoción es algo muy importante de nosotros y que tenemos personas que nos apoyan.

Profesora: muy bien mis niñas, es importante saber que todas las emociones son normales y naturales, pero siempre hay que tener control sobre ellas para poder ser mejores personas.

Artefacto 3: *Viñeta narrativa de autoevaluación (22/10/19)*

La conversación anterior, me permitió corroborar, que el objetivo planteado se había cumplido, quizá no es su totalidad, pues estoy consciente de que el ritmo de aprendizaje de las alumnas es distinto, y que incluso el control y reconocimiento de emociones, les costará a algunas más que a otras.

Al terminar los resultados se registraron en una guía de observación que me permitiera analizar los comportamientos presentados a partir de la revisión de las actividades y del video, así como una lista de cotejo que será llenada conforme los avances que logre obtener el grupo.

Esto generó que las alumnas estuvieran conscientes de que son las emociones y la importancia que tiene el conocerlas y distinguir cuáles son las que la caracterizan dentro de su forma de ser, por lo que puedo determinar que el objetivo pudo ser cumplido, aunque en cada sesión se busca la mejora continua de su comportamiento.

Cabe destacar que en estas actividades para la alumna que presenta necesidades educativas intelectuales, solo se realizó una adecuación al final, donde se trató con ella de manera personalizada las respuestas a las preguntas de análisis.

Logros obtenidos

A partir de las actividades realizadas durante la primera intervención, pude constatar que para las alumnas realmente resulta novedoso el trabajar de manera directa dentro de las emociones, ya que nunca se había atendido de esta manera, están tan inmersas en su contexto que les resulta difícil salir de lo que para ellas es algo común.

Además, tomando en cuenta el objetivo principal planteado durante la clase, puntualice diferentes aspectos para determinar que pudo cumplirse con las expectativas planteadas para el término de la sesión realizada, de acuerdo a la secuencia planteada para su logro.

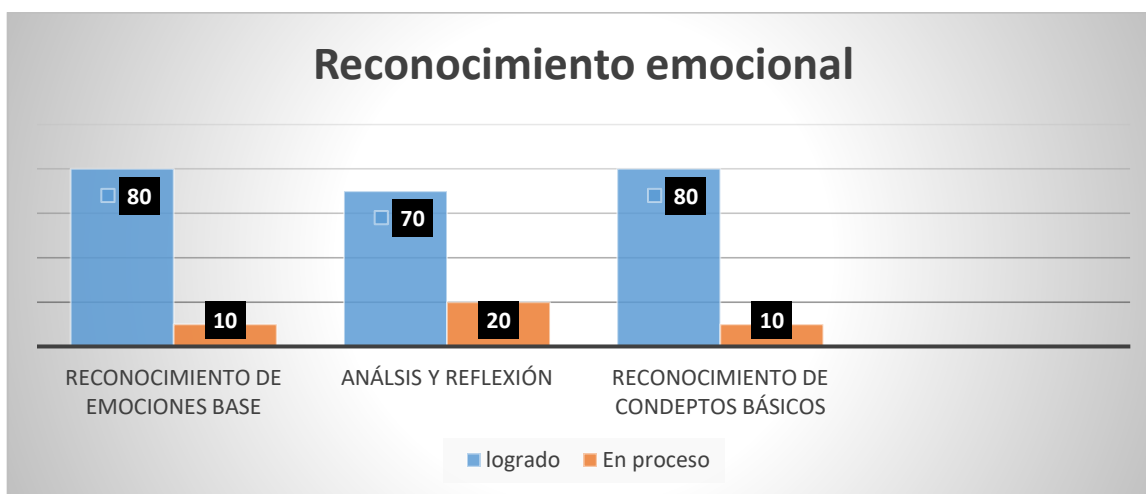
Siento que el objetivo planteado fue logrado, ya que al no haber trabajado antes con las alumnas de manera directa sobre sus emociones, al principio resultó novedoso para ellas, las sacó de su rutina lo cual no todo el tiempo puede resultar favorable. Al inicio de la sesión las alumnas, tuvieron un comportamiento que, en realidad, hasta este momento se da de manera “común” en ellas, pero que forma parte de su falta de autocontrol emocional y conductual, por lo que no me fue de asombro el ver sus reacciones ante la actividad y aún más al ser grabadas.

Al contrario, al saber que la investigación presentada está relacionada con el estudio de las emociones y la conducta, es de suma importancia el análisis y observación detallada y constante de todo comportamiento presentado por las alumnas durante el desarrollo de distintas actividades.

En este caso sus actitudes iniciales, me permitieron reafirmar cuáles eran aquellas emociones que provocan esas conductas que generalmente les cuesta controlar, que justo al entrar en contacto con el objeto detonador, que en este caso es el objeto detonador “Rufina”, explotaría esa misma emoción base que a través de distintos diagnósticos había sido identificada y necesitábamos reafirmar.

Cuando estuvieron en contacto con el objeto detonador, realmente sus actitudes mostradas, tal y como se esperaba coincidieron con las emociones centrales de su

personalidad, que provocan este descontrol en ellas. En las niñas que son más tímidas, les costó trabajo mostrar una reacción directa y lo hacían rápido o con movimientos sencillos como tocándolo o abrazándolo de manera pasiva pero un tanto insegura, lo cual me indicó el trabajo a realizar sobre la autoestima y la seguridad propia.



Gráfica 6: Resultados del logro de objetivos (23/10/19)

Como quedó demostrado en la gráfica anterior, en el caso de la mayoría de las alumnas, presentaban conductas más intensas o poco pasivas, algunas lo jalaban, otras lo aventaban o bailaban con él, coincidiendo con aquellas niñas a las que generalmente les cuesta seguir una indicación, tener delicadeza o empatía, medir la consecuencia de sus actos o bien, que suelen ser un tanto agresivas con las demás.

Este tipo de acciones me dan a entender que los alumnos pueden desarrollar una conciencia emocional que como menciona Goleman (1995) “es la capacidad de tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás”. (p.99).

Esto me permitió tener una base de la cual partir para la reafirmación de la seguridad en las alumnas y el control emocional, la clase también dio pauta para que las alumnas comenzaran a estudiar sus propias emociones partiendo desde lo básico como fue el conocer que es una emoción.

Fue relevante también el tratar de reconocer la importancia que tiene el conocerse a sí misma, tanto como el hecho de concientizarlas acerca de que el sentir y vivir cada una de las emociones no es malo, pero es primordial tener control sobre ellas, para que no sean las emociones las que controlan a las alumnas.

Con esta actividad logré experimentar lo complejo que es el hecho de que los alumnos identifiquen y reconozcan sus emociones, hoy sé que es un proceso evolutivo, como refiere González y Carranza (2004), pues “determina que algunos niños son más pasivos que otros y estos dependen del estímulo que se les brinde”.
(p.75)

El logro más importante se da al final de las sesiones al lograr que las propias alumnas fueran honestas consigo mismas y mediante una introspección, fueran capaces de reconocer aquellas emociones que les cuesta controlar, además de poderlas platicar frente a las demás y reflexionar sobre la importancia de lograr dominarlas, además por primera vez reconocieron las consecuencias que puede causar seguir comportándose de esa manera.

Oportunidades encontradas

Con certeza, una dirección de gran importancia para la investigación y la labor de psicólogos y educadores ha sido la búsqueda de mecanismos psicopedagógicos y el estudio de los procesos de distinto tipo que permiten el desarrollo del aprendizaje activo, independiente, crítico y reflexivo de los estudiantes.

Al analizar mi práctica planteada, pude observar distintos aspectos a mejorar de mi proceso, mismos que con la ayuda de mi grupo de cotutoría y tutora de posgrado, puedo percibir de manera más profunda. Durante el inicio de la clase considero que

pude tratar de manera más reflexiva con ella, el objetivo de la actividad, pues a pesar de que, si fue planteado, debí de mejorar, el hecho de que pudieran apropiarse de la meta a lograr, para que lo vieran con más responsabilidad y menos como juego.

Como mi propio grupo de cotutoría me ayudó a reflexionar el percibir de manera más analítica mis áreas de oportunidad como docente, me permitieron tener un punto fijo de partida, para lograr comprender que la mejora de las alumnas no solo depende de ellas, pues debo de tener los conocimientos necesarios para el logro de estrategias que permitan avanzar a las alumnas.

Creo que a la hora de la actividad con “Rufina” y durante el desarrollo de la sesión debí de mostrarme más concisa en cuanto al seguimiento de reglas, lo cual no implicaba quizá el estar llamando su atención de manera estricta, pero si el hacerles ver que es lo que no está bien, y como poder mejorarlo.

Otro aspecto importante que pudo haber ayudado en los procesos de aprendizaje de los alumnos sería la implementación de la autoevaluación, porque como refiere Casanova (1998) “este proceso va a permitir al alumno valorar su propia labor y el grado de satisfacción que le produce”, (p.224) este aspecto es fundamental en el proceso de autorregulación de los alumnos, ya que permitirá valorar avances de los alumnos, así como detectar sus áreas de oportunidad.

En este sentido, el estudio de la autorregulación constituye una vía de profundo interés en el acercamiento a aquellos procesos que encierran un grado mayor de generalidad, que se traducen en importantes competencias para el desempeño de la persona, en este caso, que aprende y que no sólo es expresión de un desarrollo personal, sino del dominio de un conjunto integrado de recursos para conocer y actuar, en síntesis, para aprender con calidad.

Ya en el desarrollo, al estar haciendo su dibujo, estuve monitoreando periódicamente el trabajo de las alumnas, para que no se perdiera el objetivo que se buscaba, sin embargo, creo que, al pasar las alumnas a describir y enfrentar sus

emociones y el logro del objetivo cumplido, no todas sus compañeras estuvieron atentas a la actividad.

Quizá debí generar o encaminar la actividad final para que se le diera la importancia que requería, porque no todas prestaron atención a sus compañeras y siento que de mi parte no hice mucho para captar esa atención requerida.

Para poder identificar y valorar los avances que ha tenido mi grupo fue necesario usar la observación, coincidiendo con Flick (2004) considera que la observación es “Comprender las prácticas, las interacciones y los acontecimientos que se producen en un contexto específico” (p. 174), en este caso fue un recurso importante para lograr hacer el balance sobre nivel de los indicadores registrado por los alumnos y mi criterio de avance. Hasta el momento los puntos más profundos que puedo rescatar al valorar lo evaluado dentro de esta intervención se pudo determinar lo siguiente:

Fases para la autorregulación emocional	Diagnóstico inicial			Resultados finales		
	Alto	En proceso	No logrado	Alto	En proceso	No logrado
Autoconocimiento			X			
Autocontrol			X			
Automotivación		X				
Empatía		X				
Desarrollo social			X			

Tabla 7: Valoración de resultados en base a Goleman (1995) (Creación propia, 12/03/20)

Si bien es difícil poder medir las emociones, es necesario tener algún indicador que pueda ayudarme a determinar ¿Cómo es que en realidad se encuentran mis alumnas? Y hasta donde puedo percibir sus avances, puesto que dicha tabla se

presentará al finalizar las intervenciones para tener una visión más clara de los logros obtenidos.

Por el momento se puedo determinar que, las alumnas comenzaron a reconocer la importancia de las emociones y el diferenciar cada una de ellas, lo que les está ayudando a procesar, cual es esa emoción que está provocando problemas de control, es por eso que el autoconocimiento se muestra en un nivel medio alto, pues si bien ya conocen sus emociones, necesitan llegar a un punto de reflexión donde valoren la importancia de educar a sus emociones.

En cuanto a el autocontrol sin duda alguna es un nivel medio debido a que al recién estar conociendo sus emociones es difícil que por sí mismas puedan determinar las acciones que le ayudarán a mejorar al menos por ahora, pues apenas es el comienzo de este proceso.

La automotivación y la empatía son puntos importantes a trabajar debido a que el desarrollar la autorregulación implica dos conocimientos relevantes mencionados por el propio Goleman (1995): “las habilidades sociales y las habilidades personales”. (p.45) y es dentro de las habilidades sociales que el ser empático, forma un punto crítico para determinar que si una alumna puede controlar su comportamiento lo podrá demostrar así mismo, pero se verá reflejado en su seguridad al actuar ante los demás.

En el desarrollo de las próximas sesiones se buscará la mejora progresiva de las alumnas intentando no sólo buscar cumplir con un objetivo planteado sino, verlas crecer de manera personal con ellas mismas y hacia las demás. Se que esto es apenas el comienzo, pero estoy segura de lo que quiero lograr, no sólo por cumplir un objetivo sino por el bien de las alumnas.

Este tema me ayudará a conocer y adentrarme en lo más profundo de cada una de las niñas, y a su vez conocerme a mí misma, ahora lo que sigue es fortalecer los logros obtenidos el día de hoy y emprender un gran camino, un viaje hacia lo más valioso que podemos tener nuestras emociones.

6.2 Segundo análisis: Conociendo el corazón de un niño

Las pequeñas emociones son los grandes capitanes de nuestras vidas y las obedecemos sin darnos cuenta (Vincent Van Gogh 1990)

Martes 17 de diciembre del 2019

El éxito en la vida tiene mucho que ver con el dominio de la Inteligencia Emocional. Un conocimiento pobre de las emociones y una regulación deficiente afecta negativamente a nuestro bienestar y nuestro rendimiento.

Gracias al análisis de diferentes estudios, apoyados en la inteligencia emocional, pude determinar el atender la problemática de investigación a través de distintas fases, también presentadas dentro del apartado anterior, por lo que, avanzando con el proceso, durante esta sesión se trabajó a partir de expresión y conocimiento emocional, especificados dentro de la fase 1. La base de las fases de investigación, se centran en los estudios realizados por Daniel Goleman (1995), en conjunto con lo expuesto por el programa educativo (SEP, 2017) dentro de los aprendizajes esperados.

Para comprender la etapa de desarrollo en la que se encuentran las niñas estudié a Dorothy Cohen (1999) quien menciona como características principales de entre los 8 y los 11 años de edad, “La apatía y aburrimiento, así como un proceso entre el que se tiene el deseo por comenzar a dejar la niñez y tratar de ser independientes en algunas de sus decisiones” (p.253)

Esto provoca un descontrol emocional en las alumnas, en las que se encuentran en el inicio de una lucha interna entre seguir siendo la pequeña de papás o empezar a realizar lo que a ellas realmente les gusta, sobre todo en este ámbito socioeconómico alto en el que las alumnas se encuentran llenas de actividades que saturan su día y que, por si fuera poco, no son elegidas por ellas.

El desarrollo de la intervención presentada, es con base a el programa de SEP Aprendizajes clave para la educación integral 2017 (Educación socioemocional tercer grado): en donde se menciona que, la capacidad de autorregulación se puede cultivar mediante prácticas que produzcan un cambio.

De este programa parten el desarrollo de los aprendizajes esperados, así como el enfoque y metodología humanista y social utilizada, ya que se toma a partir de la asignatura de educación socioemocional en relación con las fases propuestas por Goleman (1995).

Parte fundamental de desarrollo y diseño de esta intervención fue con base a “El monstruo de colores” de la autora Ana Llenas (2012), cada emoción es clasificada por un color, y explica las características de esas mismas emociones, y el cómo todas forman parte de una misma persona, pero es necesario conocerlas y tenerlas en orden para poder controlarlas, por lo consideré que sería de interés para las niñas mostrarles a las emociones desde esta perspectiva.

El enfoque pedagógico de acuerdo al ámbito educativo de la autorregulación es expresión de las emociones básicas, por lo que siguen una línea directa entre las estrategias, el aprendizaje esperado y el contenido a desarrollar. Las estrategias de aprendizaje son consideradas como situada y dialógica, la primera debido a que se trata de contextualizar de una manera real lo que se está enseñando y a que se está hablando de las emociones, así como también es dialógica, por el sentido de comunicación y reflexión que este contenido amerita.

El comienzo

Para mí era de vital importancia el uso de materiales debido a que “El empleo de recursos de enseñanza mejoran el aprendizaje y crean condiciones para que profesores y alumnos interactúen dentro de un clima con el fin de extraer del mismo los mejores resultados para su formación.” (Hernández 2014).

Al inicio busqué recuperar los aprendizajes ya generados en ellas desde la sesión anterior, para corroborar que realmente se pudiera seguir con el avance que se pensaba hasta el momento, para ello platicué con ellas de manera reflexiva acerca de que habíamos aprendido hasta el día de hoy sobre las emociones y su importancia en nuestras vidas, parte importante de esa plática quedó registrada de la siguiente manera:

Profesora: chicas, pueden por favor ayudarme a recordar ¿Qué hemos aprendido al hablar de las emociones?

Alumna E: Que las emociones nos ayudan a ser como somos

Varias alumnas: Que todas las emociones son buenas porque nos ayudan a ser mejores personas

Varias alumnas: Que no es malo enojarse y llorar, pero es importante controlarse para no lastimar a alguien

Alumna V: Que la vida sin las emociones no sería bonita porque no conoceríamos cosas buenas

Artefacto 1: viñeta narrativa de rescate de conocimientos previos (17/12/19)

Como se puede observar mediante el artefacto anterior, las alumnas dieron respuestas muy certeras a cerca de la importancia de las emociones en su vida, por lo que el reflexionar sobre la información que ellas proporcionaban me hizo asumir que estaban listas para seguir avanzando, además se encontraban muy emocionadas y muy interesadas a diferencia de la clase anterior, por lo que se portaron muy tranquilas.

Siguiendo con la sesión, les mencioné a las alumnas que para siempre tener presente aquello que habíamos aprendido hasta ahora sobre las emociones, lo escribiríamos en un cartel que cada vez se haría más grande con todo aquello que fuéramos aprendiendo y por tanto ese cartel iría mejorando.

“Los procesos cognitivos entran a formar parte de la elaboración de las emociones, lo que conocemos como "procesamiento de información". (Piaget, 1920) Al analizar lo planteado por este teórico, terminé de reflexionar estos puntos a los que se pudo llegar y se felicitó a las alumnas pues realmente me sentía contenta de los avances

logrados en ellas al momento, sin embargo, estaba consciente de que aún quedaba un largo camino por recorrer, por lo que la clase debía de continuar.

Como siguiente actividad, partiendo de las didácticas correspondientes a la parte inicial de la sesión, se centró la atención de las alumnas en cinco imágenes distintas que estuvieron pegadas en el pizarrón desde que se inició la clase. Estas imágenes representaban al monstruo de las emociones, pero ninguna tenía color, solo eran dibujos del monstruo con una expresión distinta en cada una de ellas, que en realidad significaban las emociones básicas de todo ser humano.

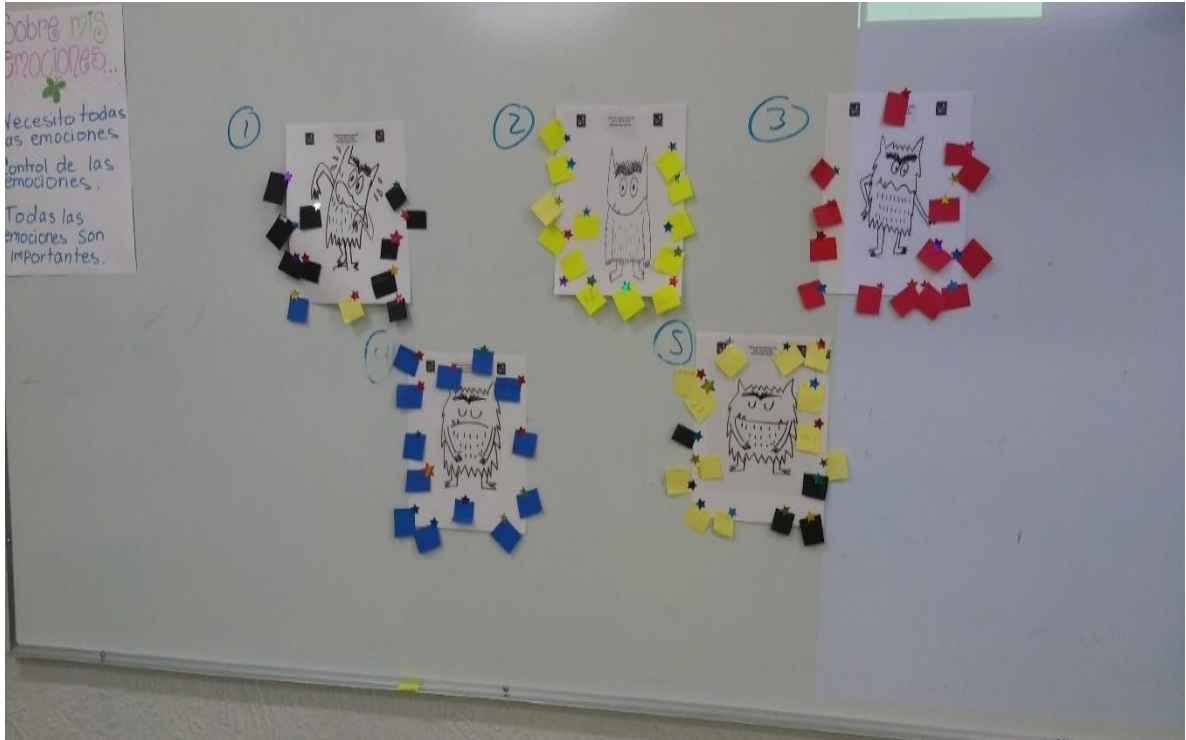
El objetivo particular de esta actividad era saber si las alumnas podrían reconocer con mayor facilidad cada emoción a comparación de la primera sesión, lo cual me daría una base más sólida para marcar un progreso en ellas. Ya con la atención centrada de las alumnas comencé por explicar la actividad, a cada alumna con ayuda de algunas de sus compañeras ya asignadas, se les entregaron cinco pedazos de papel, de distintos colores: azul, negro, rojo, amarillo, verde, detrás del papel escribirían su primer nombre.

Después les di tres minutos para que observaran con detenimiento cada imagen del pizarrón y de acuerdo a la expresión ellas mencionarían que emoción representaba esa imagen y según esa emoción responder a la pregunta ¿Qué color le darías a esa emoción y por qué?

Esta pregunta no la respondieron por medio de una opinión directa, sino colocando el papel en el dibujo relacionando la emoción con el color otorgado, esto siguiendo la pauta marcada por el libro de “El monstruo de colores” de Llenas (2012), pero relacionándolo con un anclaje cognitivo (p.8).

Al terminar el tiempo otorgado las alumnas pasaron a pegar el papelito con su nombre y el de la emoción de acuerdo a la relación que ellas mismas hicieron, solo había dos reglas, no podían hablar unas con otras y la actividad debía realizarse con orden.

La actividad se llevó a cabo con orden, al terminar de pegar los papelitos en el pizarrón, los resultados me parecieron realmente interesantes de acuerdo a las coincidencias que se tuvo al clasificar las emociones y relacionarlas con los colores otorgados, el resultado obtenido, fue el siguiente:



Artefacto 2: relación de emociones de acuerdo con expresión y color “El monstruo de colores” (Llenas, 2012) (17/12/19)

Como se puede analizar en el artefacto anterior, el primer dibujo representaba el miedo al cual en su mayoría el color asociado fue el negro y solo hubo un papel azul y uno amarillo, en el siguiente dibujo que representa felicidad, todos coincidieron con el color verde, en el siguiente dibujo que representa el enojo, todas vuelven a coincidir usando el color rojo.

En el penúltimo dibujo que representa la tristeza todas coincidieron en el color azul, y por último se encontraba el dibujo que representaba la calma en donde hubo variaciones entre el color amarillo y el color negro.

El ver como las asocian a elementos comunes que le recuerdan a un contexto específico, me acercó al entendimiento de procesar el pensamiento y la forma de actuar que tienen las alumnas. Incluso vuelve a resaltar la alumna PG, quien tal como su comportamiento su manera de pensar es distinta a las demás y eso me puede acercar a ella para entenderla un poco más.

Desarrollo: conociendo al monstruo de colores

La clase continuó durante los siguientes cuarenta minutos después de que las chicas entraron de recreo, todas se sentaron y yo me había quedado para previamente, alistar el proyector con el video cuento que les permitiría comprender aún más la actividad anterior realizada. Al final les pregunté que podían rescatar como ideas principales del video cuento analizado, la mayoría coincidió en que era más bonito como ellas lo llamaron, el darle un color a cada emoción porque así era más fácil entenderlas.

Después de reflexionar sobre la actividad realizada, se les dio la siguiente indicación, en donde al centro del salón estarían todo tipo de materiales, que comencé a acomodar mientras explicaba lo cual generó mucha atención, iría reproduciendo diferentes tipos de música.

Según lo que la música les hiciera sentir tomarían el material que consideraran el adecuado, entre pelotas, aro, popotes, dibujos, colores, plumones, globos, diamantina, etc. y los usaran para poder manejar esa emoción que estaban sintiendo, todas se fueron al centro y esperaron a que la música comenzará una vez más con mejor orden del común.

Fui reproduciendo música que expresaba: temor, enojo, alegría, calma y tristeza, y poco a poco tomaban el material, pocas fueron las que jugaron, muchas dibujaban o realizaron manualidades combinando distintos materiales de los que tenían. También entre los materiales más comunes utilizados estaban una tira de burbujas

para tronar o pedazos de goma que aplastaban y moldeaban de manera constante durante la actividad, todo transcurrió con un buen orden.



Artefacto 3: fotografía sobre uso de material para expresión emocional (17/12/19)

Como se puede mostrar en el artefacto anterior, tenían a su alrededor variedad de materiales, que realmente usaron de maneras muy particulares, algunas de las alumnas crearon manualidades adornando globos, otras solo dibujaban incluso una de las niñas, creo entre un popote, cinta y un globo algo a lo que ella llamó “aparato para tranquilizar” que según ella al soplar inflando y desinflando el globo te hacía sentir tranquilo.

Como parte del cierre de la práctica se mostró a las alumnas 5 botes como los del video cuento de la clase, mediante los cuales se les explicó que usaríamos de manera continua en el salón a partir de hoy para dejar ahí aquellas emociones que nos afecten cambiándolas por alegría y calma.

Entre las respuestas más comunes que surgieron al preguntar ¿Cómo se habían sentido durante la actividad? La mayoría mencionó que se sintieron tranquilas y emocionadas, además lograron distinguir entre cada emoción de acuerdo a la música que escucharon.

Para finalizar la intervención les pedí a las alumnas que contestaran un cuestionario a manera de autoevaluación, para reflexionar sobre que tanto habíamos logrado durante la sesión, les di las gracias por su participación, felicité su comportamiento y quede en mostrarles el video la siguiente clase. Las alumnas entregaron el cuestionario de autoevaluación mismo que fue analizado junto con varios instrumentos utilizados para poder determinar el logro de objetivos.

Resultados de la práctica

Al finalizar me fue importante el analizar cada momento en particular de la intervención realizada, ya que a pesar de ser una larga sesión considero que fue muy fructífera en cuanto a los resultados obtenidos referentes al cumplimiento de metas. Para poder determinar de una manera clara los resultados de la práctica presentada, utilice tres métodos de evaluación, que fueron la autoevaluación, como parte del proceso reflexivo propio de las alumnas, para determinar qué es lo que realmente están logrando a través de estas intervenciones.

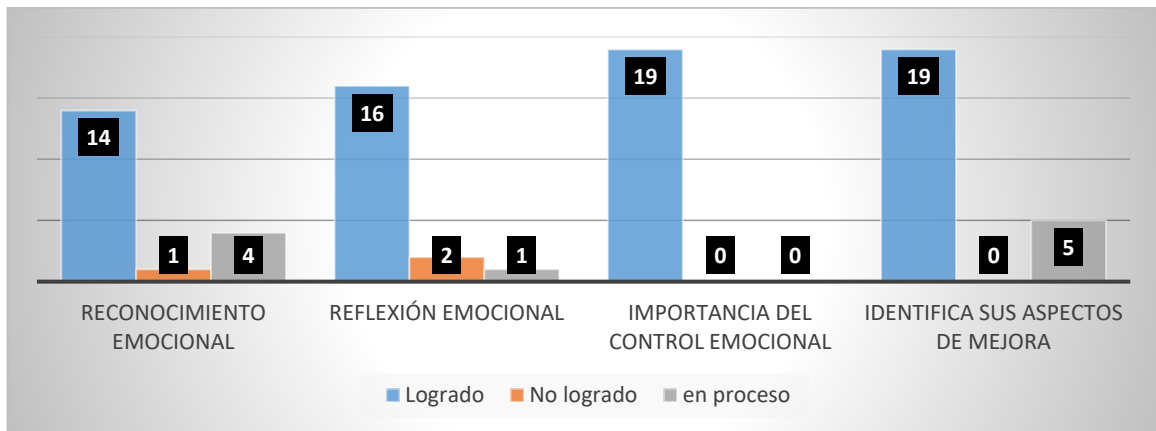
Estos resultados fueron comparados, con la lista de valoración utilizada, para medir el nivel de logro de las alumnas respecto a las características específicas que se buscaba lograr a través del taza de objetivos y aprendizajes esperados, teniendo en cuenta lo siguiente:

Alumnos	Reconoce e interpreta emociones básicas			Reflexiona sobre aspectos positivos y negativos de sus emociones			Identifica la importancia del control emocional			Muestra sensibilidad ante una situación determinada			Identifica los puntos de mejora en su comportamiento			Reconoce sus áreas de crecimiento		
	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N
Elda	X			X			X			X			X			X		
Gaby	X			X			X			X			X			X		
Samanta	X			X			X			X			X			X		
Natalia		X			X			X		X			X				X	
Valeria	X				X			X		X			X				X	
Inés			X		X				X	X				X		X		
Pau G		X		X			X				X		X			X		
Sara	X			X			X			X				X		X		
Constanza	X			X				X			X		X			X		
Luisa		X		X			X			X			X				X	
Majo H.	X			X			X			X			X			X		
Victoria		X		X			XX			X			X			X		
Sofi M.			X	X							X		X			X		

Artefacto 5: lista de valoración de la intervención hacia las alumnas (17/12/19)

Al analizar los resultados de la lista de valoración mostrada mediante el artefacto anterior, junto con la autoevaluación, se puede observar que de las seis características de inteligencia emocional que se buscaba generar en las alumnas en su mayoría presentan un nivel de logro alto, pues son pocas las alumnas que se encuentran en proceso y al parecer solo dos que en algunas no se han logrado.

Es entonces que a la hora de reconstruir mi práctica pude determinar diferentes factores, que marcan un punto de mejora, en primera instancia considero que se logró un objetivo muy importante que es el reconocimiento emocional y la consciencia de las emociones en las alumnas.



Gráfica 7: resultados de la intervención (17/09/19)

Sin duda y haciendo referencia a la gráfica anterior, los elementos necesarios para la cognición que da como resultado la autoconciencia emocional están logrados, pero el poder empezar a trasladarlos a la práctica ha sido un poco más difícil de lograr conducir para completar el objetivo.

Se que parte de este proceso de profesionalización es no solo analizar la práctica de mis alumnas sino la propia por lo que me pareció de vital importancia el uso de una lista de cotejo directa hacia el docente, es decir hacia mi trabajo presentado.

“Cuando los profesores desempeñan un papel activo en el desarrollo curricular de sus aulas asumen un papel de intelectuales comprometidos” (Villar,1994), por lo que el evaluar mi propio trabajo me dio un punto más claro de mejora continua.

La maestra sombra de la alumna con necesidades educativas especiales, no se presentó al igual que la alumna, me afectó debido a que en esos momentos suele ser la única disponible para poder grabarme, por lo que el acomodar de manera continua la cámara llegaba a desviar la atención de las alumnas y cortar la clase.

A su vez esto provocó pérdida de tiempo por lo que la organización de algunas actividades no estuvo tan bien planteada como me hubiera gustado, lo que hizo que por momentos se perdiera el objetivo de la misma, por ejemplo en la actividad de expresar sus emociones con los materiales, siento que debí ser más específica a la

hora de manejar la actividad y dar indicaciones ya que las alumnas si utilizaron el material, pero por momentos dejaron de lado la relación de ello con las emociones.

Si se marca de manera directa aspectos a mejorar dentro de mi práctica realizada, teniendo como niveles de logro el seis como el más alto al uno como el más bajo y en comparación con lo visto propiamente en clase, puedo determinar como punto de mejora lo siguiente:

- Organizar de manera más adecuada el trabajo de las alumnas en el aula
- Organizar el tiempo en la sala de clase y dárselo a conocer a las alumnas
- Ser más clara a la hora de dar indicaciones y en el seguimiento de actividades

Esto me permite tener metas claras para la mejora continua a las que deberé de dar seguimiento bajo las próximas intervenciones por el bien propia y el de las niñas.

Reflexionando sobre mi práctica

Al analizar los resultados obtenidos durante el desarrollo de la intervención, así como la descripción de la misma, pude observar de manera más clara si realmente hubo una relación entre el proceso que se está llevando a cabo y lo desarrollado durante la sesión presentada.

Considero importante recordar que uno de los autores bases de esta investigación es Daniel Goleman, debido a sus amplios estudios sobre inteligencia emocional que van en total relación con lo planteado por el programa de aprendizajes clave de la SEP (2017) en lo que respecta a la educación socioemocional.

En este sentido, el estudio de la autorregulación constituye una vía de profundo interés en el acercamiento a aquellos procesos que encierran un grado mayor de generalidad, que se traducen en importantes competencias para el desempeño de la persona, en este caso, que aprende y que no sólo es expresión de un desarrollo

personal, sino del dominio de un conjunto integrado de recursos para conocer y actuar, en síntesis, para aprender con calidad.

Cuestión esta esencial si me enfoco a la postura de aprendizaje como categoría social y por consiguiente actividad necesaria para enfrentar cualquiera de las esferas humanas de desarrollo.

Por medio de lo analizado puedo expresar que la autorregulación es la manifestación de un funcionamiento armónico de la personalidad, una dirección consciente del comportamiento, estimulada por motivaciones y necesidades específicamente humanas que se forman en las relaciones sociales.

Determinando entonces que el siguiente paso por dar dentro del desarrollo de la autorregulación va referido a la generación de la empatía para fomentar la expresión emocional de una manera sana, poniendo entonces como medio, las relaciones sociales para el fortalecimiento de la autorregulación.

Por lo que quizá la referencia más fuerte en la que coinciden distintos autores para continuar el proceso de autorregulación a partir del punto donde se encuentran las alumnas es la motivación y contextualización, en la siguiente intervención se buscará de manera directa poner en práctica lo hasta ahora logrado. El desarrollo de la autorregulación, no es algo fácil de lograr, es un proceso que abarca sin duda algunos frutos que pueden ser prósperos, pero en medio del cual también pueden existir los retrocesos o los focos de atención especiales.

Por eso es importante como docente recordar, que la paciencia lleva consigo un esfuerzo que tiene de por medio resultados motivadores, sé que aún me queda camino por lograr, pero los avances son buenos, seguiré por el camino de las emociones, hasta lograr descubrir por completo, que hay dentro del corazón de un niño.

6.3 Tercer análisis: Las emociones en el mundo real

“El medio mejor para hacer buenos a los niños es hacerlos felices” (Oscar Wilde 1890)

Recordando, que esta investigación tiene como base principal a Daniel Goleman (1995), las alumnas terminaron con éxito la fase número uno, acerca del logro de la autorregulación mediante la inteligencia emocional, acción comprobada por los distintos métodos de evaluación y estrategias utilizadas a lo largo de la aplicación.

Retomando entonces las fases de seguimiento ya mencionadas, tomé la decisión de dar continuidad a la fase dos, referente a la integridad emocional que según Goleman (1995), se refiere a asumir la responsabilidad de nuestra actuación personal.

Se planteó entonces, como objetivo principal de la intervención: Favorecer en las alumnas de tercer grado de primaria el valor de la empatía, mediante el desarrollo de la labor social, enfrentándolos a una realidad que permita la generación de conciencia, encaminada hacia el autocontrol emocional.

Para nutrir de una manera más eficiente el cumplimiento del objetivo propuesto, se incluye dentro de este diseño las investigaciones realizadas por Bisquerra (2010), quien hace referencia a la inteligencia emocional, desde el desarrollo social. Considero entonces importante resaltar, en este momento que la planeación misma se basa en el logro de la empatía y la expresión emocional directa al contacto con otros niños mediante la labor social.

Dicha actividad la llevaron a cabo con los alumnos de la escuela **Rafaela Argánis**, institución dedicada a la educación y desarrollo de niños con Síndrome de Dawn, se precisó que fuera esta escuela, debido a que lo que se buscaba era que las alumnas se enfrentaran a una situación real, que las llevara al nivel emocional necesario para generar una conciencia y empatía real.

Esto tomó más sentido al relacionarlo con los estudios realizados por los autores Salovey & Mayer, (1990) quienes mencionaban que es posible considerar la existencia de lo que se puede denominar como Inteligencia Emocional, particularmente al ligar la inteligencia interpersonal con la intrapersonal.

Al tener en cuenta que el desarrollo de la intervención se realizaría mediante tres sesiones y de acuerdo a los sustentos que validaban el diseño, se tomó en cuenta tres contenidos principales, estos como base de la asignatura de educación socioemocional, de acuerdo al programa de los aprendizajes claves para la educación integral (SEP, 2017).

Dichos contenidos desarrollados durante las sesiones fueron: expresión de las emociones, regulación de las emociones y empatía; esto en relación al campo formativo de educación emocional, teniendo como enfoque pedagógico la expresión y regulación de las emociones básicas.

Para lograrlo, se utilizaron dos estrategias de aprendizaje: el aprendizaje situado, debido a que estarían en contacto directo con un contexto real, y el aprendizaje dialógico, debido a que todo aprendizaje se lleva al análisis y reflexión continua. Se toma entonces como aprendizaje esperado que la alumna: evalúe la pertinencia de experimentar distintas formas de expresión emocional en diversos contextos, esto de acuerdo al ámbito educativo de la autorregulación.

Puedo considerar entonces como parte de la evaluación de estas actividades: una autoevaluación, una guía de observación compartida con las madres de familia, una coevaluación y una lista de cotejo. Como docente considero importante no conformarse con el haber logrado un objetivo propuesto, mi filosofía, siempre me pide ir más allá e intentar borrar límites y construir nuevas metas.

Lunes 20 de enero del 2020

Sesión 1: la empatía

El objetivo principal de esta primera sesión, era el promover en las alumnas la importancia del desarrollo de la empatía como un valor emocional y humano, que las ayudaría a mejorar consigo misma y los demás

Es decir, al lograr que las alumnas se apropiaran del término, podrían entonces comprender sus emociones, a través de las de los demás, paso importante dentro del proceso de la autorregulación.

Fue así como al sonar el timbre, me encamine hacia el salón de clases, y con entusiasmo, salude a mis alumnas y les cuestioné sobre cómo estaban el día de hoy y como había sido su fin de semana.

Como parte de las adecuaciones que se han realizado en el salón para acrecentar “un ambiente resonante” (Coto, 2012), en el que las alumnas puedan sentirse en un lugar de confianza y seguridad, se han pegado distintos adornos que resaltan lo importante de las emociones.

Justo en las puertas de entrada tienen colocados diferentes caritas con las que se pueden identificar las alumnas, aprovechando este espacio, saque a las alumnas del salón solicitándoles que de acuerdo a como se sentían el día de hoy, escogieran una carita y corrieran hacia ella, reflexionando por qué se sentían así y sobre todo ¿Cómo fue que reconocieron que esa es la emoción que estaban sintiendo?

La mayoría de las alumnas se sentía entre felices y amorosas, les fue fácil identificar lo que sentían porque lo relacionaban con las clases anteriores, diciendo que podían reconocer una emoción por los sentimientos que esta le causaban.

Dentro de la actividad, a pesar de que en su mayoría el reconocimiento emocional demostrado fue bueno, hubo una alumna, que justamente ha presentado pocos avances y motivación al respecto de las clases sobre las emociones, y que por lo general es una alumna rechazada por sus compañeras por su manera de ser.

Es una alumna que no suele prestar atención en clase y ocasiona problemas entre los grupos de sus compañeras, por lo que me pareció interesante registrar lo sucedido con ella al respecto de esta actividad.

Profesora: haber V. ¿Por qué elegiste la carita de enojo? ¿Quieres contarnos a todas o prefieres hablarlo conmigo en persona?

Alumna V.: No miss no me siento tan enojada, a la mejor un poco triste, pero no sé solo la elegí y ya.

Profesora: V. acuérdate para elegir una emoción debes pensar y platicar contigo en silencio y pensar ¿Qué siento dentro de mí? Recuerda como le hizo el monstruo de colores, vuelve a leer el libro y piénsalo mejor

Alumna V: ok miss (sin expresar alguna emoción como tal)

Artefacto 1: Viñeta narrativa, reacción emocional de las alumnas (20/01/20)

Al analizar la respuesta de la alumna V, mediante el artefacto anterior, pude darme cuenta de que aún no había adquirido como tal conciencia emocional, de acuerdo a lo planteado en las sesiones pasadas, por lo que se manejó el caso con su preceptora para darse seguimiento.

Si tomamos en cuenta entonces que “la inteligencia emocional se desarrolla a partir de las experiencias, por lo cual nuestras habilidades en este sentido podrán continuar creciendo en el transcurso de la madurez” (Gardner, 2000) estoy a tiempo de poder encaminar a V, sobre objetivos más fijos.

Para continuar la sesión se proyecta en el pizarrón la palabra empatía y de acuerdo al acomodo de mesas se aplica la dinámica cabezas abajo donde las alumnas tendrán un tiempo determinado para platicar entre ellas en voz baja ¿a qué creen que se refiera esa palabra? ¿Qué tiene que ver con sus emociones? Y después comentar entre todas las respuestas.

Para reforzar lo platicado, la docente proyectará un video sobre la empatía y procede a platicar con las alumnas sobre como ayuda al manejo de sus emociones, intercambiando comentarios con ellas.

“La empatía, es la quinta habilidad emocional, y es la que nos permite percibir los sentimientos de los otros y hacer que se sientan menos solos” (Bisquerra, 2007). Fue entonces que reflexiona sobre la importancia de analizar que la empatía, no es un don, todos podemos desarrollarla si lo deseamos, basta con abrir la mente e intentar captar la vida del otro desde su perspectiva y no desde nuestros ojos.

Se retomó la importancia de como el ser empáticas, al estar en el lugar del otro, ya que, al hacerlo, enfrentamos nuestras propias emociones, percibidas desde otra perspectiva, lo que genera el poder comprenderlas de una mejor manera.

Para reforzar los conocimientos previos y que no se perdiera el sentido de la práctica, antes de proyectar un video que mostrara actos reales de empatía, les solicité a las alumnas llenar un cuadro CQA, mismo que terminarían de llenar al finalizar la sesión.

Como parte del desarrollo del diseño didáctico, proyecté el video y fue entonces que las alumnas pudieron analizar mediante una relación entre sus aprendizajes previos y los conceptos analizados en el video, a manera de generar un andamiaje (Bruner, 1997) lo cual les permitiría que el aprendizaje logrado fue con base a una relación contextual. (p 28)

Para el cierre se buscó una estrategia a desarrollar que formara parte de todo el proceso en general, intentando funcionara como estrategia de motivación en las alumnas, y esto incrementara su interés por mejorar su comportamiento a través de las actividades.

La motivación fungiría un papel muy importante durante el desarrollo de estas sesiones por lo que al mostrar el video mencionando que tenían una misión importante por cumplir y al hablarles de su trabajo con los alumnos de síndrome de Dawn, se mostraron muy entusiasmadas por llevarlo a cabo.

Martes 21 de enero del 2020

Sesión 2: La sensibilización

Se les solicitó a las alumnas buscar la manera de expresar como se sienten el día de hoy con lo que se tiene a la mano, puede ser un objeto en particular o solo con movimientos y el habla, y se comentaría sobre lo expresado. Presté mayor atención: al terminar la pauta mencionada, cada una mostró diferentes formas de poder expresar cómo se sentían al momento, algunas comenzaron a cantar, otras más sólo se sentaron y dibujaron, en el caso de las dos alumnas a las que más trabajo les estaba costando asimilar el tema de las emociones también participaron.

Una de ellas PG, comenzó a bailar moviéndose por el salón, pero ya no era aquella alumna a la que, si le hubiera solicitado lo mismo, se hubiera puesto a gritar o mover su cuerpo con mayor descontrol, acciones que no ocurrieron en esta ocasión. Hoy sé que el desarrollo emocional, es un proceso evolutivo, como refiere Lozano, González y Carranza, (2004), pues “determina que algunos niños son más pasivos que otros y estos dependen del estímulo que se les brinde”. (p.22) Y al parecer PG, desde los botes de las emociones, comenzó a encontrar el camino de evolución.

Este proceso llevado a cabo en el posgrado me ha ayudado a ser reflexiva de una manera constante sobre mi propia práctica, para mantenerla en mejora continua. Por lo que el haber creado las condiciones adecuadas para que mis alumnas pudieran expresarse con libertad, les generó tranquilidad, al sentirse parte de un proceso donde ellas son y deben de ser siempre las protagonistas.

Continuando con las actividades proyecté un video que les habló acerca de la segunda parte de su misión, el video les explicaba que la maestra les entregaría algunos sobres con las tareas a realizar para cumplir con la misión que se les ha encomendado.

Al pasar la primera misión al expresar sus emociones de manera saludable, fueron ganadoras del siguiente sobre, en el siguiente sobre se explica que la tarea será, participar dentro de la plática de sensibilización que nos apoyarán dando dos maestras de la Rafaela Argániz presentando un buen comportamiento y participando de manera activa, pues serán las maestras quienes decidirán si las alumnas son acreedoras del siguiente sobre.

Las maestras de la institución implicada, Rafaela Argániz, comenzaron a dar una plática, mostrando un video de las actividades desarrolladas, pero también haciendo mucho énfasis en cómo eran sus alumnos y cómo convivir de mejor manera con ellos. El escuchar diversas historias comenzó a centrar a las alumnas en el cómo los alumnos bajo ciertas condiciones podían vivir plenos y felices, por lo que la motivación de ayudarlos aumentó

Al terminar el video, las docentes, como previamente se había acordado, pusieron una actividad por equipos, haciéndoles mención de que solo trabajando por equipo obtendrían el sobre para su última misión. Previamente como parte del proceso emocional, se habló de explotar con ellas la parte del aprendizaje cooperativo, ya que conforma un área que deberán desarrollar para la generación del autocontrol.

En la actividad abrazadas, tenían que evitar que el globo tocara el suelo, sin soltarse o usar las manos, al principio les costó mucho, las maestras, pararon en dos ocasiones la actividad, pues las alumnas gritaban o hablaban mucho y eso generaba poco entendimiento entre ellas.

Esto llevo a las alumnas a generar comunicación, buscar la estrategia más adecuada, para lograr mantener el globo como se les había solicitado y adquirir el sobre para la siguiente misión. Para culminar con la actividad a manera de cierre, se les pidió a las alumnas reflexionaran acerca de cómo se habían sentido al trabajar en equipo, así como las dificultades que se les habían presentado, obteniendo el siguiente análisis sobre lo comentado.

“Uno de los objetivos fundamentales para la autorregulación es aprender a evitar la frustración, aprender a modular la ansiedad y aprender a establecer expectativas positivas” (Goleman, 1995, p. 46), por lo que el hecho de que las alumnas encontraran una vía alterna a su frustración inicial, es un avance significativo.

Para terminar la sesión se les entregó a las alumnas el sobre final, por lo cual se encontraban muy emocionadas, a su vez, se les explicó que dentro de su próxima y última misión por binas estarían a cargo del cuidado de un pequeño con síndrome de Dawn.

Miércoles 22 de enero del 2020

Sesión 3: La misión final

Nos trasladamos a la escuela Rafaela Argániz, con apoyo de la tutora, y la docente de inglés además de las mamás citadas previamente. El apoyo de las madres fue trascendental, puesto que a ellas también era necesario sensibilizarlas. Justo se trabajó con aquellas madres de niñas con más problemas de autorregulación, para que pudiera observar cómo era el comportamiento de sus niñas en un contexto real, y desde su punto de vista que declaraban las actitudes presentadas.

Antes de la visita se habló con el coordinador de la escuela a la que se visitará para platicarle el objetivo del proyecto, llegando al acuerdo que se haría una lista donde de acuerdo a las características emocionales de las alumnas se le asignaría a un niño con Síndrome de Dawn bajo esas mismas características, para que las niñas confronten de manera directa el reflejo real de su comportamiento.

Llegamos al lugar indicado, las alumnas se encontraban con muy altas expectativas, fuimos recibidas por el coordinador Gabriel Lugo Morales quien además de presentarles las instalaciones, les explicó de manera muy puntal las reglas a seguir, incluso les permitió ver a las alumnas que los niños de esa institución también estaban aprendiendo a controlar sus emociones, cosa que causó gran asombro en ellas.

Después de la explicación de las reglas se realizó una actividad de socialización debido a que dentro de las perspectivas teóricas que lo sostienen está la escuela sociocultural, la cual postula que “en el aprendizaje el elemento preponderante es la socialización de experiencias y conocimientos” (Vigotsky, 1920. p. 78)

Como parte de las actividades de desarrollo, distintos maestros de la escuela visitada, prepararon un rally, del cual no pude intervenir de manera directa ya que para un niño con síndrome de Dawn resulta más fácil la socialización y familiarización entre pares, que con alguien mayor a ellos.

Por tanto, mi papel sería de observadora, lo cual me satisfacía ya que el proceso de observación de expresiones resulta parte importante del análisis del comportamiento de cada alumna y la determinación de sus causas, así como el proceso a seguir.



Artefacto 2: *alumnas cuidando y conviviendo con los alumnos de síndrome de Dawn (22/01/20)*

En el artefacto anterior, podemos observar imágenes que disfrute mucho, ya que la reacción de las alumnas ante los niños fue muy gratificante, si bien no fue fácil ya que los alumnos tenían características actitudinales que concordaban con la alumna, no fue mucho el tiempo requerido para el logro de la adaptación al juego como iguales.

Para analizar de manera objetiva las reacciones obtenidas por las alumnas además de trabajar con una guía de observación por mi parte y la de las madres de familia, me base en una técnica especial, llamada técnica de reconocimiento fácil, propuesta por Goleman (1995).

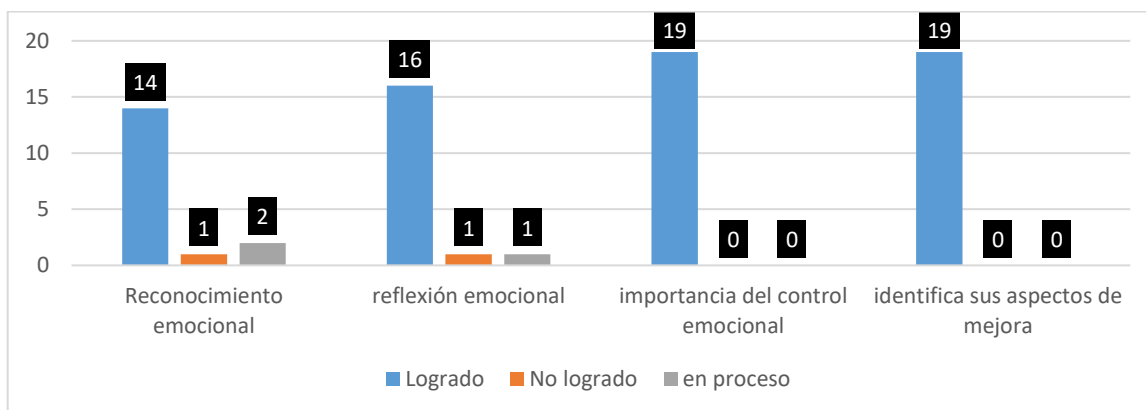
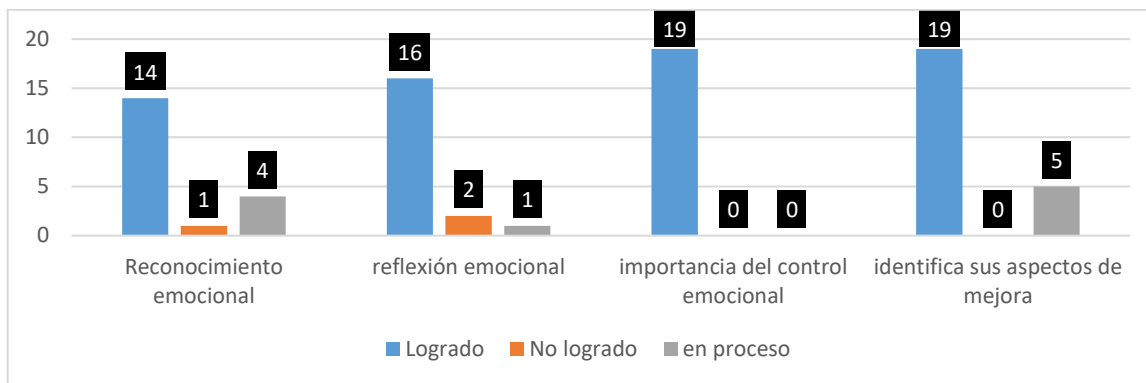
Por medio de la técnica ya mencionada resultó de mucho interés el cómo las alumnas pasaban en pocos minutos de la frustración de no tener el control, a el hecho de buscar la solución para lograr sobrellevar la situación. Al finalizar las alumnas compartieron su desayuno con los pequeños, platicaron con ellos y se afianzó de una manera tan grata el lazo de confianza, que les costó despedirse de ellos para regresar al colegio, si bien las observaciones habían sido fructíferas, hacía falta el momento de reflexión en el salón para llegar a una conclusión

Sin duda alguna fue una experiencia enriquecedora, el poder observar de manera más analítica a mis alumnas me permitió conocer como son realmente, y qué es lo que de verdad pueden lograr, bajo este análisis me permití someter a reflexión los resultados y mi propia práctica, mostrando a continuación cada aspecto obtenido.

Los resultados

Puedo decir que los alumnos muestran mayor contención en sus conductas, aunque no del todo, advierto que los alumnos empiezan a poner en práctica algunas de las habilidades sociales que López (2008) propone como: “escuchar a los demás, respeto por los demás, comunicación receptiva, comunicación expresiva y compartir emociones”. (p.72)

Si comparamos la gráfica anterior con los resultados obtenidos al día la diferencia puede notarse a simple vista:



Gráfica 8: comparación de gráficas de resultados (22/11/20)

Si bien los resultados se presentan como favorables, siguen existiendo algunos casos en donde los objetivos no han terminado por cumplirse, lo que me lleva como docente a favorecer a aquellas alumnas mediante las adecuaciones necesarias de mi práctica para el impulso de sus logros personales, más allá de un objetivo planteado.

López, (2008) refiere a las “Capacidades emocionales, al desarrollo emocional que presenta el niño para construir conocimientos, habilidades y actitudes que le ayuden a ir tomando conciencia de sus emociones, aprender a expresarlas y regularlas con la ayuda del adulto.” (s/p)

Advierto que estas capacidades se están adquiriendo de manera progresiva, ya que, durante la primera actividad focalizada, se había detectado la falta de esta

capacidad, sin embargo, considero que en esta actividad los alumnos tuvieron un avance ya que pudieron aceptar poco a poco sus debilidades y tomarlas como posibilidad de mejora.

El ver sus emociones reflejadas en otra persona, las puso a reflexionar acerca de lo bueno y malo que tienen dentro de su comportamiento y de cómo el controlar esas emociones, puede ser más fácil de lo que se imaginaban. Dentro de la evaluación presentada en contraste con las observaciones realizadas, los puntos coincidían de una manera congruente, las madres de familia, manifestaron ver a sus hijas luchar en un inicio, pero su adaptación y sensibilización las ayudó a la generación de relaciones sociales que favorecieron su autocontrol.

Al momento de reflexionar sobre mi actuar durante este diseño, considero que tuve avance en la organización de mis tiempos, esto a pesar de los imprevistos por parte de la organización de la escuela, debido a esto, mi exigencia como docente de casi cinco años se puso en práctica ya que pude adecuar algunas actividades para tener el mayor aprovechamiento en la sesión.

Esto ha debido a que como se menciona en el ciclo reflexivo de Smyth (1992), la práctica del docente debe ser sometida a constante reflexión si se quiere progresar dentro de la mejora continua. Un elemento importante que me ayudó a mejorar mi reflexión y visión sobre mi práctica ha sido mi equipo de tutoría, ya que al llevar la fase de la confrontación me han ayudado a identificar mis inconscientes prácticos, me han sugerido recomendaciones para llevar mejor la heteroevaluación.

Gracias a esta confrontación se destapan tensiones, incoherencias y también coincidencia con el contexto sociocultural y profesional, con lo que se comparte conocimiento, visiones, perspectiva y proyectos con los demás. En este espacio académico tuve la oportunidad de escuchar acerca de mis fortalezas y debilidades, pero además me sugieren como abordar esas debilidades. Una de las acciones que me benefició el poder contar con mi equipo de tutoría es el ampliar las técnicas y sustentos teóricos de los cuales poder hacer uso para nutrir la investigación.

Algunas otras ideas se basaban en crear juegos de mesa que tengan que ver con las emociones y momentos donde las alumnas puedan expresarse libremente, todas las ideas aportadas fueron muy buenas por lo que para los próximos diseños marcaran un punto de inicio y seguimiento trascendental en mí que hacer docente y en el de mis alumnas.

6.4 Cuarto análisis: Construyendo la inteligencia emocional

*“La inteligencia emocional, no es el triunfo del corazón sobre la cabeza, es la intersección de ambas”
(Goleman, 1995)*

Miércoles 04 de marzo del 2020

Al ver reflejados mediante un escrito todo aquello que acontece en mi aula, es más fácil poder determinar aquellas áreas que me están permitiendo avanzar o detenerme en el camino, quizá porque: “Hay algo en esa experiencia de las prácticas docentes que nos devuelve otra imagen de nosotros, algo que da cuenta de una transformación, de un cambio” (Sardí, 2017, p.2).

Debido entonces a los resultados presentados dentro de los análisis ya realizados, se puede determinar que las alumnas se encuentran transitando por la etapa de integración, que es una de las fases nombradas por Goleman (1995), para lograr la generación de a autorregulación emocional.

La integración es aquella fase mediante la cual, las alumnas al ya conocer qué son las emociones, lo implican y sobre todo la emoción que está impidiendo el desarrollo de su autorregulación, por lo que ahora, las alumnas integran esos conocimientos a sus actitudes, lo cual hace que las alumnas asuman la responsabilidad de cada acto generado por su conducta.

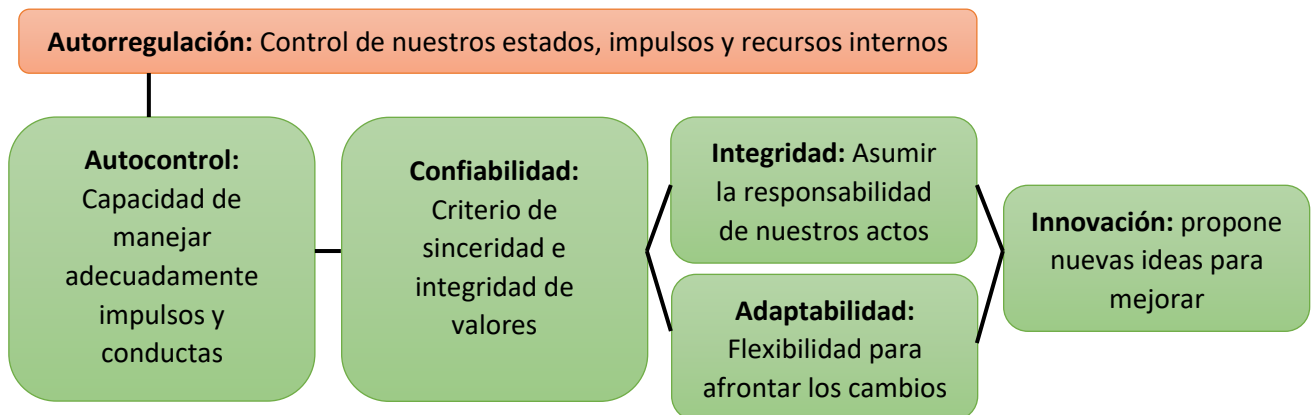


Tabla 8: Fases de la autorregulación (Goleman, 1995. p.1) (17/12/19)

Según la tabla anterior, se determina que las alumnas se encuentran en la etapa de integridad, debido a que, dentro de las actividades pasadas, las alumnas lograron asumir la responsabilidad de su actuar personal.

Por esos motivos se buscó, dentro de la presente secuencia, el aporte de los padres de familia, se trabajó mediante la técnica de “clase invertida”, donde los alumnos trabajan el procesamiento de información en casa, y realizamos las actividades de reforzamiento de aprendizajes dentro del salón de clases, esta técnica fue propuesta por Jonathan Bergmann (2012).

El contenido se desarrolló mediante dos sesiones, establecidas dentro del mismo día para darle continuidad a lo establecido, teniendo como enfoque pedagógico la expresión de las emociones básicas. (SEP, 2017). A través de dicho enfoque se buscó desarrollar tres contenidos principales: expresión, regulación y autorreconocimiento emocional, bajo tres distintas estrategias como lo fueron el aprendizaje situado, clase invertida y estrategias intrapersonales.

Para finalizar se puntualizó el proceso de evaluación, por lo que los instrumentos se buscarían que fueran diseñados con el objetivo de analizar el proceso de

enseñanza-aprendizaje, para lo que entonces se utilizaron: autoevaluación, coevaluación y lista de cotejo.

04 de marzo del 2020

Sesión 1: Descubriendo la riqueza de las emociones

El comenzar de mis clases, ya no es lo mismo, no puedo empezar una clase sin antes platicar con mis alumnas, ver cómo se sienten, sobre su día, y su estado emocional al inicio de clase, esas simples preguntas me han permitido acercarme a ellas de una manera progresiva. Al platicar con ellas de cómo se sentían, sus respuestas en mayoría fueron: emocionadas, tranquilas, en calma, por lo que vi que no tenía ningún impedimento para iniciar.

Les explique que a cada una se les daría una ipad, para retomar la tarea hecha en casa con los padres de familia, comenzamos a utilizar la aplicación de kahoot, por medio de la cual, yo cree previamente un quiz virtual a manera de competencia, con preguntas sobre las emociones primarias, con base a lo que tenían que investigar.



Artefacto 1: *reacción de aplicación a kahoot (04/ marzo/ 20)*

Dentro del artefacto anterior, se puede ver las expresiones emocionales de las alumnas al interactuar de manera tecnológica para reforzar el conocimiento de las emociones, puesto que fue una parte motivante para ellas.

El trabajar de esta manera, las emociones de las alumnas se activaron, por lo que se volvieron abiertas a la clase, y estaban a la expectativa de aprender y de adentrarse en nuevas actividades; la concentración fue muy buena, incluso la alumna M, que padece de necesidades intelectuales especiales, con apoyo de sus compañeras, realizó el ejercicio de manera efectiva.

Además, en el artefacto se muestran algunos botes, que servirían para que cada una de ellas cumpla con una meta establecida, de acuerdo al control de sus emociones, actividad que también les dio apertura a poder tener mayor autocontrol, y como fueron adornados por ellas mismas, se convirtió en un objeto muy valioso y personal, que cuidan llenar con base al cumplimiento de sus metas personales.

Para el desarrollo de la secuencia, se proyectó a las alumnas una presentación interactiva, en donde se les explicaba la importancia del control de cada emoción, pero con la misma información trabajada con los padres de familia y la actividad de recuperación, las alumnas mediante el ipad fueron completando esa presentación.

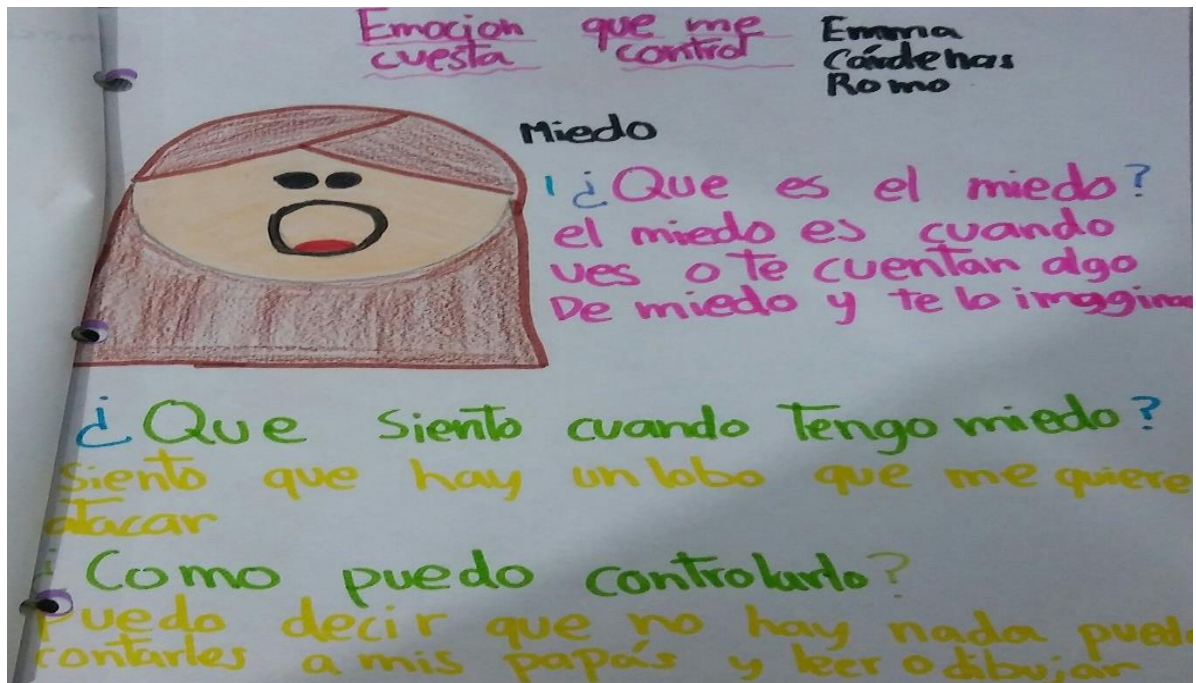
Esta actividad me permitió analizar que las alumnas realmente pudieron trabajar mediante la clase invertida, lo cual a su vez tuvo como resultado el generar un proceso importante a nivel cognitivo, como lo describiría Vigotsky (1920), pues “se unió el nuevo conocimiento con aquellos aprendizajes que las alumnas ya tenían de casa.” (p.88)

Es decir, en palabras de Vygotsky, estamos refiriéndonos a la Zona de Desarrollo Próximo, en la cual, el alumno parte de una base de conocimientos que ya están dentro de su desarrollo cognitivo, pero con el apoyo de otros recursos o personas, el alumno logra avanzar hacia un aprendizaje significativo.

Como segunda parte importante del desarrollo, a cada alumna se le otorgó una hoja en blanco en la que plasmarían los aprendizajes logrados al momento, esto se presentaría por medio de un cartel, en el que tomen en cuenta puntos importantes como los siguientes: Emoción que más me cuesta dominar, descripción de sensaciones que causan esa emoción y recomendaciones para controlarla.

Se les explicó a las alumnas que mediante la recolección de esos mini carteles formaríamos el diccionario de las emociones, el cual estaría como parte del uso diario del salón, complementando los botes del monstruo de las emociones.

Las alumnas se mostraron entusiasmadas de saber que ellas crearían su propio diccionario de las emociones por lo que se pusieron a trabajar en seguida, al final los resultados obtenidos fueron los siguientes:



Artefacto 2: diccionario de las emociones (04/ marzo/20)

De acuerdo a lo analizado mediante el artefacto anterior, pude reflexionar que la confianza de las alumnas para expresar sus emociones había aumentado, además reconocen las sensaciones que cada emoción las dominan por lo que como plantea Goleman (1995), "En la fase de reconocimiento emocional las bases están cimentadas y fortalecidas" (p.123) al establecer los vínculos de aquellas emociones que más trabajo les costaban.

Como docente me queda el reto de ir más allá de la reflexión y análisis de la práctica propia y de las alumnas, puesto que, al obtener logros y avances en las niñas, no

puedo quedarme conforme y pensar que los objetivos han sido logrados, ya que no se trata de cumplir con una meta, sino de generar en las alumnas el desarrollo de aquellas áreas emocionales que necesitan para lograr la autorregulación de manera completa, es decir aquella que se pueda demostrar dentro y fuera del colegio.

Sesión 2: ¿Podemos sentir lo mismo?

05 de marzo del 2020

Las alumnas estaban entusiasmadas, pues cada que hay una clase sobre las emociones, les encanta ponerse a pensar qu actividades nuevas haremos, por lo que no dejarlas de motivar mediante las actividades es una parte importante de mi labor docente.

En ese sentido coincido con el planteamiento de Tobón (2010) cuando explica que “Lo importante no es la metodología de la planeación, sino el proceso de mediación para lograr que los estudiantes participen activamente y desarrollen las competencias esperadas” (p. 159). En este caso claramente se busca que los estudiantes desarrollen las competencias, pero se da vital importancia a la participación activa de cada una de ellas.

Organice la forma de trabajo con base a lo planteado por Gardner (2000), quien menciona que el trabajo intrapersonal, promueve la validación de un aprendizaje significativo” (p.45), por lo que el ponerlas juntas me permitiría un amplio análisis de sus resultados.

Para continuar con las actividades, retomando el trabajo de las estrategias intrapersonales, se les proyectó a las alumnas un video de la secuencia pasada grabada, para que en primera instancia en silencio analizaran su comportamiento a comparación de las primeras grabaciones.

Esto permitió a las alumnas determinar por sí mismas, los avances, y los retos a cumplir, que al final de cuentas fue como ellas lo llamaron, lo que más me otorgó

satisfacción fue el observar que son capaces de reconocer sus áreas de oportunidad, lo cual es una habilidad de la inteligencia emocional en la etapa de reconocimiento según lo planteado por Goleman, 1995)

Como parte de la actividad de cierre se les solicitó que, a través de un material solicitado previamente, que fue un frasco lo adornaran, mientras se les explicaba que ese frasco tendría marcas determinadas. Esas marcas serían retos a cumplir de acuerdo a sus áreas de oportunidad, cada día se llenaría el bote con alguna especie de semilla, si entre todas las del grupo logran llegar a la marca final, entonces lograrán un premio para todas.

Las alumnas se encontraban tan emocionadas, que el adorno del bote reflejó aspectos importantes de su personalidad, descubriendo así que la creatividad, es una forma más de expresión emocional. Al finalizar las alumnas quedaron satisfechas con el trabajo realizado y comenzaron a recolectar sus logros en los botes, tratando de establecer con ello, las habilidades intrapersonales, al tener control sobre sí misma, pero al mismo tiempo, las interpersonales, al trabajar de manera grupal en el control de conducta para lograr un mismo objetivo.

La confrontación

Al tener los resultados analizados mediante la redacción de este análisis, se tenía que dar paso al momento de confrontación, mediante el cual el trabajo con el equipo de tutoría y cotutoría ha sido trascendental. Esto sin duda haciendo referencia a Elliott (1995), quien mencionaba que “El trabajo colaborativo entre profesores, propicia la reflexión y diálogo, para llegar a la comprensión de un problema”. (p.78)

Gracias a este trabajo en conjunto pude determinar que, aunque mis alumnas comienzan a presentar resultados de logro como docente, me faltan acciones que vuelvan a mi clase, un momento innovador, que no solo arroje los resultados esperados, sino que marque una verdadera diferencia en el alumnado.

Durante el desarrollo de las sesiones el uso de instrumentos de evaluación, fueron muy importantes debido a que: “Toda estrategia utilizada dentro de un proceso de evaluación, ha de conllevar validez y flexibilidad” (Cabrera, 2001, p.34)

Entonces, analizándolo como punto de mejora del proceso educativo, uno de los instrumentos que determinó si se estaban logrando los aprendizajes en mis alumnas fue la autoevaluación, realizada por medio de algunas preguntas que tuvieran significado de relevancia dentro de la problemática de investigación, obteniendo los siguientes resultados, presentados mediante un ejemplo:

Plan de sesión escolar
Ciclo 2019-2020
Elementary school

Autoevaluación

Nombre completo: Harlan Vega

Fecha: 2/3/20 emoción de exposición: _____

1.- ¿Qué te permitió aprender la clase?
Aprendí a controlar mis emociones.

2.- ¿Por qué es importante para mí el reconocer las emociones?
Para que te puedas expresar.

3.- ¿Qué avances e visto en mi comportamiento a partir de estas actividades?
Que me puedo controlar mejor.

4.- ¿Qué me falta por mejorar para poder tener mayor control emocional?
Tener más calma.

Artefacto 3: resultados de autoevaluación sobre control emocional (20/03/20)

Por medio del artefacto anterior, pude determinar que las alumnas realmente están conscientes de que el conocimiento de sus emociones, favorece para el desarrollo de control emocional y recalcan la importancia de conocer sus emociones. Como refiere Casanova (1998) la autoevaluación va a “permitir al alumno valorar su propia labor y el grado de satisfacción que le produce” (p.219), este aspecto es

fundamental en el proceso de autorregulación de los alumnos, ya que permitirá valorar avances, así como detectar sus áreas de oportunidad.

Si bien las niñas siguen avanzando, por medio de las actividades pude detectar aquellas áreas de oportunidad que, al mejorar dentro de mi labor docente, favorecerán el propio desarrollo emocional de mis alumnas. Reflexionando lo anterior al compararlo con lo postulado por Monereo (2010) que menciona que “se espera que sea el propio profesor quien realice los ajustes indispensables, pero sin prever en ningún momento las condiciones reales en que este proceso se llevará a cabo, esperanza vana en la mayoría de ocasiones.” (p.153).

Termine de entender que, si quizá existen cosas que no esté a nuestro alcance controlar, si está en nuestras manos prevenir, y hacerlo permitirá a nuestra secuencia algo favorecedor. Por otro lado, aunque se realizó un tipo de clase innovadora, que en algunos momentos se vio reflejado, mediante el gusto y aceptación de las alumnas, no en todo momento se mantuvo ese sentido. En la innovación se debe tomar en cuenta que el proceso de autocontrol está estrechamente vinculado a la autocorrección del proceso de aprendizaje, tanto de las estrategias y acciones cognitivas, como de las acciones conductuales.

Por lo que, como docente, en la modificación de los modos de proceder ante el surgimiento de dificultades, al replanteamiento motivacional y de objetivos, la elaboración o asunción de criterios evaluativos, debo considerar mi propio control emocional. En sentido general, mi función no es sólo correctiva y evaluativa, sino mucho más proactiva y anticipadora.

Reconstruyendo los aprendizajes

Para reconstruir los aprendizajes es necesario empezar por cambios que generen una introspección dentro de mi trabajo docente, al respecto Monereo (2010) menciona que: “Mucho se ha hablado de las resistencias que detentan los

profesores para cambiar su conducta docente, identificando al menos tres: los sentimientos de incertidumbre, vulnerabilidad e inseguridad” (p.179).

En este sentido para realizar una reconstrucción, es necesario retomar aquellos resultados de la práctica en cuestión que me permiten medir el nivel en el que se encuentran mis alumnas y hacia dónde quiero que avancen, dentro de los resultados más importantes se muestran los obtenidos mediante una tabla contestada por las propias alumnas que fue determinante para esta sesión.

Plan de sesión escolar
Ciclo 2019-2020
Elementary school

Nombre completo: Inés Fernández Pinto Taca
Fecha: lunes 2 de marzo tema: Los Emociones

Mis avances	Que puedo mejorar
Que de demostrados emociones como tristes emociones de alegría y saber como se maneja	No usar las emociones si no lo estas expresando si lo estas expresando si lo puedes usar

Artefacto 4: tabla de autoevaluación final (20/03/20)

Como se puede observar en el artefacto anterior, las alumnas son capaces de reconocer sus avances lo cual las coloca en la fase de integridad que según lo mencionado por Goleman (1995),”se consolida cuando las personas son capaces de reconocer sus propios actos y asumir la responsabilidad de ellos”. (p.45).

Sin embargo, aún existe un camino por recorrer, pues quedan etapas por cumplir que son fundamentales para que el desarrollo de la autorregulación quede realmente consolidado, entre ellas se encuentran la contextualización del control emocional, al demostrar si el control de las emociones se puede llegar a asumir frente a otras personas por medio del desarrollo del trabajo colaborativo.

Desde este punto de reflexión, es importante considerar desde mi papel como docente, en el desarrollo de la autorregulación y particularmente, la importancia de la estimulación para el desarrollo del aprendizaje autorregulado, la manera de evaluar y transmitir ese aprendizaje dentro de la vida de mis alumnas.

El logro de los tres factores será posible mediante el desarrollo de una actividad concreta que proporcione un andamiaje entre ellos, el cual según Vigotsky (1978) lo considera como: "la actividad cognitiva del niño en la resolución de problemas que está socialmente condicionada por el adulto al interactuar con él". (p.122).

Quisiera, aunque brevemente, hacer referencia a un importante aspecto en el que incide el desarrollo de la autorregulación del aprendizaje y se trata de su impacto en la solución de las llamadas dificultades de aprendizaje, que pueden estar presentes dentro de cualquier práctica educativa de mis alumnas.

Lo que permite el desarrollo potencial y psicológico real de distintos procesos a partir del autoconocimiento y el autodesarrollo personal vinculado al desarrollo grupal. Por otro lado, los alumnos se sienten motivados por desarrollar las estrategias de regulación y aprendizaje, y adquieren los recursos para planificar y organizar sus propias acciones cognitivas y conductuales, entre otros elementos.

Las experiencias prácticas me han demostrado que como maestra, puedo alcanzar una mayor responsabilidad por el aprendizaje y por el de los demás, una disposición creciente a tomar iniciativas y decisiones propias, un aumento de la participación a partir de la elaboración de juicios personales, de la necesidad de exponer sus criterios con mayor libertad y fuerza argumentativa, sin temores a la equivocación, sino por el contrario aprovechando productivamente los errores para la corrección colectiva y la construcción de los conocimientos.

Algunos estudios realizados en esta línea por Gardner (2000) sugiere que para que esta interacción entre profesor y alumno sea favorable “deben existir tres factores: el empleo del razonamiento y de las explicaciones verbales, es decir, la verbalización de planes y objetivos; el gradual abandono del control por el adulto y el predominio de sentimientos de calidez afectiva y emocional.” (p.78)

Por lo que plantear una secuencia que pueda cumplir mediante los tres factores mencionados en el párrafo anterior, será uno de mis más grandes retos, para retomar las fases que vienen dentro del favorecimiento de la autorregulación emocional.

6.5 Quinto análisis: Una visión de vida a través de las emociones

El gran descubrimiento de mi generación es que los seres humanos pueden cambiar sus vidas al cambiar sus actitudes mentales. (James, 1999)

Sin duda alguna, la manera de enseñar cambió, pero no todos los cambios son malos, la pandemia me ayudó a poner en prueba mis propios límites, y demostrar todo aquello que, por dos años, el estudio del posgrado mi experiencia docente y mi formación inicial. me ayudó a adquirir en mi formación profesional, ser una docente innovadora, actualizada, guiada por una metodología humanista, donde el alumno es lo más importante de este proceso.

Retomando esta situación desde sus inicios recordé como fue que recibí a mis alumnas, como mis primeras semanas eran complicadas del salón de clases, ahora puedo ver el progreso en ellas, y pareciera que tengo a alumnas que ya no pertenecen a tercer grado, su nivel de madurez, conocimiento en el tema, sus actitudes, todo en ellas ha evolucionado, me pude dar cuenta de ello debido sus

avances pero también al tomar en cuenta la etapa de nivel de autocontrol de mis alumnas según lo propuesto con Goleman (1995).

Pude observar esta transición de la adaptabilidad a la innovación, debido a que, en las últimas sesiones dentro de la escuela, eran capaces de demostrar su control emocional bajo diversas situaciones en diversos contextos, por lo que al ver que bajo diferentes tipos de momentos las alumnas podían controlarse más que antes, ya podían empezar a proponer ideas para ayudar a los demás.

Por lo tanto, el objetivo de la sesión a cumplir fue: Generar en las alumnas de tercer grado, el conocimiento, identificación e interpretación de sus emociones, para la creación de una base que de sustento a las estrategias adecuadas para lograr el autocontrol de su comportamiento a partir del conocimiento de sus emociones.

Se trabajó con una propuesta de metodología activa que se realizó de manera interdisciplinaria, relacionando el tema de inteligencia emocional a través de las materias de español, matemáticas e historia, conectando todos los trabajos al final, para que se concretaran en un sólo objetivo.

Basados en el programa de aprendizajes clave (SEP, 2017), se tomaron en cuenta los siguientes campos formativos: Lenguaje y comunicación, Cultura y vida social, desarrollo personal y social y pensamiento matemático, para realizar un proyecto de forma interdisciplinaria.

El contenido a desarrollar tenía distintas vertientes: Expresión y regulación emocional, desarrollo de habilidades de lenguaje, escritura y comunicación de información y análisis de información a través del reconocimiento de datos, dado que fue solicitado de esta manera por el colegio, sin embargo, para el desarrollo de este análisis busqué que las niñas demostraran la expresión y regulación emocional.

Todo esto con base al trabajo dentro del desarrollo de ámbitos educativos como lo fueron: Autorregulación emocional, comunicación e información y análisis de la información, que se encaminaron a cumplir con el aprendizaje esperado planteado que se trataba de: identificar situaciones que le generan emociones aflitivas y no

aflictivas y las comparte, y reconoce el efecto de las emociones en su conducta y en sus relaciones con los demás, mediante las prácticas de lenguaje y comunicación desarrolladas en el ciclo escolar.

En cuanto a la alumna con necesidades educativas especiales, se desarrollan estrategias con adecuaciones, junto con la docente sombra, pues como lo refiere Ávalos (2016): “Existe consenso en que la inclusión educativa de estudiantes no puede realizarse sin una decidida intervención de los docentes.” (p.23).

Por lo que partir de una buena intervención puedo contribuir a una educación no sólo inclusiva, sino de calidad, a pesar de afrontar la situación actual, donde no puedo estar en un salón de clases frente a mis alumnas, pues considero que la educación no depende del lugar sino del papel que desarrolle el docente y el alumno dentro de su proceso de aprendizaje.

Es decir, si el docente cuenta con la capacidad y preparación necesaria para poder atender las necesidades reales del alumno bajo su contexto, nivel, desarrollo, y el alumno está motivado para seguir trabajando sea en casa o escuela el objetivo se cumplirá.

A continuación, se relata, lo acontecido de acuerdo a las intervenciones realizadas, con base a los objetivos trazados y los logros obtenidos, haciendo una profundización en los conocimientos y habilidades adquiridas respecto a la situación emocional actual de mis alumnas.

Lunes 01 de junio del 2020

Sesión uno: La importancia del conocimiento y control emocional.

Tomando en cuenta que, debido a la etapa de contingencia actual, a partir del mes de marzo se trabajó con las alumnas en casa, las sesiones se planificaron bajo este contexto, asumiendo que todas son de nivel socioeconómico alto y que cuentan con buen servicio de internet y aparatos como tabletas, laptop o computadoras.

Por lo que para el desarrollo de las sesiones se contó con el uso de diversas páginas interactivas con Word Wall como juego de activación de aprendizajes previos, class dojo como metodología de gamificación por premiación e insignias, y meet, así como Google sites para desarrollar las presentes actividades,

El día se comenzaría con una clase en vivo, programada para las 9 de la mañana en punto, porque cinco minutos antes, me conecté para preparar todo lo requerido y poco a poco las alumnas se fueron conectando; como parte del trabajo desarrollado de la escuela que ya se convirtió en un hábito de mis prácticas docentes, comencé la clase en línea con un ejercicio de activación a manera de recuperación de aprendizajes previos.

En dicho ejercicio por medio de una aplicación llamada "Mentimeter" las alumnas responderían en lluvia de ideas a la pregunta ¿Cuál es la importancia de aprender a controlar tus emociones, donde los resultados obtenidos fueron los siguientes:

¿Cuál es la importancia de aprender a controlar tus emociones?

Mentimeter



Artefacto1: Recuperación de aprendizajes previos de las alumnas (01/06/20

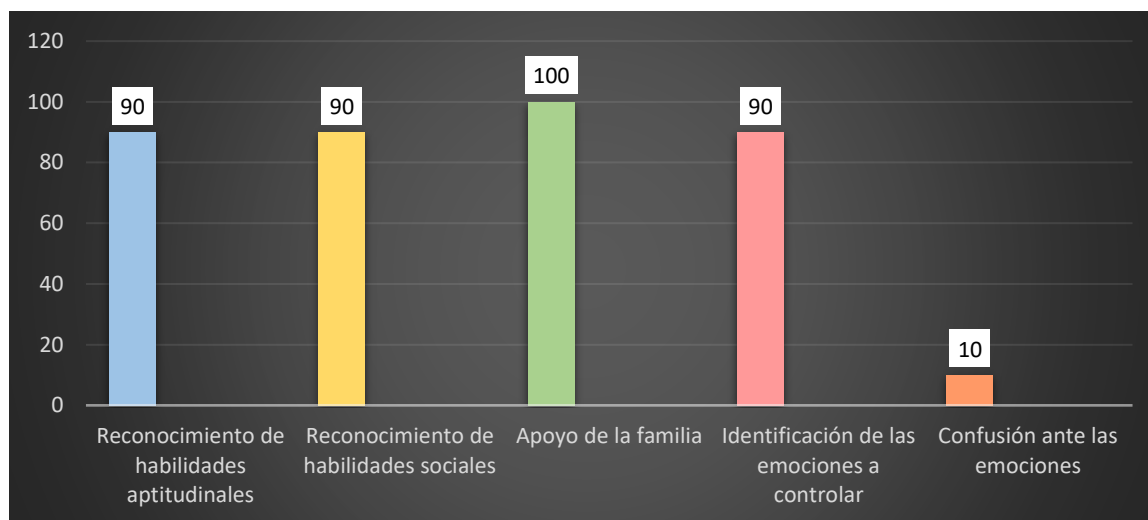
34

Como se puede observar mediante el artefacto anterior, las respuestas recibidas fueron muchas, sin embargo, resaltan sobre la imagen las respuestas que más sobresalieron de las niñas se encuentran: para expresarte, para sentirte mejor, para estar bien.

Goleman (1995) mencionaba que: “La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer lo que te hace bien de lo que te hace mal” (p.34), por lo que, gracias a las respuestas obtenidas de las alumnas, en comparación con lo propuesto por Goleman, pude darme cuenta de que las niñas son plenamente conscientes de la importancia del conocimiento emocional en sus vidas.

Teniendo en cuenta que las alumnas contaban con la idea central bien planteada me decidí a continuar con la intervención donde enfocándonos en la materia de español, el objetivo fue aplicar una encuesta tanto a las niñas como a las personas que actualmente viven con ella en casa, dicha encuesta fue de acuerdo a las habilidades aptitudinales y sociales de acuerdo a lo propuesto por Goleman (1995) y Gardner (2000), respecto al desarrollo de inteligencia emocional.

En las encuestas que fueron enviadas por las veinticuatro alumnas en su totalidad, se obtuvieron los siguientes resultados:



Gráfica 9: Resultados de habilidades sociales dentro del contexto familiar (01/06/20)

Como se puede demostrar en la gráfica anterior, tanto el resultado de las encuestas como la participación de las alumnas fue positivo, debido a que en comparación dentro de las primeras intervenciones donde las alumnas se sentían confundidas respecto a sus emociones y no le daban importancia a este aspecto, el 90% de las

niñas es capaz de reconocer aquellas emociones que ocasionan la falta de control en ellas y sobre todo aquellos factores emocionales en su familia que pueden influir en sus propias actitudes.

Esto pude relacionarlo en referencia al autor Sierra, (2008) quien postulaba que “Las nuevas formas de manejo de la información permiten que los niños tengan un mejor conocimiento acerca de cuáles comportamientos son adecuados para escenarios sociales” (p. 44). Por lo que el intervenir de esta manera con las alumnas para que pudieran desarrollar la encuesta no sólo apoyó el cumplimiento, sino que permitió ver los resultados de una manera contextualizada y verídica.

Aunque lo demostrado por las alumnas hasta el momento dejaba ver resultados favorecedores, debido a que como se muestra en la gráfica se encuentran habilidades de reconocimiento emocional propio, así como mayor apoyo por parte de familia, y son capaces de relacionarse de mejor manera con los demás, para lograr concretar si las alumnas cuentan con una autorregulación estable de acuerdo al manejo de habilidades emocionales, no sólo es necesario su reconocimiento, pues el éxito de esta intervención dependía de la demostración y aplicación de esas habilidades, mismas que se pudieron trabajar en las siguientes intervenciones.

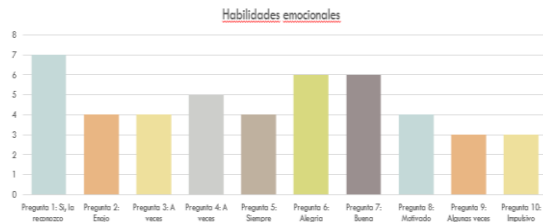
Martes 02 de junio del 2020

Sesión 2: El análisis de mis habilidades emocionales

Era momento de continuar con nuestro proyecto, por lo que para empezar el día dos, los conocimientos referidos a este día, serían basados en matemáticas, en relación con lo trabajado mediante la encuesta de la sesión anterior.

Para que las alumnas tuvieran una guía de cómo realizarlo, se les proporcionó una video clase, donde expliqué la manera de desarrollar ese tipo de presentación. El trabajo realizado se envió a través de la plataforma del colegio y tenían completa libertad de hacer su trabajo con base a un estilo propio, siempre y cuando se

respetaran los procesos de análisis de información, por lo que los resultados obtenidos fueron los siguientes:



¿QUE SENTIMIENTO DOMINA A SAN LUIS POTOSÍ DURANTE LA PANDEMIA ?

- Yo creo que la gente de San Luis tiene miedo al coronavirus y deben de mantener la calma siguiendo las medidas de seguridad y así pueden estar tranquilos en sus hogares.
- Muchas personas tienen que seguir trabajando y salen con cubrebocas , algunos están tranquilos y prefieren salir a quedarse en casa.

ANÁLISIS DE DATOS

¿Cómo puedo ayudar a mi familia, para que conozca mejor sus emociones o poderlas controlar y vivir mejor?

Creo que aprendiendo a reconocer lo que sienten y hacer que se puedan analizar tomar pausas para observar y sentir lo que pasa, para vivir mejor.



¿Qué emociones hace falta controlar o desarrollar de mejor manera en mi familia para vivir mejor?

EL QUE NOS ENOJEMOS FACILMENTE POR QUE A VECES NOS DESESPERAMOS POR ESTAR TANTO TIEMPO EN LA CASA.



Artefacto 2: Análisis de información sobre las emociones de las alumnas (02/06/20)

Mediante el artefacto anterior, quedó demostrado, no sólo las habilidades tecnológicas de las alumnas, sino que su capacidad de análisis de información se puede determinar cómo alto, lo cual al relacionarlo con lo postulado por Goleman (1995), al hacer referencia en cuanto a que la capacidad de análisis y reflexión de una persona sobre sus emociones, en relación a su contexto, demuestra un buen desarrollo de habilidades de inteligencia emocional. (p,142)

Dos de los casos que más llamaban mi atención hasta esta etapa del proyecto fueron los de la alumna PG, quien fue una de las pequeñas que durante el desarrollo de la investigación mostraba pocos avances y sobre todo escasa motivación para realizar un cambio en cuanto a sus actitudes.

Resaltando que parte fundamental del logro de este proceso se dio debido al amplio apoyo que existió por parte de los padres de familia, que no sólo contribuyeron al

contestar la encuesta anterior, sino que realmente fueron parte del proceso que se realizó en estas sesiones junto a sus hijas.

Y por otro lado se encuentra el caso de la alumna MM, quien a pesar de tener necesidades educativas especiales y tomando en cuenta que: “Formarnos como docentes para la inclusión educativa requiere el conocimiento y el adecuado manejo de un amplio repertorio de estrategias didácticas” (Ávalos, 2016, p. 25)

Por lo que como docente me di a la tarea de realizar las adecuaciones necesarias con base a las capacidades y desarrollo de habilidades de mis alumnas, dejando que ella realizara su encuesta a mano con sólo cuatro preguntas básicas, al igual que para los demás procesos todo podía ser realizado a mano, con apoyo de la docente sombra. La docente sombra le escribía las preguntas que MM le decía y después MM las copiaba debajo de las realizadas por la docente sombra

Pese a ello la maestra sombra me comunicó que fue decisión de la propia alumna, realizar los trabajos igual que las demás a excepción de la encuesta por lo que con ayuda de la docente de apoyo, realizó su reflexión con frases cortas pero concisas, dando muestra de que conoce qué son las emociones y para qué sirven y que tiene grandes avances en cuanto a reconocimiento de emociones básicas.

Dentro del desarrollo de mi papel como docente, ser innovadora implicó un gran reto, pues aún estoy en un proceso de adaptación a la nueva forma de enseñar y motivar a las alumnas bajo esta situación de pandemia, no ha sido fácil, para poder lograr el control emocional de mis alumnas tenía que trabajar sobre mis propias emociones y estados de ánimo, pero no fue fácil.

Pienso que una de las acciones que ayudó a obtener buena respuesta fue la motivación que traté de transmitir para el desarrollo de su trabajo, el soltarlas me hizo sentir insegura en un principio, pero al final los resultados fueron muy gratificantes, sin embargo considero que, adquirir mayor sustento con base a metodologías activas y el desarrollo emocional actual me dará más seguridad como docente para hacer un trabajo aún más innovador que el anterior.

Miércoles 03 de junio del 2020

Sesión tres: Mis emociones en el mundo real

Para la última sesión, las alumnas realizaron una campaña virtual por medio de la cual elaboraran carteles, infografías, videos o fotografías con previa autorización de padres de familia, donde pudieran dar apoyo y consejos a las personas de la importancia de cuidar de sus emociones en esta época de pandemia, ya que en una situación de cambios de situaciones de frustración y estrés en casa, las alumnas podían llegar a transmitir un mensaje positivo que hiciera reflexionar a los padres sobre los beneficios de una buena salud emocional.

Las alumnas debían de demostrar sus capacidades de aprendizaje de acuerdo a los conocimientos obtenidos, en donde los resultados demostrados fueron los siguientes:



Artefacto 3: Campaña virtual sobre el cuidado emocional por las alumnas (03/06/20)

Los resultados obtenidos como se demuestra en el artefacto anterior, fueron muy buenos no sólo porque las alumnas demostraron sus habilidades para el manejo de información lo cual implica ya un rasgo distintivo de la autorregulación adquirida, sino que también demostraron que son capaces de reconocer, transmitir y valorar la importancia de las emociones como parte fundamental de nuestro desarrollo.

Gardner (2000), mencionaba que: “Las inteligencias más favorecidas en el sistema educativo tradicional, no son suficientes para desenvolverse” (p.76), por lo que el hecho de que las alumnas pudieran convertir sus habilidades intelectuales, en algo más que un trabajo entregado.

Es decir, las alumnas generaron un correcto desarrollo de sus habilidades cognitivas para procesarlas como habilidades sociales y aptitudinales que favorecieran el desarrollo de la autorregulación en cada una de ellas.

La realidad de las emociones mediante la reflexión

De acuerdo a lo propuesto por Smyth (1991):” La confrontación nos permite mirar la enseñanza no solo como un conjunto aislado de procedimientos técnicos sino como aspectos que se van construyendo con base a nuestros valores y actitudes.” (p. 285).

Por lo que esta parte de la investigación me sirvió como un punto muy importante para determinar con base a mi profesionalización la capacidad de reflexionar sobre la propia práctica y las teorías analizadas a lo largo del portafolio desarrollado, que me dará las habilidades adquiridas durante este proceso y aquellas que faltan por adquirir. Comenzaremos analizando los resultados concretos obtenidos:

Alumnos	Reconoce e interpreta el significado de la palabra empatía			Trabaja de manera colaborativa			Identifica la importancia de la empatía como una emoción			Relaciona valores como el respeto y la igualdad con la empatía			Toma sensibilidad a partir de la reflexión de una situación determinada			Reconocen sus emociones a través del comportamiento de otros			Reflexionan y analizan su conducta al enfrentarlo dentro de su contexto real			Identifica los aspectos emocionales logrados que la ayudarán a mejorar su comportamiento			Muestra empatía hacia los demás			Identifica sus áreas de crecimiento					
	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N	L	E	N			
Elda	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Gaby	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Emma	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Samanta	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Natalia	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Valeria	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Inés		x			X			x			X			X			X			x			x			x			x			X	
Pau G.	X				x		X			X			X			X			X			X				X		X			X		
Sara	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Constanza	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Luisa	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Majo H.	X			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Victoria	x			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Sofi Ma.	x			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Pau Mon.	x			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Pau Me.	x			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
María	x			X			X			X			X			X			X			X			X			X			X		
Miranda	x			X				x		X				x		X				x			x			x			x			X	

Artefacto 4: Lista de cotejo, de resultados finales del proyecto (05/06/20)

Como se puede observar, los logros de las alumnas fueron determinantes dentro de cada una de las habilidades sociales adquiridas dentro del proyecto pero que se concretaron a lo largo del desarrollo de la investigación que nos permitió llegar hasta este punto.

Analizado desde la perspectiva de Goleman (1995), “la adquisición de la autorregulación, no se da por sí sola sino a través del desarrollo de las habilidades emocionales que le permitan a la persona determinar qué es lo que necesita en su vida para mejorar.” (p.92)

Tal es el caso de las alumnas que, si bien al inicio no eran capaces de reconocer las emociones básicas su importancia y función dentro de su vida, ahora demuestran no sólo tener conocimiento de ello, si no el llevar esos aprendizajes a la práctica para ayudar a más personas.

Desde la perspectiva de Vigotsky (1920), en relación a la zona de desarrollo próximo cuando comenzamos esta investigación las alumnas se encontraban en un nivel real de desarrollo lo cual era determinado por que lograban reconocer sus emociones que no le permitían tener un control de sí misma, se mostraban inteligentes y manejaban un correcto nivel de comprensión de manera general. (p.76)

Sin embargo, en la actualidad y mediante lo demostrado por la intervención aquí presentada las alumnas evolucionaron a un nivel de desarrollo potencial donde por medio del artefacto se puede observar que las alumnas adquirieron tres aspectos básicos para el logro de la autorregulación: el control y expresión emocional, manejo de situaciones y contextualización de las emociones.

Para concretar estos conocimientos a pesar de que las alumnas habían mostrado un gran crecimiento, era necesario un último paso para saber si realmente estaban ya trabajando sobre una autorregulación estable dentro de su personalidad, por lo que se aplicó un instrumento de autoevaluación lo cual me permitió observar que las alumnas son capaces de reconocer tanto sus áreas de oportunidad como sus

áreas de fortaleza, por lo que con mucho orgullo pude determinar que las niñas habían logrado obtener una autorregulación como parte del manejo de su personalidad.

Pero no toda la investigación se desarrolló con base a las habilidades adquiridas por las alumnas, pues como docente, el estudio del posgrado al trabajar en este tipo de documento me permitió crecer de manera profesional y personal e ir analizando cada aspecto de mi práctica que me permitía avanzar hacia el peldaño siguiente.

El camino hacia el crecimiento

Pude hacer una reflexión acerca de los avances y logros obtenidos por parte de las alumnas pues en cuanto a mi crecimiento personal y profesional, también tener distintas satisfacciones, analizar cada punto de mi práctica docente que me llevaron a convertirme en lo que soy.

Fases para la autorregulación emocional	Diagnóstico inicial			Resultados finales		
	Alto	En proceso	No logrado	Alto	En proceso	No logrado
Autoconocimiento			X	X		
Autocontrol			X	X		
Automotivación		X			X	
Empatía		X			X	
Desarrollo social			X	X		

Tabla 9: análisis comparativo respecto a las habilidades emocionales para el logro de autorregulación (Goleman, 1995, p.143)

El artefacto anterior, fue determinante para observar los avances reales de las alumnas, los cuales claramente muestran que las habilidades emocionales adquiridas son más sólidas en comparación al inicio de estas sesiones, por lo que

la autorregulación se muestra como un proceso consolidado dentro de su desarrollo personal, educativo y social.

"El aprendizaje creativo y cooperativo pueden contribuir a: desarrollar actitudes positivas hacia el aprendizaje, aprender a aprender a resolver problemas y gestionar el tiempo dedicado al trabajo" (Alsina y Díaz, 2009, p. 56). Considero que la clave del éxito de este diseño fue el trabajo cooperativo y su combinación con la creatividad y la autorregulación, acciones que fueron fundamentales para el aprendizaje significativo.

Al momento de reflexionar sobre mis hallazgos, las áreas de oportunidad y las fortalezas me comprometen a seguir superándome para concluir la transformación que he iniciado con las alumnas y así cumplir con los propósitos que he planteado en la temática de investigación.

Logro concluir que los propósitos que había planteado en un inicio para favorecer la autorregulación se han alcanzado y que además ha sobrepasado las expectativas ya que en un inicio sólo hago mención de que requiero favorecer la autorregulación para beneficiar el aprendizaje, sin embargo, logro entender y analizar que la autorregulación no sólo es necesaria para el aprendizaje, sino que es indispensable para la convivencia, para la toma de decisiones y para alcanzar una meta.

Ha sido un largo camino recorrido lleno de altas y bajas de expectativas de enfrentamientos con la realidad, como maestra nunca me imaginé vivir una etapa tan difícil como la que tuvimos que pasar en la actualidad, sin embargo, la satisfacción y orgullo me llenan tanto, que permitieron cambiar mi perspectiva como docente en todos los sentidos. Incluso ahora puedo decir que la pandemia me ayudó a tomar este tiempo como momento de reflexión y de introspección

Me llevo la lección más grande que puedo tener desde mi perspectiva un docente, que es el hecho de que un buen docente no es aquel que cumple con los objetivos planteados dentro de una planeación, sino aquel que se preocupa por darle a sus alumnas lo mejor de sí misma y el mundo que las rodea, volverlas humanas, sociales, personas que defiendan su manera de pensar, de sentir, pero que cada

paso que den lo hagan para marcar un cambio dentro de su vida y la vida de quienes los rodean.

7.- CONCLUSIONES

“La toma de conciencia es crucial para el aprendizaje, sin ella no se reflexiona sobre los errores cometidos y no se autorregula el comportamiento introduciendo los cambios necesarios para tener éxito en la tarea” (Goleman, 2000).

Durante el proceso como estudiante de maestría la toma de conciencia y de reflexión fueron cruciales para la mejora de mi práctica docente, gracias a ellas pude ver logros en las intervenciones y en la autorregulación de los alumnos, también permitieron hacer un análisis del por qué y el para qué de las actividades, además logré constatar si estas beneficiaban el auto control emocional de las estudiantes con las que apliqué dichas propuestas.

Por lo que, mediante el proceso realizado durante el desarrollo del portafolio, pude dar respuesta a la pregunta de investigación planteada de la siguiente manera: **¿Cómo favorecer las habilidades socioemocionales de las alumnas del tercer grado en educación primaria para desarrollar la inteligencia emocional?**

El proceso tanto de enseñanza como aprendizaje para el logro de la autorregulación fue complejo, incluso llegué a dudar si realmente lo lograríamos, en ocasiones me sentía insegura sobre las actividades que les proponía y su eficacia, sin embargo, puedo decir que en la actualidad mis alumnas y yo hemos alcanzado un buen nivel en el manejo de nuestras emociones, somos conscientes de los logros obtenidos y aquellas áreas de oportunidad por trabajar para ser mejores cada día.

Sin duda el aplicar y desarrollar la inteligencia emocional como parte de la rutina en clases, me mostró el camino a seguir para conocer más sobre las alumnas sus necesidades y sus emociones, y a ellas les permitió analizarse a sí mismas y tener control sobre sus sentimientos. Algunas de las estrategias que utilice durante esta investigación son: aplicación de metodologías activas, reconocimiento emocional mediante la lectura y reflexión, trabajo colaborativo para desarrollo de la empatía. Además de trabajarlas mediante el análisis, reflexión, confrontación, reconstrucción

y aplicación de teorías sobre el tema, que tiene como base a Goleman (1995) y Gardner (2000).

En cuanto a lo hecho en el salón de clases, considero que pude ser más abierta en cuanto a la variabilidad de actividades, el ser más innovador y encontrar la manera de llegar a aquellas alumnas que les tomó más tiempo reconocer y expresar sus emociones o bien tomarse con seriedad el hecho de trabajar con sus emociones consideraciones que tendré en cuenta, es un tema que seguiré desarrollando con mis siguientes grupos.

Haciendo un análisis desde esta perspectiva, es necesario retomar los propósitos planteados al inicio de la investigación, en cuanto a mi labor se determinó el siguiente propósito: Profesionalizar mi práctica docente mediante la implementación de estrategias de inteligencia emocional, que permitan favorecer las habilidades socioemocionales en mis alumnas de tercer grado de educación primaria.

Gracias a este proceso con base al propósito anterior, pude valorar la importancia de no solo ser una docente actualizada y con amor a su profesión, sino la necesidad de convertirme en una docente innovadora, reflexiva, y analítica, lo cual logré adquirir dentro del desarrollo del proceso en el posgrado. No fue algo fácil de adquirir, pero el tener los conocimientos, la iniciativa, las estrategias, doctores en educación como guías, así como un gran equipo de tutoría y cotutoría no hubiera sido posible.

Sin embargo, creo que el aspecto personal fue muy bien atendido por las estrategias seleccionadas, pero estoy consciente que dejé de lado el aspecto social, pues pude desarrollar de la misma manera actividades para la atención del trabajo colaborativo, fundamental en el logro de la autorregulación, y faltó darle mayor importancia a esta área por lo que la considera una oportunidad de mejora dentro de mi desarrollo profesional.

En cuanto al propósito con las alumnas se planteó lo siguiente: Desarrollar habilidades socioemocionales en las alumnas, que le permitan el favorecimiento de la autorregulación en las áreas personal y social dentro de diversos contextos.

Con base en este propósito considero que el reconocimiento emocional fue uno de los logros más fuertes en las alumnas, al igual que el ser niñas más autónomas y conscientes de sus acciones y consecuencias, debido a que fueron capaces de demostrarlo.

Han sido tantos los cambios que transcurrieron en la educación y en la sociedad, el ser una docente preparada se ha convertido en una necesidad, para cumplir con lo que las alumnas y alumnos de hoy en día requieren para tener no solo conocimientos y habilidades intelectuales, sino aquellas acciones que les permitan ser personas seguras de sí mismas para su crecimiento personal y su desarrollo dentro de la sociedad.

Durante la intervención educativa descubrí que la emoción es una esfera fundamental de los seres humanos, tan fundamental como los propios conocimientos adquiridos en una asignatura, por lo tanto, interviene en múltiples aspectos de nuestra vida. Ciertamente, la educación no es ajena a esta influencia. La enseñanza del manejo de las emociones en el ámbito educativo se vuelve una herramienta necesaria no solo para el aprendizaje escolar, sino para enfrentar los desafíos diarios.

Las mejorías en el proceso de adquisición de la autorregulación de mis alumnos, y el estudiar más de cerca las emociones, me permitió conocer a los menores a fondo, saber sus sentimientos y emociones, sus necesidades y cualidades, me permitió hacerme más consciente, mejor maestra y mejor persona, pude entender la afirmación de Tomlinson, (2003) “Los profesores de estas aulas saben que sus estudiantes tienen grandes conocimientos instintivos, un gran sentido de lo que funciona dentro de su mundo y percepciones muy valiosas sobre sí mismos y sus compañeros” (p.24).

Algunos de los aportes que me deja la investigación es la certeza de saber cómo ser más consciente y quitarme muchos prejuicios que de alguna manera estancaban mi labor como docente sin permitirme ir más allá de lo tradicional o conductual,

donde mi única preocupación era que las alumnas aprendieran y que las calificaciones fuera buenas.

Es decir, lo que más rescato respecto a lo que me deja la investigación es una práctica profesional docente con un fuerte compromiso educativo, conscientes de la responsabilidad social que conlleva la enseñanza, siendo más competente y autónoma en la toma de decisiones, dispuesta al cambio, con dominio de conocimientos en lo disciplinar, didáctico y pedagógico, con cualidades éticas y valores.

Siempre me he considerado una docente que no quiere educar a sus alumnos para que aprendan a multiplicar o leer, me visualizo más como una docente que logra cambios reales en la vida de sus estudiantes, que genera un impacto social, que hace de sus alumnos niños o niñas capaces de argumentar sus ideales, que buscan soluciones, formo seres humanos sensibles, empáticos e innovadores.

Esto me permitió ser crítica con mi trabajo a la hora de argumentar, sin duda la investigación sobre la educación emocional es un tema que a pesar de su importancia aún no existen amplias referencias como en otros ámbitos, muchas investigaciones emergen, por lo que fueron pocos los referentes que pude utilizar como base fuerte para esta investigación.

Otra de las limitaciones que encontré es el hecho de tomar un tema tan amplio como la inteligencia emocional, por lo que sus estudios radican desde el considerar como nacen las emociones, ir de lo físico y analizar las partes cerebrales que las forman, hasta convertirse en sensaciones o reacciones. Los docentes muchas veces no alcanzamos a comprender dónde termina nuestro ámbito de indagación y dónde comienza la del psicólogo.

Me enfoqué en trabajar sobre las emociones de las niñas como individuo, pero siento que pude hacer más por desarrollar las habilidades sociales necesarias para reafirmar la autorregulación y aunque la época de pandemia pudo influir, la preparación, una amplia investigación y profundización del tema, pudo evitar este

tipo de vacíos que sin duda serás áreas a trabajar para desarrollar con los siguientes grupos.

El presente trabajo de investigación, representa una meta más alcanzada dentro del proceso como maestrante, así como en un principio lo fue el primer diseño y logro continuo el primer análisis.

Hoy culmino esta etapa de mi desarrollo profesional, gracias a esa docente reflexiva que puedo ver en mí, estoy consciente de que no lo es todo, un objetivo se cumplió, pero la vida sigue la sociedad crece, los cambios continúan, y no puedo ver pasar el tiempo con la satisfacción de un objetivo cumplido, mis metas, mis ganas de vivir son amplias y deseo ser mejor docente, mejor esposa y mejor ser humano.

8.- VISIÓN PROSPECTIVA

Hoy en día me siento una persona diferente, en todos los sentidos, me siento un profesional más humano, pero también más comprometido con los intereses y capacidades de sus alumnos, hay una gran diferencia entre la docente que comenzaba a estudiar un posgrado, a la que se encuentra hoy en día escribiendo estas líneas.

A comparación de la docente conductista, que pensaba que con cumplir con lo que le dictaba el programa y la institución para la que laboraba, aquella que ponía como parte primordial de su trabajo, la buena conducta de sus alumnos, donde el orden fuera el que dominara, donde todo se ganaba con base a castigos y recompensas, y no, definitivamente no me da orgullo decirlo, pero es parte de lo que fui, es parte de lo que me llevó a ser lo que veo ahora frente a mi espejo.

Me siento una mujer segura, una docente preparada, reflexiva, analítica, pero mi lado humano fue lo que más descubrí tras el transcurrir de mi paso por el posgrado, el ampliar mi visión para ver tras esas caritas que día con día aparecían expectantes en el salón de clases, que hoy en día para mí son unos seres humanos extraordinarios, llenos de emociones, de sentimientos, y poder entrar a ellos, descubrirlos, me ayudó a percibir el mundo de una manera completamente diferente.

Se que por ahora la sociedad actual, se presenta más incierta que nunca, pero también siento que estoy preparada para cubrir esas necesidades en mis alumnas, que las ayuden a crecer como persona, como seres sociales, como seres humanos capaz de defender lo que son lo que piensan; hoy en día me siento una mujer completa, me siento con capacidad de reconocer lo que soy lo que puedo llegar a ser, y reconocer que como docente puedo dar mucho de mí.

Siento que aún me falta camino por recorrer pero que sin duda puedo lograrlo, por mí por mis futuros hijos, por mis futuros alumnos, a los que cada día podré esforzarme para tratar siempre de darles lo mejor de mí. Pues si se piensa en

cambiar el futuro, siempre es indispensable pensar en lo que se puede hacer en el presente.

Esto significó el poner en acción todo aquello que un día como docente imaginé pero que nunca me atreví a hacer por temor a fallar o bien a quedarme en el intento, pero la vida cambió y todo a su alrededor, lo hizo de una manera tan repentina, tan rápida, que lo único que quedaba era tomar el riesgo y seguir hacia adelante.

Tome el riesgo de ya no solo ser una docente que había evolucionado hacia el socio constructivismo, ahora tendría que convertirme en una docente basada en metodologías activas, gamificación e innovación, lo cual pudiera sonar fácil, sin embargo, no lo es, desde el poder comprender lo que cada metodología significaba ya era un proceso largo de recorrer.

Hoy por hoy, me siento orgullosa de decir que si, efectivamente me convertí en una docente innovadora, que se enfoca no sólo en las metodologías activas, soy una docente que se preocupa por sus alumnos, por lo que sienten, lo que viven, lo que tienen a su alrededor, no para tenerlos siempre contentos y así lograr tener la correcta atención para que puedan aprender los contenidos a desarrollar.

Me intereso por ellos, por sus emociones, por sus sentimientos, porque son los seres humanos que construirán el futuro de mi país, y si tengo la oportunidad de tener parte de ese futuro en mis manos, quiero ser una docente que marque un cambio desde el presente, que los impulse y los motive para ser la diferencia en un país que está acostumbrado a caminar siempre hacia donde mismo.

No he terminado de prepararme, sigo en ese camino, pero no voy a renunciar si se trata de tener parte del futuro en mi país en mis manos, y hacer de cada pequeño la posibilidad de tener un lugar mejor, una sociedad mejor, más humana, más consciente, más culta y preparada para lo que la vida traiga consigo misma.

Ahora que me permito hacer esta reflexión, no puedo evitar que venga a mi mente que en un momento también fui estudiante, y que desde pequeña me visualicé como una maestra, soñaba con ser una, jugaba a serlo, jamás imaginé el reto que ello

implicaba, tanto que más de una vez ese sueño, me parecía tan complicado que no quería seguir.

Este sentimiento creció en mí cuando por primera vez, intenté ser parte de la Normal de Estado y no lo logré, toda mi familia confiaba en mí, sería la primera en tener un título y creí quedarme en el camino, pero esas personas que forman parte de mi familia precisamente, me impulsaron a seguir a continuar con ese sueño que tanto insistí de niña.

No fue fácil, pero una de las personas que más confiaba en que podía lograrlo se quedó en el camino, pero sus enseñanzas se quedaron conmigo, y fue entonces que decidí no rendirme, seguir y luchar hasta conseguirlo, si alguien me preguntara dos años atrás, si pensaría en hacer una maestría, hubiera respondido con un no.

Pero ahora pienso que fue la mejor decisión de mi vida, me ayudo a crecer a valorar el papel tan importante que tengo al ser docente en mi país, que definitivamente no pienso quedarme de brazos cruzados, pues aún me faltan objetivos por lograr, pero quiero seguir insistiendo hasta conseguirlo.

En todo el trayecto de este sueño de ser la maestra que visualicé de niña, dentro de las altas y bajas, enfrentarme a esta etapa de mi vida, a este camino que me ha trazado el conseguir mi sueño, ha dejado una huella de mí, tal como la dejaron los maestros que tuve y dije no seré uno de ellos, como los que se convirtieron en mi inspiración.

Quiero llegar a ser una docente completamente innovadora, que además se especialice en atender el lado emocional de sus alumnos y que además capacite a sus compañeros docentes y directivos para que sientan ese mismo interés por educar a sus alumnos en todos los sentidos, y sé que un día podré decir se volvió a cumplir y mis hijos se sentirán tan orgullosos como me siento hoy.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allen, D. (1998). La evaluación del aprendizaje en los estudiantes, una herramienta para el desarrollo profesional docente. Barcelona: Paidós.
- Asamblea General de la ONU. (2017). "Declaración Universal de los Derechos Humanos" (217 [III] A). México. Recuperado de: <https://www.onu.org.mx/la-onu/>
- Ávalos, B. (2016). Importancia de la educación inclusiva. España: Paidós
- Barriga, F. D., & Hernández Rojas, G. (2002). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. México: McGraw-Hill Interamericana.
- BECENE. (2017). La construcción del portafolio temático. En Orientaciones académicas para la elaboración del portafolio temático. Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado, México, (pp. 9-19).
- Bergmann, J., & Sams, A. (2012). Da vuelta a tu clase. España: SM.
- Berrocal, P. F., & Extremo Pacheco, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 19, pp. 63-69. Recuperado de: http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/pdf61modelo_de_mayer_salovey.pdf
- Bisquerra, R. (2009). La inteligencia emocional y su contexto. En Psicopedagogía de las emociones. (pp. 117-139). Madrid: Síntesis.
- Bodet, J T. (2008). Poesía Completa de Jaime Torres Bodet. España: Paidós.
- Bruner, J. (1997). El aprendizaje por descubrimiento. España: Redalyc.
- Casanova, M. A. (1998). Manual de evaluación educativa. Barcelona: Paidós.
- Cabrera, F. A. (2001). La formación en la evaluación. España: Síntesis.
- Cerda, H. (2007). La investigación formativa en el aula: La pedagogía como investigación. España: Magisterio.
- Cohen, D. (2000). De los ocho a los once años: Los años intermedios. En Como aprenden los niños. (pp. 224-370). México: SEP.
- Coto, R. F. (2012). Cerebrando el aprendizaje. Argentina: Bonum.

- Domingo, S., j & Fernández, C., M. (1999). Técnicas para el Desarrollo Personal y Formación del Profesorado: Cuadernos Monográficos. Barcelona: UD.
- Dyer, W. (2991). Construye tu destino: Manifiesta tu yo íntimo y realiza tus aspiraciones. España: Debolsillo.
- Elliot, J. (2000). La investigación-acción, su proyección práctica. En La investigación-acción en la educación. (pp. 23-82). Barcelona: Morata.
- Gardner, H. (2000). La inteligencia Reformulada: Las inteligencias múltiples del siglo XXI. New york: Paidós.
- Goleman, D. (1995). La inteligencia Emocional. New York: Kairos.
- González, C., & Carranza, J. A. (2004). Aspectos evolutivos de la autorregulación emocional en la infancia. España: UM.
- Gogh, V. V. (1990). Cartas a Theo. Ámsterdam: Paidós.
- Hernández, R. (2014). La persona como eje fundamental del paradigma humanista. Universidad de Guanajuato, 33-40.
- INEGI (2017), Censo de Población y Vivienda 2017. Resultados definitivos, México.
- James, W. (2010). Visiones de William James. Madrid: UAM.
- Linares, A. R. (2007). Desarrollo cognoscitivo: Las teorías de Piaget y Vigotsky. Barcelona: UAB.
- López, M. (2008). La integración de habilidades sociales en la escuela como estrategia para la salud emocional. Intervención psicosocial y psicología comunitaria,3, pp.16-19. Recuperado de: <file:///C:/Users/Hernandez/Downloads/Dialnet-LaIntegracionDeLasHabilidadesSocialesEnLaEscuelaCo-2547022.pdf>
- Llenas, A. (2012). El monstruo de colores. España: Flamboyant.
- Monereo, C. (2010). La formación del profesorado: una pauta para el análisis e intervención a través de incidentes críticos. Revista Iberoamericana de Educación, 52, pp. 149-178.
- Montero, I. G. (2003). La autorregulación en el aprendizaje escolar. México: CIPS.
- Restrepo, B. (2000). Una variante pedagógica de la investigación-acción educativa. Revista Iberoamericana de Educación, 2, pp. 1681-5653.

- Rodríguez, C. (2013). ¿Qué es una emoción? Teoría relacional de las emociones. Clínica e investigación relacional, 7, pp. 348-372. Recuperado de: https://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V7N2_2013/10-Rodriguez-Sutil_Que-es-una-emocion_CeIR_V7N2.pdf
- Rueda, J. L. (2016). Tipos de familia y su influencia en la convivencia escolar: aportes al desarrollo social. En: Familia, Escuela y Desarrollo Humano. (pp. 115-130). Bogotá: CLACSO.
- Sardí, V. (2017). Escribir la práctica, inscribir la experiencia. Filosofía y educación, 2, pp. 1-14.
- SEP. (2017). Áreas de desarrollo personal y social. Programas de estudio: Educación Socioemocional. En Aprendizajes Clave para la Educación Integral de 3° de primaria. (pp.340-380). México: SEP.
- Taylor, S. J., & Bodgan, R. (1987). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Barcelona: Paidós.
- Tobón, S. T., Pimienta Prieto, j., & García Fraile, J. A. (2010). Secuencias didácticas: Aprendizaje y evaluación por competencias. México: Pearson.
- Uwe, F. (2004). Introducción a la investigación cualitativa. Madrid: Morata.
- Villar, L. M. (1992). Un Ciclo de Enseñanza Reflexiva: Estrategias para el diseño curricular. Madrid: Mensajero.
- Wilde, O. (1891). El alma del hombre bajo el socialismo. Madrid: Utopía.
- Zapata, B. E., & Ceballos, L. (2010). Opinión sobre el rol y perfil del educador en la infancia. Revista latinoamericana de ciencias sociales, niñez y juventud, 8, pp. 1069-1082. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/773/77315155021.pdf>

ANEXOS

Anexo A: Diseño de planeación 5, proyecto final sobre campaña de salud emocional.



Plan de sesión escolar
Ciclo 2019-2020
Elementary school



Escuela: Instituto Lomas del Real	Grado y grupo: 3°	Bloque: 5	Trimestre: 3	Fecha:	Sesiones: 3
Profesora: Elizabeth del Carmen Hernández Alemán		Hora por clase: 40 min		Asignatura: Interdisciplinario (español, matemáticas, mi entidad y educación socioemocional.)	
Campo formativo: -Lenguaje y comunicación -Pensamiento matemático -Cultura y vida social -Desarrollo personal y social	Contenido: -Expresión y regulación emocional -Desarrollo de habilidades de lenguaje, escritura y comunicación de información. - Análisis de información a través del reconocimiento de datos.	Enfoque pedagógico: -Práctica social del lenguaje -Desarrollo de pensamiento matemático - Integración de habilidades sociales y emocionales dentro del desarrollo personal.			
		Estrategias de aprendizaje: -Aprendizaje situado -Aprendizaje dialógico -Aprendizaje activo			
		Evaluación: -Autoevaluación -Lista de cotejo			



Plan de sesión escolar
Ciclo 2019-2020
Elementary school



		-Escala de valoración
Ámbito educativo: -Autorregulación emocional -Comunicación de información -Análisis de información	Aprendizajes esperados: <ul style="list-style-type: none">• Identifica situaciones que le generan emociones aflictivas y no aflictivas y las comparte, y reconoce el efecto de las emociones en su conducta y en sus relaciones con los demás, mediante las prácticas de lenguaje y comunicación desarrolladas en el ciclo escolar.• Analiza información mediante técnicas de recolección de datos adecuada, para determinar el nivel de desarrollo de habilidades emocionales en su contexto más cercano• Identifica cómo el pensamiento puede modificar el comportamiento que genera una emoción y practica estrategias para reducir el estado de tensión	Referencias: Cohen, D. (1999). <i>Como aprenden los niños</i> . México: SEP. Goleman, D. (1995). <i>Inteligencia emocional</i> . Kairos. Montero, I. G. (1997). <i>La autorregulación del aprendizaje escolar</i> . México. SEP. (2017). <i>Aprendizajes clave para la educación integral</i> . México: SEP.

Anexo B: Rúbrica de evaluación en relación de las habilidades académicas con las habilidades emocionales

Proyecto interdisciplinario	Muy Alto (10-9)	Alto (8-7)	Medio (6)	Bajo (5)
Aplicación y manejo de la encuesta.	Los datos proporcionados mediante la encuesta tienen coherencia de acuerdo a cada pregunta contestada.	La mayor parte de la encuesta fue respondida con honestidad y coherencia.	La encuesta incluye información relacionada pero no fueron generalmente bien organizados.	Las respuestas de la encuesta no estaban generalmente relacionadas.
Redacción	No hay errores de gramática, ortografía o puntuación.	Casi no hay errores de gramática, ortografía o puntuación.	Unos pocos errores de gramática, ortografía o puntuación.	Muchos errores de gramática, ortografía o puntuación.
Calidad de Información	La información está claramente relacionada con el tema principal y proporciona varias ideas secundarias y/o ejemplos.	La información da respuesta a las preguntas principales y 1-2 ideas secundarias y/o ejemplos.	La información da respuesta a las preguntas principales, pero no da detalles y/o ejemplos.	La información tiene poco o nada que ver con las preguntas planteadas.
Recolección de datos	La gráfica y tabla de frecuencia tiene coherencia tiene buena presentación, y los datos coinciden con lo analizado mediante la encuesta.	La gráfica y tabla de frecuencia, tiene una presentación aceptable, y los datos coinciden con lo analizado mediante la encuesta.	La gráfica y tabla de frecuencia tiene una presentación aceptable, pero no cuenta con todas las características necesarias	La gráfica de datos y tabla de frecuencia no tiene una buena presentación y los datos no coinciden con lo mencionado dentro de la encuesta.
Organización en power point	La información está muy bien organizada, su presentación en power point es creativa, esta ilustrada y contiene datos relevantes.	La información está organizada su presentación en power point es buena, y contiene algunas ilustraciones y datos relevantes.	La información está organizada, pero hay pocos ejemplos, ilustraciones, y datos relevantes.	La información proporcionada no parece estar organizada, no se perciben ejemplos, o datos relevantes.
Habilidades emocionales.	Muestra un claro conocimiento y manejo de estrategias emocionales en el desarrollo del trabajo presentado. Demuestra autonomía y	Muestra conocimiento y manejo de algunas estrategias emocionales en el desarrollo del trabajo, en algunos aspectos se demuestra su	Muestra conocimiento de las emociones, pero aplica pocas estrategias de desarrollo de habilidades emocionales durante el trabajo, demuestra	No le da la importancia requerida al desarrollo de habilidades emocionales durante su trabajo, no demuestra tener

	autocontrol a la hora de trabajar.	autonomía y autocontrol a la hora de trabajar.	poca autonomía y autocontrol a la hora de trabajar.	autonomía y autocontrol.
Habilidades sociales.	Muestra buena comunicación, apoyo y participación al escuchar aportes de sus compañeras y familia y demostrarlas en el trabajo presentado.	Muestra comunicación y apoyo al escuchar aportes de sus compañeras y familia y logra demostrarlo en la mayor parte de su trabajo.	Escucha, participa y comunica, pero el trabajo realizado demuestra un desarrollo sin aportaciones de trabajo en equipo.	El trabajo presentado no refleja el apoyo de sus compañeras o familia, se observa que sólo trabajo de manera individual.
Organizador Gráfico sobre la campaña de salud emocional	El organizador gráfico o esquema está completo y muestra relaciones claras y lógicas entre todos los temas, es creativo, y presenta claramente aspectos culturales de su entidad como parte del desarrollo de su trabajo.	El organizador gráfico o esquema está completo y muestra relaciones claras y lógicas entre la mayoría de los temas, es creativo, solo demuestra algunos aspectos culturales de su entidad como parte del desarrollo de su trabajo.	El organizador gráfico o esquema es bueno, pero la presentación puede mejorar, hay pocos elementos del tema y de la cultura de su entidad.	El organizador gráfico o esquema es poco entendible, no cumple con el objetivo de promover la información correcta y no se alcanzan a percibir aspectos culturales de su entidad en él.

Anexo C: Características generales del grupo y tipos de aprendizaje

NO.	Nombre del alumno	Edad	Rasgos distintivos	Identifica los aspectos emocionales logrados que la ayudarán a mejorar su comportamiento			Ajuste razonable	Etapa de desarrollo cognitivo	Agrupación social con mayor agrado	Orientación social (Corporativo o individual)	Orientación en el tiempo (planificador o espontáneo)
				logrado	No logrado	En proceso					
1	Elda Marianne Azuara Orta	8	Inteligente					Operaciones concretas	Aprendizaje por razonamiento	Corporativo	Planificador
2	Gabriela Barba Guerrero	8	Sensible		Aun requiere apoyo en la falta de control emocional		Necesita actividades que la motiven a tener confianza en sí misma	Operaciones concretas	Aprendizaje por emociones	Corporativo	Espontáneo
3	Emma Cárdenas Romo	8	Buena líder					Operaciones concretas	Aprendizaje por observación y audición	Individual	Planificador
4	Samanta Chávez Heredia	8	Risueña		Requiere apoyo en cuanto a motivación para desintegrar la apatía		Necesita de actividades que capten su total atención	Operaciones concretas	Aprendizaje por acción	Individual	Espontáneo
5	Natalia Valentina Cruz Pecina	8	Organizada					Operaciones concretas	Aprendizaje por razonamiento	Individual	Planificador
6	Valeria Espinosa Walls	9	Callada					Operaciones concretas	Aprendizaje por observación y audición	Individual	Espontáneo
7	Inés Fernández Pinto Tacea	8	Rebelde		Sigue mostrando rebeldía y apatía por cultura de casa		Requiere de actividades que le	Operaciones concretas	Aprendizaje por acción	Individual	Espontáneo

					generen motivación				
8	Ana Paula García Padilla	9	Impulsiva	La convivencia con sus hermanos dificulta su control de personalidad	Requiere de actividades que le generen seguridad y motivación	Operaciones concretas	Aprendizaje por acción	Individual	Espontánea
9	Sara Gutiérrez Sánchez	9	Alegre			Operaciones concretas	Aprendizaje por acción	Corporativo	Espontánea
10	Constanza Heinze Pérez	8	Amigable			Operaciones concretas	Aprendizaje por acción	Corporativo	Espontánea
11	Luisa Herrera Lasso Zendejas	8	Creativa	Presenta rasgos de hiperactividad	Requiere de seguimiento a su caso para ajustes razonados	Operaciones concretas	Aprendizaje por acción	Corporativo	Espontánea
12	María José Humara Escamilla	8	Inteligente			Operaciones concretas	Aprendizaje por razonamiento	Individual	Planificador
13	Victoria Ibarra Méndez	9	Curiosa	La falta de atención en casa dificulta su atención y motivación	Requiere de seguimiento a su caso para ajustes razonados	Operaciones concretas	Aprendizaje por acción	Individual	Espontánea
14	Ana Sofía Márquez H.	9	Dedicada			Operaciones concretas	Aprendizaje por observación y audición	Corporativo	Planificador
15	Ana Paula Mercado Cuevas	9	Tímida	Está aprendiendo a tener confianza en si misma pero aun no lo logra por completo		Operaciones concretas	Aprendizaje por emociones	Individual	Planificador
16	Ana Paula Monroy Quiroz	8	Alegre				Aprendizaje por emociones	Corporativo	Planificador

Anexo D: Rúbrica de evaluación docente para el diseño y aplicación de la planeación focalizada.

Indicador	NIVEL DE DESEMPEÑO				
	5 MUY ALTO	4 ALTO	3 BUENO	2 DEFICIENTE	1 NO LOGRADO
I. Fundamento y contexto					
Presenta elementos teóricos que fundamentan su intervención acorde a la temática que investiga.		X			
Brinda elementos que permiten contextualizar al grupo y la institución. Contiene los elementos de identificación del grupo.		X			
2. Secuencia didáctica					
Se distinguen los tres momentos de la secuencia: Inicio, desarrollo y cierre.	X				
El diseño de las actividades responde al enfoque por competencias.	X				
Los tiempos establecidos para las actividades resultan adecuados.	X				
El diseño tiene un carácter innovador	X				
Se observa coherencia interna (La secuencia es clara y entendible para los estudiantes)		X			
Precisión en el propósito (Las actividades se centran en el aprendizaje esperado)	X				
Es viable y está encaminada a resolver la pregunta de Indagación	X				
Las actividades están acordes al enfoque del campo Formativo.		X			
Se observa claramente el enfoque socioconstructivista		X			

Considera estrategias para diversificar la atención a sus alumnos (Ajustes razonables)		X			
Se distinguen claramente las oportunidades que se ofrecen a los alumnos para desarrollar habilidades cognitivas complejas.		X			
3. Evaluación					
Considera las evidencias de aprendizaje o instrumentos de evaluación desde su planeación.		X			
Los instrumentos o evidencias se enfocan al aprendizaje(s) esperado(s) y al aspecto específico de su problemática al cual se encamina el diseño.		X			
4. Consideraciones del texto escrito					
No presenta faltas de ortografía			X		
La redacción es clara y coherente		X			
5. Aspecto actitudinal					
Sube su trabajo para coevaluación en plataforma en los tiempos establecidos.		X			
Muestra disposición para recibir y ofrecer retroalimentación constructiva a los diseños de sus colegas de grupo y al propio.	X				
6. Empleo de recursos					
Emplea recursos y materiales variados, promueve con ellos el aprendizaje por distintos medios. Promueve con ellos la diversidad e inclusión.	X				

