



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

TITULO: Desarrollo de la autoconciencia emocional mediante estrategias didácticas que favorecen la sana convivencia en alumnos de tercer grado de primaria

AUTOR: Xochitl Guadalupe Cobos Sánchez

FECHA: 7/3/2018

PALABRAS CLAVE: Autoconciencia, Inteligencia emocional, Estrategia y emoción.



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

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

**A quien corresponda.
PRESENTE. –**

Por medio del presente escrito Xochitl Guadalupe Cobos Sánchez
autorizo a la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí, (BECENE) la
utilización de la obra Titulada:

**"DESARROLLO DE LA AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL MEDIANTE ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS
QUE FAVORECEN LA SANA CONVIVENCIA EN ALUMNOS DE TERCER GRADO DE PRIMARIA"**

en la modalidad de: Tesis

para obtener el

Título de: Licenciatura en Educación Primaria

en la generación 2014-2018 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 2 días del mes de julio de 2018.

ATENTAMENTE.

Xochitl Guadalupe Cobos Sánchez

Nombre y Firma

AUTOR DUEÑO DE LOS DERECHOS PATRIMONIALES

**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

2014



2018

**“DESARROLLO DE LA AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL MEDIANTE
ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS QUE FAVORECEN LA SANA CONVIVENCIA EN
ALUMNOS DE TERCER GRADO DE PRIMARIA”**

**TESIS DE INVESTIGACIÓN
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN
PRIMARIA**

**PRESENTA:
XOCHITL GUADALUPE COBOS SÁNCHEZ**

**ASESOR:
VICTOR HUGO VÁZQUEZ REYNA**

SAN LUIS POTOSÍ, S.L.P.

JULIO DEL 2018



Esta es una copia que se localiza en el repositorio institucional de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí (BECENE) en la colección de documentos de titulación: Documentos Recepcionales

BECENE Dirección URL de esta obra:
<http://beceneslp.edu.mx/docs2018/16240272>

Versión: Publicada

Documento:

Tesis

Datos bibliográficos

Cobos Sánchez, Xochitl Guadalupe, 2018, Desarrollo de la autoconciencia emocional mediante estrategias didácticas que favorecen la sana convivencia en alumnos de tercer grado de primaria. el aula. San Luis Potosí, S.L.P.: México.

Reusó

Esta obra está licenciada bajo los términos de la Licencia Creative Commons Atribución -No Comercial-Sin Derivadas 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0). Esta licencia solo permite descargar este trabajo y compartirlo con otros siempre que se acredite a los autores, no se puede cambiar el documento de ninguna manera ni usarlo comercialmente.

Para ver una copia de esta licencia, visite

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



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

OFICIO NÚM: BECENE-DSA-DT-PO-01-07
DIRECCIÓN: REVISIÓN 7 Administrativa
ASUNTO: Dictamen

San Luis Potosí, S.L.P., a 21 de junio del 2018.

Los que suscriben, integrantes de la Comisión de Exámenes Profesionales y asesor(a) del Documento Recepcional, tienen a bien

DICTAMINAR

que el(la) alumno(a): XOCHITL GUADALUPE COBOS SANCHEZ

De la Generación: 2014-2018

concluyó en forma satisfactoria y conforme a las indicaciones señaladas en el Documento Recepcional en la modalidad de: () Ensayo Pedagógico (X) Tesis de Investigación () Informe de prácticas profesionales () Portafolio Temático () Tesina titulado:

"DESARROLLO DE LA AUTOCONCIENCIA EMOCIONAL MEDIANTE ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS QUE FAVORECEN LA SANA CONVIVENCIA EN ALUMNOS DE TERCER GRADO DE PRIMARIA".

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

ATENTAMENTE COMISIÓN DE TITULACIÓN

DIRECTORA ACADÉMICA

DIRECTOR DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS

MTRA. NAYLA JIMENA TURRUBIARTES CERINO

DR. JESÚS ALBERTO LEYVA ORTIZ.

JEFA DEL DEPARTAMENTO DE TITULACIÓN

ASESOR(A) DEL DOCUMENTO RECEPCIONAL

MTRA. MARTHA IBAÑEZ CRUZ.

MTRO(A).

VÍCTOR HUGO VÁZQUEZ REYNA

Índice de contenidos

Introducción

Capítulo 1. Planteamiento del problema	3
Normativa.....	3
Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.	3
Ley General de Educación (LGE).....	4
Perfil de Egreso de Educación Básica.....	5
Principios Pedagógicos.	5
Campo de formación.....	5
Programa de estudios 2011. Tercer grado.	6
Perfil de egreso de las escuelas normales.	8
Competencias Docentes.	9
Genéricas.....	9
Profesionales.	9
Definición del problema.....	10
La evaluación diagnóstica.	11
Justificación.....	20
Hipótesis	22
Objetivos	24
Objetivo general.	24
Objetivos específicos.....	24
Preguntas de investigación	25
Contexto.....	26
Características del entorno escolar.	27
Características del edificio escolar.	28
Características del aula y los alumnos del grupo.	29
Delimitación y limitaciones de la investigación.....	30
Delimitación.....	30
Limitaciones.....	30
Beneficios esperados (impacto social)	31

Capítulo 2. Fundamentación teórica	33
Marco conceptual	33
La inteligencia Emocional como modelo	36
Autoconciencia.....	38
Autodominio.....	39
 Capítulo 3. Metodología de la investigación	 41
El enfoque	41
El método	41
Modelo del proceso de investigación acción	42
Método de recolección de datos.....	43
Técnicas de recolección de datos.....	43
Observación participante	43
Diario de campo.....	44
Grabación de audio	44
Test	45
Cuestionario	45
Sociograma	46
Propuesta de intervención	47
 Capítulo 4. Análisis de resultados	 49
Primer ciclo	49
Sesión 1	49
Segundo ciclo	55
Sesión 2	56
Sesión 3	60
Tercer ciclo	63
Sesión 4	63

Capítulo 5. Conclusiones y recomendaciones	67
Referencias	71
Anexos.....	73

Agradecimiento

A Dios por todas las bendiciones y oportunidades que me brindó a lo largo de mi profesión, encontrando en él la fortaleza para seguir adelante a pesar de los obstáculos que se presentaron durante mi trayecto.

A mi madre por creer siempre en mí, por brindarme en todo momento su apoyo incondicional y ser mi mayor soporte aún más en situaciones difíciles, alentándome siempre a continuar adelante orientándome a seguir el mejor camino, siendo ella mi mayor ejemplo de amor, trabajo, perseverancia, resiliencia y ayuda al prójimo. A mi padre por acompañarme y estar a mi lado durante todo mi trayecto formativo y otorgarme su apoyo. A mis hermanos Emiliano y Pilar porque también fueron parte importante y fundamental durante este proceso.

A Gris por la ayuda y el esfuerzo que me ha brindado durante mi formación para que este logro fuera posible. A mis abuelitos Lauro y Gregoria por brindarme su apoyo pero principalmente a él por acompañarme incondicionalmente en este proceso y por brindarme siempre el mejor apoyo. A mi tío Ricardo por su ayuda y todos los buenos gestos que me otorgó que fueron parte esencial en mi carrera.

Introducción

La presente investigación se centró en favorecer la autoconciencia emocional de alumnos en un tercer grado de primaria para mejorar la sana convivencia en el aula a partir de la aplicación de estrategias didácticas que ayudarán a atender la problemática detectada el trabajo realizado se desarrolló en la escuela primaria San Luis de la Patria perteneciente al municipio de Soledad de Graciano Sánchez, San Luis Potosí. El contenido del documento está estructurado en cinco capítulos que a continuación son mencionados y descritos de manera general cada uno.

El primer capítulo establece la definición del problema, se muestra el análisis de la evaluación diagnóstica que se realizó a los alumnos que constó en dos etapas de intervención, en la primera fue la aplicación de un sociograma, la segunda etapa constó en realizar el test TMMS-24 para conocer el nivel de desarrollo en competencias emocionales en las que se encontraban los alumnos. Por otra parte se establece el objetivo general de la investigación y los objetivos específicos, ambos permitieron establecer metas específicas y ayudaron a dar respuesta a las preguntas de investigación que están integradas en el primer capítulo así como también el contexto interno y externos de los alumnos con el fin de comprender un poco más el porqué de los hechos.



Desarrollo de la autoconciencia emocional mediante estrategias didácticas que favorecen la sana convivencia en alumnos de tercer grado de primaria by [Xochitl Guadalupe Cobos Sánchez](#) is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional License](#)

Posteriormente el segundo capítulo contiene la teoría de la investigación, iniciando con la conceptualización de algunas palabras claves, por otra parte se desglosan algunos modelos de inteligencia emocional de mayor relevancia y se detalla en específico el modelo de Daniel Goleman que fue el sustento teórico fundamental en esta investigación.

El capítulo tercero enmarca la metodología aplicada en el presente trabajo de investigación la cual tiene un enfoque cualitativo siendo un estudio descriptivo e interpretativo de los fenómenos ocurridos, a su vez contiene el método utilizado que corresponde a una investigación-acción por ser un estudio social con el propósito mejorar la práctica educativa. Es importante mencionar que en este apartado se encuentra también el modelo de análisis de Kemmis, un espiral que consiste en cuatro fases planificar, actuar, observar y reflexionar procesos que fueron utilizados para analizar las diversas intervenciones.

En cuanto al cuarto capítulo su contenido es el análisis de las estrategias aplicadas a los alumnos y la valoración de los resultados utilizando el modelo de reflexión de Kemmis, las estrategias aplicadas que se relatan, interpretan y confrontan las cuales están divididas en dos ciclos de reflexión el primero consiste en la identificación de las emociones y el segundo implica en el trabajo sobre las propias emociones, este fue uno de los apartados más enriquecedoras para fortalecer y mejorar mi práctica educativa. Por ultimo en el capítulo cinco se presentan las conclusiones, los hallazgos encontrados y las recomendaciones sobre el tema y la apertura a posibles investigaciones.

Capítulo 1. Planteamiento del problema

En este capítulo se hace mención de la normativa que rige la presente investigación, extrayendo de los documentos que se mencionan las partes esenciales que se vinculan con el trabajo realizado, iniciando el capítulo con el análisis de la constitución mexicana, la ley general de educación, perfil de egreso de educación básica, el plan y programa de estudios así como también el perfil de egreso de las escuelas normales reflexionando en dichos documentos permitiéndome identificar los rasgos de cada uno que estaban siendo atendidos y relacionados con la investigación.

Normativa

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

El artículo 3° constitucional a la letra dice “contribuirá a la mejor convivencia humana, a fin de fortalecer el aprecio y respeto por la diversidad cultural, la dignidad de la persona, la integridad de la familia, la convicción del interés general de la sociedad, los ideales de fraternidad e igualdad de derechos de todos, evitando los privilegios de razas, de religión, de grupos, de sexos o de individuos” (Moreno, 2013, p.27) lo cual con el desarrollo de la autoconciencia emocional se estará favoreciendo el cumplimiento lo enunciado anteriormente.

Es decir que a través del desarrollo de la autoconciencia emocional el alumno será capaz de establecer una mejor convivencia humana que demanda el artículo en mención y además “La educación que imparta el Estado tenderá a desarrollar armónicamente, todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria, el respeto a los derechos humanos y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia”.

Ley General de Educación (LGE).

El Artículo 7° decreta que la educación que ofrezca el Estado, sus organismos descentralizados y los particulares con autorización o con reconocimiento de validez oficial de estudios poseerá, además de los fines establecidos en el segundo párrafo del artículo 3o. de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos “contribuir al desarrollo integral del individuo, para que ejerza plena y responsablemente sus capacidades humanas” (Ley general de Educación, p2).

En la fracción IV del artículo ya mencionado demanda “Promover el valor de la justicia, de la observancia de la Ley y de la igualdad de los individuos ante ésta, propiciar la cultura de la legalidad, de la inclusión y la no discriminación, de la paz y la no violencia en cualquier tipo de sus manifestaciones, así como el conocimiento de los Derechos Humanos y el respeto a los mismos” y en fracción

XIII “Fomentar los valores y principios del cooperativismo”.

En este artículo considere importante destacar estos puntos de la Ley General de Educación debido a que al favorecer la autoconciencia emocional y contribuyendo al desarrollo de la inteligencia emocional para generar en los alumnos una mejor convivencia se atiende lo que demanda la LGE, al trabajar con los alumnos el conocimiento de sus sentimientos, el ser conscientes de ellos así como saber manejarlos ante situaciones de la vida que se enfrente de una manera responsable y pacífica promoviendo los valores y anulando cualquier tipo de violencia.

Perfil de Egreso de Educación Básica.

El perfil de egreso especifica el tipo de alumnos que se pretende formar durante todo su trayecto de educación básica. Uno de los rasgos que plantea el perfil de egreso y que el alumno debe mostrar al término de su educación Básica es “conocer y valorar sus características y potencialidades como ser humano; saber trabajar de manera colaborativa; conoce, respeta y aprecia la diversidad de capacidades en otros, y emprende y se esfuerza por lograr proyectos personales o colectivos” (SEP, 2011, p. 40) rasgo que será principalmente atendido durante la presente investigación al conocer los alumnos las características que le provocan sus sentimientos y al mismo tiempo reconociendo y respetando las de sus compañeros para lograr a través de ello una sana convivencia.

Principios Pedagógicos.

Los principios pedagógicos son fundamentales para el logro de los aprendizajes y la mejora de la calidad educativa los cuales están sustentados en el plan de estudio 2011. Durante el trayecto de la investigación algunas actividades se enmarcan principalmente en el principio pedagógico número uno que refiere a

“Centrar la atención de los estudiantes y en sus procesos de aprendizaje” ya que en todas las intervenciones se considerar al estudiante el centro y referente fundamental del aprendizaje en todo momento.

Campo de Formación.

Las actividades que se realizarán con los alumnos en el desarrollo de la presente investigación corresponden al campo “Desarrollo personal y para la convivencia” el cual pretende:

Que los estudiantes aprendan a actuar con juicio crítico a favor de la democracia, libertad, la paz, el respeto a las personas, a la legalidad y a los derechos humanos. También implica manejar armónicamente las

relaciones personales y efectivas para desarrollar la identidad personal y, desde éstas, construir identidad y conciencia social (SEP, 2011, p. 53).

Este campo formativo se vincula en su totalidad con el trabajo de investigación realizado ya que se atiende a la convivencia lo que implica favorecer principalmente en los sujetos de estudio el respeto, la tolerancia y crear ambiente de paz aprendiendo a mejorar sus relaciones interpersonales de una mejor manera dejando fuera conductas disruptivas.

Programa de estudios 2011. Tercer grado.

El documento Programas de Estudio 2011 Guía para el maestro indica en uno de los propósitos de educación básica que los alumnos “Reconozcan la importancia de ejercer su libertad al tomar decisiones con responsabilidad y regular su conducta de manera autónoma para favorecer su actuación apegada a principios éticos, el respeto a los derechos humanos y los valores democráticos” (SEP, 2011, p.29) como se menciona en un fragmento del propósito se pretende que el alumno aprenda a regular su conducta con el fin de tener una participación asertiva en su entorno. Sin duda el trabajo de la presente investigación está relacionado con el dominio de la competencia autoconciencia emocional que busca favorecer en los alumnos muestra del presente trabajo de investigación.

Uno de los propósitos de estudio de la Formación Cívica y Ética en la educación primaria es que los estudiantes “Desarrollen su potencial personal de manera sana, placentera, afectiva, responsable, libre de violencia y adicciones, para la construcción de un proyecto de vida viable que contemple el mejoramiento personal y social, el respeto a la diversidad y el desarrollo de entornos saludables.” (SEP, 2011, p.130) sin duda este propósito de la formación cívica y ética fue rector en el trabajo de investigación realizado y tuvo estrecha relación con cada una de las estrategias aplicadas a los sujetos de estudio.

Por otra parte se encuentran en el programa de estudios los ejes formativos de la Formación Cívica y Ética en la educación primaria que demanda trabajar la formación personal, ética y ciudadana ejes que constituyen una área formativa y de atención a los alumnos, los cuales al analizarlos se tomó el eje de formación personal para reforzarlo a través de las estrategias a aplicar en la presente investigación, el cual busca que los alumnos aprendan a conocerse y a valorarse, a adquirir conciencia de sus intereses y sentimientos así como también se pretende que los alumnos aprendan a “regular su comportamiento, a cuidar su cuerpo y su integridad personal, a tomar decisiones y a encarar de manera adecuada los problemas que se les presenten” (SEP, 2011, p.134).

Dentro del programa de estudio se encuentran las competencias que implican la movilización de saberes al ponerlos en práctica y que permiten a los alumnos “deliberar, elegir entre opciones de valor, tomar decisiones, encarar conflictos y participar en asuntos colectivos” (SEP, 2011, p. 36). La competencia conocimiento y cuidado de sí mismo que se favorece con los alumnos en la asignatura de formación cívica y ética:

Consiste en la identificación de características físicas, emocionales y cognitivas que hacen a cada persona singular e irrepetible, reconociéndose con dignidad y valor, aptitudes y potencialidades para establecer relaciones afectivas para cuidar su salud, su integridad personal y el medio natural, así como para trazarse un proyecto de vida orientado hacia su realización personal. [...] Se desarrolla a la par que el reconocimiento y la valoración de los otros, implicando el ejercicio de un pensamiento crítico y autónomo sobre su persona (SEP, 2011, p.137).

A partir de las competencias se desglosan los ámbitos de la Formación Cívica y Ética: aula, trabajo transversal, ambiente escolar y la vida cotidiana del alumno los cuales de acuerdo con la SEP (2011) menciona que son espacio social de interacción formativa que incluye el espacio físico, de gestión y convivencia, así

como el curricular, en el que se promueven experiencias que favorecen el desarrollo de competencias cívicas y éticas.

El aula es el primer ámbito de la asignatura de Formación Cívica y Ética el cual se basa en la aplicación de estrategias que estimulen la toma de decisiones, la formulación de juicios éticos, el análisis, la comprensión crítica y el diálogo [...] Tiene en cuenta la convivencia diaria en el aula, la escuela y la comunidad donde viven, al tiempo que los aprendizajes promovidos en la asignatura encuentran sentido en la convivencia diaria (SEP, 2011, p. 141).

Una de las partes esenciales que componen al programa de estudios son los aprendizajes esperando que de acuerdo con la SEP (2011) son pautas para el trabajo que es necesario impulsar en la asignatura y a su vez manifiestan lo que los alumnos saben y saben hacer como resultado de sus aprendizajes individuales y colectivos. Uno de ellos es el siguiente: aprecia las características físicas, emocionales y culturales que le dan singularidad y respeta las de otros niños.

A dicho aprendizaje le corresponde favorecer la reflexión sobre situaciones cotidianas refiriéndonos al contenido siguiente a trabaja a través de las estrategias de la presente investigación: por qué todos los niños merecemos respeto independientemente de nuestras características físicas, emocionales y culturales.

Perfil de egreso de las escuelas normales.

Así como en los alumnos se establece un perfil de egreso basado del el programa de estudios 2011 en las escuelas normales establecen con un perfil que indica los criterios que debe de lograr el estudiante normalista a lo largo de su formación docente dentro de normal, parte de este perfil son las competencias docentes que se deben de desarrollar a lo largo de la formación docente tanto genéricas como profesionales a continuación se enmarcan aquellas que fueron atendidas con mayor profundidad y que tiene estrecha relación con el trabajo de investigación realizado.

Competencias Docentes.

Genéricas.

Las competencias genéricas mencionan los rasgos que deben demostrar los egresados de programas de educación superior la DGESE (2012) señalando que tienen un carácter transversal y se desarrollan a través de la experiencia personal y la formación de cada sujeto (párr. 2). La competencia que atiende a las estrategias aplicadas en la presente investigación es “Aprende de manera permanente” que se desglosa de ella el utilizar estrategias para la búsqueda, análisis y presentación de información a través de diversas fuentes así como también aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para auto-regularse y fortalecer su desarrollo personal.

Profesionales.

Las competencias profesionales de acuerdo con la DGESE (2012) expresan desempeños que deben demostrar los futuros docentes de educación básica, tienen un carácter específico y se forman al integrar conocimientos, habilidades, actitudes y valores necesarios para ejercer la profesión docente y desarrollar prácticas en escenarios reales (párr. 9); una de ellas es la siguiente “Propicia y regula espacios de aprendizaje incluyentes para todos los alumnos, con el fin de promover la convivencia, el respeto y la aceptación” y a la que se le da relevancia por medio de las estrategias aplicadas en la presente investigación.

Definición del problema

En el transcurso de mi práctica profesional docente del ciclo escolar 2016- 2017 pude observar en los alumnos una serie de casos en donde manifiestan problemas de convivencia en diversos momentos del día, mostrando una debilidad en sus relaciones interpersonal, situación que dificulta cumplir con una de las prioridades de la educación básica establecidas en la Ruta de Mejora: Convivencia sana y pacífica libre de violencia. Dichas observaciones en los alumnos a la hora de relacionarse unos con otros de manera violenta tiene origen en percibir, asimilar, comprender y regular sus propias emociones lo que me llevó a plantearme la siguiente interrogante:

¿Cómo desarrollar la inteligencia emocional de los alumnos de tercer grado para favorecer una convivencia sana?

La evaluación diagnóstica.

En este apartado se describen las técnicas que ayudaron a la elaborar el diagnóstico del trabajo de investigación, detallando como primer paso la aplicación de un sociograma para lograr conocer las relaciones interpersonales de los alumnos identificando con quién tienen mejor relación de sus compañeros, con quienes no y las razones de ello. Posteriormente se llevó acabo la realización de un test que fue aplicado a los sujetos de la investigación con el fin de conocer el nivel de sus competencias emocionales. En cada uno de estos apartados se muestra el análisis de los resultados que se obtuvieron, lo cual mostró un panorama para reconocer la situación general del grupo.

Sociograma

Para conocer las relaciones interpersonales de los alumnos se implementó el Sociograma al que Mendelsohn (cit. por Díaz y Márquez 2005) establece que permite explorar el grado de cohesión y estructura íntima de un grupo a través de las manifestaciones de atracción o rechazo de sus miembros, determinando la posición de cada uno con relación a los demás y dando una visión global en un momento y/o actividad determinada, orientando al mejoramiento de las relaciones internas entre sus miembros del grupo.

Para poder construir el sociograma se realizó un cuestionario para rescatar a través de él la información necesaria que permitiera la elaboración de dicho sociograma. El cuestionario se formó de ocho preguntas. En la siguiente página se muestra una tabla en la cual se puede observar las preguntas que conformaron el sociograma aplicado a los alumnos.

Preguntas para elaborar el sociograma

1. ¿Con qué compañero o compañera de tu grupo te gusta más trabajar?
2. ¿Cuáles son las razones por las cuales te agrada? ¿Cómo te sientes cuando estas con él o ella?
3. ¿Con quién de tus compañeros o compañeras no te gusta trabajar?
4. ¿Cuáles son las razones?
5. ¿Cómo te sientes cuando trabajas con él o ella? ¿Qué emociones están presentes cuando trabajas o estás con él o ella?
6. ¿Con quién sientes que te llevas mejor de tus compañeros o compañeras?
7. ¿Cuáles son las razones?
8. ¿Cómo te relacionas con él o ella? ¿Qué emociones sientes cuando estas con él o ella?

Tabla 1 de elaboración propia

Aplicación

La aplicación de la técnica de sociograma durante el periodo de la primera jornada de prácticas comprendido en el mes de agosto de 2017. Se realizó en un espacio fuera del aula en grupos de dos alumnos para que tuvieran mayor confianza para responder a las preguntas. Antes de la aplicación se mencionó a los alumnos que el cuestionario que se les realizaría sería para conocer mejor al grupo y a cada uno de ellos, para lo cual se les pidió que fueran completamente sinceros en sus respuestas, mismas que serían confidenciales.

Análisis de los resultados

Para analizar las respuestas de los alumnos se llevó a cabo la elaboración de una sociomatriz (anexo A) que consiste en la elaboración de una tabla que integra toda la información del cuestionario permitiendo una lectura rápida del conjunto de datos obtenidos. En la primera columna de la sociomatriz se observa los alumnos electores y en la primera fila a los alumnos elegidos. Las respuestas de los alumnos

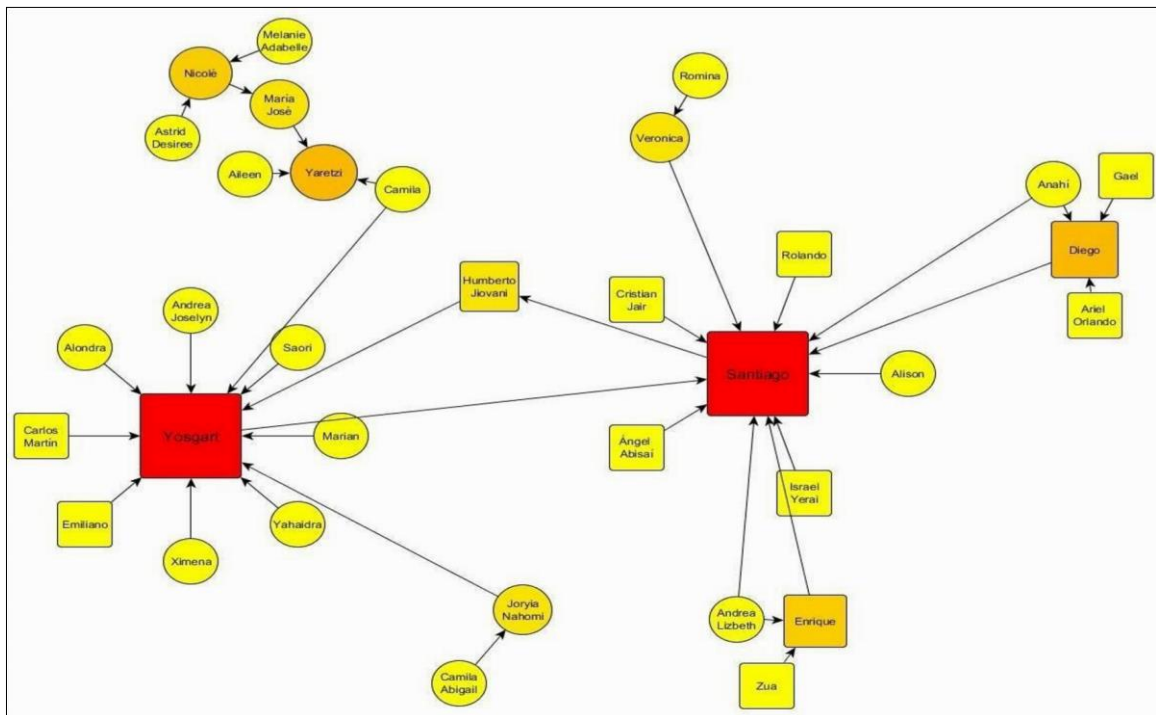
fueron categorizadas en rechazos y elecciones como se muestra en la figura 1, los círculos representan las elecciones y las equis los rechazos.

FIG. 1 Ejemplo de la sociomatríz utilizada

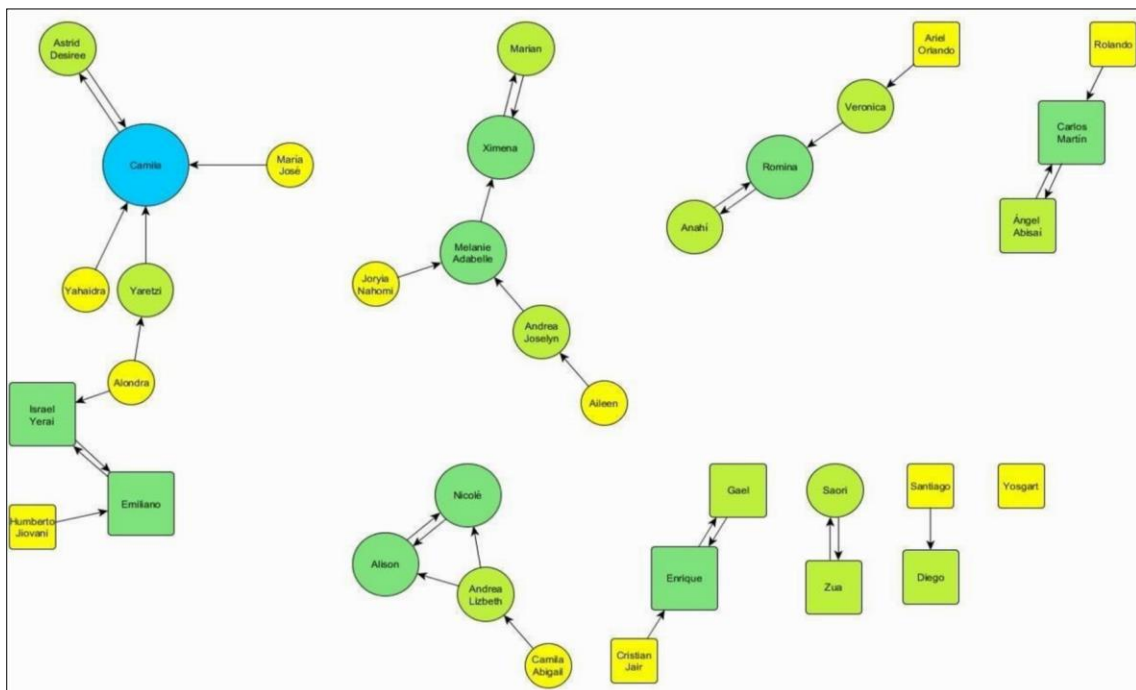
	Elegidos					
Electores						
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
Elecciones						
Rechazos						

Al momento de realizar la sociomatríz se observó en algunos alumnos un mayor número de rechazos y al analizar las respuestas sobre las razones del porque no le gusta trabajar con ellos eran: no acepta opiniones, me dice cosas feas, siempre pelea, se enoja por todo, golpea, etc.

Una vez vaciada toda la información se construyó la representación gráfica de dos sociograma el primero de rechazos y el segundo de elecciones los cuales se muestran en la siguiente página en el cual se observa el número de elecciones que emitieron los alumnos muestra de la presente investigación.



Anexo B. Sociograma de rechazos.



Anexo C. Sociograma de elecciones

Test TMMS-24

Para determinar el nivel de inteligencia emocional de los alumnos de tercer grado grupo “A” de la escuela primaria San Luis de la Patria, se llevó a cabo la aplicación del TMMS-24 (anexo D) el cual está basado en el test denominado “Escala rasgo de metaconocimiento de los estados emocionales” (Trait Meta-Mood Scale-48, TMMS-48) del grupo de investigación de Salovey y Mayer, es una escala rasgo que evalúa el metaconocimiento de los estados emocionales que dispone de 48 ítems que están englobados en tres dimensiones: claridad, atención y reparación emocional.

El instrumento TMMS-24 aplicado en el grupo ya antes mencionado es una adaptación que hizo Fernández-Berrocal, Extremera y Ramos (2004) quienes redujeron los ítems a la mitad del original sin perder la estructura conceptual y las dimensiones, sin embargo para llevarlo a la aplicación adquirió una modificación en los ítems 17, 19, 20 y 21 a un lenguaje que fuera comprensible para los alumnos. El test TMMS-24 está constituido por tres dimensiones: atención emocional, Claridad de sentimientos y Reparación emocional, cada una de ellas compuesta por 8 ítems. En la siguiente tabla 1 se muestran los tres componentes ya mencionados y de definición de cada y uno.

	Definición
Atención	Soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada.
Claridad	Comprendo bien mis estados emocionales.
Reparación	Soy capaz de regular los estados emocionales correctamente.

Tabla 2. Definición de los componentes del test.TMMS-24

Aplicación

La aplicación del test fue realizada durante el periodo de la tercera jornada de práctica profesional docente que comprendió del 6 de noviembre al 1 de diciembre del 2017. Para asegurar una mayor veracidad y confiabilidad de los resultados se aplicó el test en grupos de 4 alumnos fuera del salón de clase en un aula de ambiente tranquilo, cada alumno lo respondió de forma individual, en algunas ocasiones fue de hipo 8 para la dimensión de atención emocional, los ítems del 9 al 16 para la dimensión claridad emocional y del 17 al 24 para la dimensión reparación de las emociones. A continuación se muestran las tablas los parámetros con los que se evaluó la puntuación obtenida para hombres y mujeres.

	Puntuaciones Hombres	Puntuaciones Mujeres
Atención	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 21	Debe mejorar su atención: presta poca atención < 24
	Adecuada atención 22 a 32	Adecuada atención 25 a 35
	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 33	Debe mejorar su atención: presta demasiada atención > 36

Tabla 3. Parámetros de puntuación de la dimensión atención.

Claridad	Puntuaciones Hombres	Puntuaciones Mujeres
	Debe mejorar su claridad < 25	Debe mejorar su claridad < 23
	Adecuada claridad 26 a 35	Adecuada claridad 24 a 34
	Excelente claridad > 36	Excelente claridad > 35

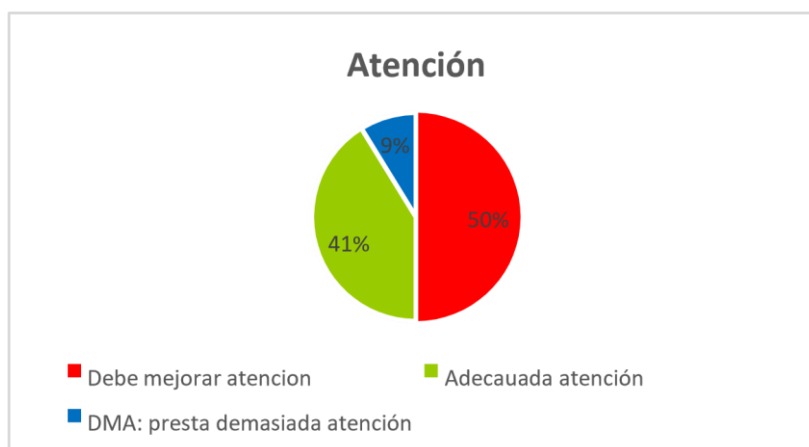
Tabla 4. Parámetros de puntuación de la dimensión claridad.

Reparación	Puntuaciones Hombres	Puntuaciones Mujeres
	Debe mejorar su reparación < 23	Debe mejorar su reparación < 23
	Adecuada reparación 24 a 35	Adecuada reparación 24 a 34
	Excelente reparación > 36	Excelente reparación > 35

Tabla 5. Parámetros de puntuación de la dimensión preparación.

Análisis de resultados

A continuación se muestra los resultados que pertenecen al factor de atención emocional.

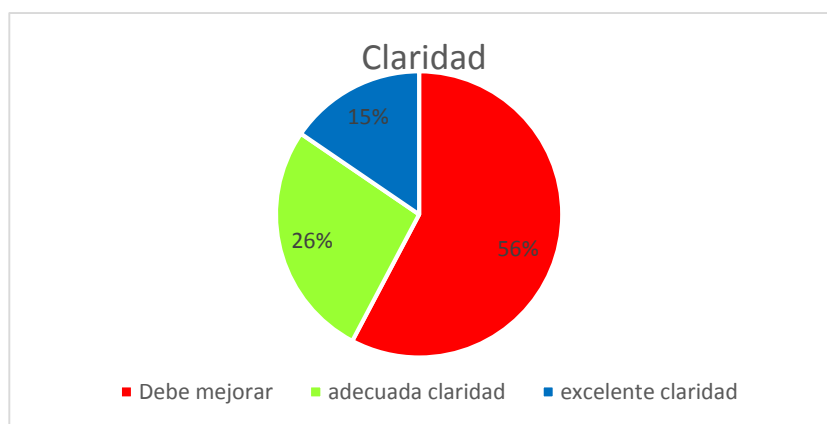


Grafica 1. Resultados de la dimensión de atención

En la gráfica se puede observar que el 50% de los alumnos presentan un bajo nivel de atención el cual refiere a la capacidad de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada, estando directamente relacionada esta dimensión con el autodomio “capacidad de aliviar su propia ira y aflicción, sus impulsos y excitación” (Goleman, 1995, p.140) que exige autoconciencia capacidad de comprender y sentir nuestras propias emociones, componentes clave de la inteligencia emocional siendo estos términos dos de las cinco competencias de la inteligencia emocional de acuerdo con Goleman (1995). Por otra parte el 41 % se encuentra en adecuada atención y un 9% Debe mejorar su atención: presta demasiada atención.

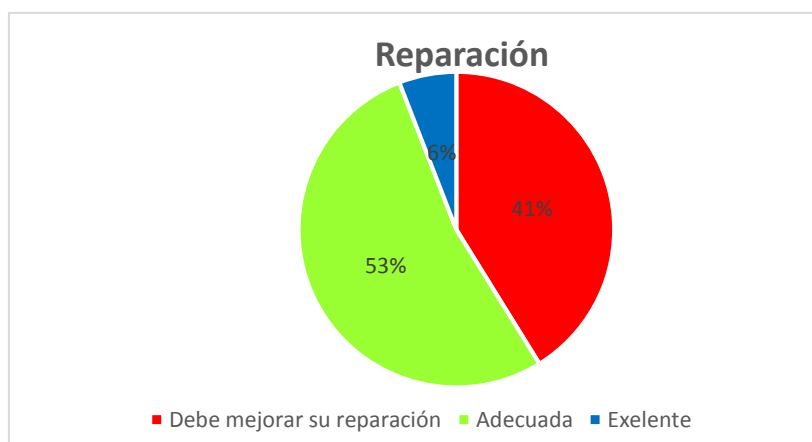
La siguiente gráfica muestra los resultados de la dimensión de claridad, esto es la capacidad de comprender bien los propios estados emocionales perteneciendo dicha dimensión a la competencia de la autoconciencia emocional, es decir, de “la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las de los demás” (Roger, 2013, p.23).

A continuación se observa que el 56% de los alumnos debe mejorar su claridad, el 29% se encuentra en adecuada claridad y un 15% se encuentra en excelente claridad lo que muestra que el 85% de la población debe de favorecer su autoconciencia emocional.



Grafica 2. Resultados de la dimensión de claridad.

En la siguiente gráfica y última pertenece a la dimensión de reparación que refiere a regular sus propios estados emocionales correctamente, dimensión que se relaciona con la competencia de la autorregulación, en grafica se puede observar que un 41% de los alumnos debe mejorar, un 53%se centra en adecuada y un 6% en excelente. Como se puede observar de acuerdo a los datos obtenidos es una minoría de alumnos los que se encuentran en un rango deseable.



Grafica 3. Resultados de la dimensión de reparación.

Justificación

Como docentes la mayor parte del tiempo podemos observar en los alumnos una serie de comportamientos en donde las emociones entran en juego, siendo en ocasiones ira, tristeza o desagrado. Es importante atenderlas de manera correcta, Daniel Goleman (1995) en su teoría de la inteligencia emocional menciona que el ser humano debe desarrollar una serie de capacidades que le permitan “reconocer nuestros propios sentimientos y de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones” para obtener autocontrol, genera confianza, cooperatividad y adquirir la capacidad de comunicación factores que están relacionados.

De acuerdo con el programa de estudios de educación primaria en la asignatura de Formación Cívica y Ética (FCyE) la competencia de conocimiento y cuidado de sí mismo pretende que el niño tenga una identificación de sus características físicas, emocionales y cognitivas, desglosándose de dicha competencia un aprendizaje que indica que el alumno debe de expresar sus emociones sin violencia y respetar las expresiones de sentimientos, ideas y necesidades de otras personas.

En el grupo de tercero “A” de la escuela primaria San Luis de la Patria se han llegado a observar algunos casos en los que se manifiestan situaciones de conflicto, en donde los alumnos no logran expresarse de forma asertiva, lo que ocurre de manera cotidiana sobre todo cuando los alumnos tienen interacción en trabajos de en binas, equipos.

Sin motivos tienden a herir los sentimientos de sus compañeros ofendiéndose de forma verbal haciendo alusión a sus rasgos físicos de una manera ofensiva sin medir la consecuencia del sentir que puedan causar a su compañero. Lo anteriormente expuesto ocasiona que las actividades diseñadas para el logro de los aprendizajes se vean entorpecidas por la constante interrupción que se presenta en el grupo de escolar.

Ante este panorama se hace necesario abordar esta problemática si se quiere estar en condiciones de avanzar hacia el logro de aprendizajes en lo general pues el comportamiento disruptivo de los estudiantes representa una condición no favorable para el desarrollo de las actividades escolares, además que se contrapone directamente a una de las prioridades básicas de la educación que consiste en convivir de manera sana, pacífica y libre de violencia.

Abordar esta problemática y atenderla aportará beneficios no sólo en el ámbito educativo si no que de manera general estaremos favoreciendo que los estudiantes cuenten con elementos necesarios relacionados con la autoconciencia emocional que le permitirá ir avanzando gradualmente hacía una conciencia emocional.

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

Hipótesis

A continuación se presenta la hipótesis que se pretende comprobar y explicar desde la argumentación de los resultados obtenidos de la investigación sobre las estrategias que favorezcan la inteligencia emocional de los alumnos en específico al desarrollo de la autoconciencia emocional:

A mayor desarrollo de la inteligencia emocional en los alumnos mediante la implementación de estrategias didácticas mejor será la convivencia dentro del aula

Si el docente tiene un concepto claro y fundamentado de lo que es la inteligencia emocional estará en condiciones de retomar elementos necesarios para propiciar en el aula que los alumnos avancen gradualmente hacia ella. En el supuesto de que los estudiantes logren el desarrollo gradual de su inteligencia emocional aunque fuera con un mínimo de avance se permitirá que la convivencia dentro del aula sea más armoniosa y menos disruptiva.

Al ser amplio el concepto de inteligencia emocional y sus alcances se debería buscar favorecer aquellos aspectos que permitan una convivencia sana pacífica y libre de violencia como lo pudiera ser el autodomínio, conocimiento de las emociones y un vocabulario de las mismas que se vaya ampliando y así dotar al estudiante de herramientas para una buena convivencia.

Sin duda existen factores como los familiares y de contexto externo en los que el docente no tiene posibilidad de intervenir con éxito para favorecer la autoconciencia emocional sin embargo existen factores en los que el docente si puede intervenir como lo son: diseño, aplicación y evaluación de estrategias en el aula, ambiente de aprendizaje y uso efectivo del tiempo.

Si se consideran estrategias que incluyan la creación de ambientes de aprendizaje favorables, uso de tiempos adecuados, incentivos que motiven a los estudiantes, oportunidades de expresión y reflexión para los niños, así como evaluaciones con enfoque formativo que permitan ir recopilando información pertinente para reorientar el trabajo no todo debe ser desalentador en el trabajo para favorecer el desarrollo de una autoconciencia emocional y puede estar la diferencia en favorecer que los estudiantes desarrollen poco a poco los estudiantes avancen hacia una inteligencia emocional.

Objetivos

Para poder llevar a cabo este tema es necesario establecer determinados objetivos que serán clave importante durante todo del proceso de investigación-acción ya que permitieron fijar las metas específicas que rigen la investigación y darán respuesta a la pregunta de investigación.

Objetivo general

Promover el desarrollo de la autoconciencia emocional de los alumnos de tercer grado de primaria mediante la implementación de estrategias didácticas para favorecer la sana convivencia en el aula.

Objetivos específicos

- Identificar las competencias emocionales presentes en los alumnos de tercer grado.
- Reconocer los factores que desarrollan y obstaculizan el desarrollo de la inteligencia emocional y en cuales puede intervenir el docente.
- Investigar estrategias didácticas que promuevan la inteligencia emocional de los alumnos para favorecer la sana convivencia en el aula.
- Diseñar e implementar estrategias que ayuden a los alumnos a analizar y comprender sus emociones para fortalecer su inteligencia emocional.

Preguntas de investigación

Las preguntas de investigación son pieza importante en proceso de investigación, estas permiten clarificar las ideas y darle una orientación y delimitación al trabajo realizado. A continuación se muestran las preguntas que contribuyen al desarrollo del proyecto.

1. ¿Qué es la inteligencia emocional?
2. ¿Cuáles aspectos básicos de la inteligencia emocional son indispensables para una sana convivencia en el aula?
3. ¿Cuáles son los factores que influyen para que los alumnos desarrollen o no inteligencia emocional?
4. ¿Cuáles son los factores en los que puede intervenir el docente para fortalecer la inteligencia emocional en los alumnos?
5. ¿Cuáles son las estrategias didácticas implementadas que favorecen el desarrollo de la autoconciencia emocional en los alumnos y que permiten una sana convivencia?
6. ¿Cómo desarrollar la autoconciencia emocional aplicando estrategias didácticas?
7. ¿Qué estrategias aplicadas favorecieron la autoconciencia emocional?

Las preguntas antes enlistadas serán respondidas a través de la indagación que se realice en el tema mediante la búsqueda de información así como también a partir de la aplicación de las estrategias didácticas que fueron seleccionadas para cada intervención con los sujetos de estudio y de la reflexión y el análisis de la misma.

Contexto

A continuación se describe el contexto en el que se desempeñan los sujetos de estudio de la presente investigación, describiendo las características de su entorno escolar áulico e institucional, así como también las características del edificio escolar y del aula.

La población de la zona en la que se encuentra ubicada la institución pertenece a una clase baja alta (Forbes, 2017) en donde la mayor parte de la población de los padres de familia trabaja en la zona industrial como obreros en la zona industrial y de acuerdo con datos del INEGI en 2015, el municipio ocupó el lugar 1 de 58 municipios del estado de San Luis Potosí en la escala estatal de rezago social.

De acuerdo con estadísticas de INEGI del 2015 el 50.2% de la población del municipio tiene un nivel de escolaridad básica y esto tiene repercusiones en más del 50% de los alumnos muestra de la investigación debido a que pocos padres tienen posibilidades a un trabajo profesional y estable, situación que les permite dar a sus hijos una mejor estabilidad económica y atención escolar por el contrario de los alumnos que debido al nivel educativo de sus padres se desempeñan como obreros en la zona industrial, comerciantes en la localidad, etc. con horario inestables lo que provoca que sus hijos en ocasiones sean desentendidos por dichas razones esto fue uno de los fenómenos observados en el grupo en el que se desarrolla la investigación.

Por otra parte la colonia en donde se encuentra ubicada la institución es una zona con problemas de vandalismo, siendo un problemática para ésta, debido a que durante el ciclo escolar 2016-2017 una pandilla entro a robar a la escuela primaria San Luis de la Patria llevándose equipos de sonido y computación. Otras de las consecuencias del vandalismo son los grafitis que se encuentran plasmados en las paredes de la institución y paredes aledañas dando un mal aspecto a la escuela y al lugar.

Características del entorno escolar

La escuela primaria en la que se desarrolló el siguiente trabajo de investigación se encuentra ubicada en zona urbana del municipio de Soledad de Graciano Sánchez de turno matutino, ubicada en la calle Aurora S/N de la colonia San Rafael, Soledad de Graciano Sánchez, San Luis Potosí, la institución se encuentra en cerca de la carretera Rioverde. Alrededor de la escuela se pueden observar una serie de bardas con grafitis que dan un aspecto vandálico, alrededor de la institución no hay cerca templos religiosos, plazas recreativas, ni instalaciones deportivas, únicamente podemos encontrar establecimientos de abarrotes, papelerías y dulcerías.

A continuación se muestra una imagen de la ubicación geográfica de la escuela.

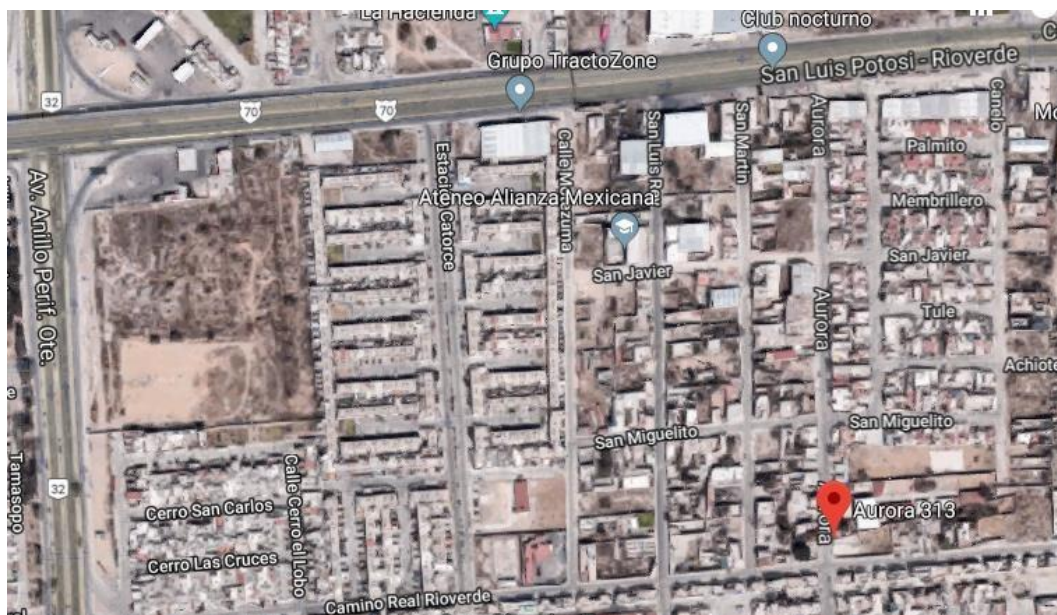


Imagen 1. Ubicación geográfica de la escuela, Fuente: Google

Características del edificio escolar

Respecto a las características del edificio escolar se puede observar que la institución cuenta con trece aulas educativas, un aula de USAER, una ludoteca, un desayunador que anteriormente era aula de USAER, un salón de usos múltiples, dos instalaciones de baños en cada extremo de la escuela, y la dirección. Cabe mencionar que el recinto escolar es de una sola planta y cuenta con los servicios de agua, luz, teléfono, internet y drenaje.

Se cuenta también con una cancha techada lugar donde los alumnos realizan diversas actividades deportivas y culturales. La escuela está limitada por una barda de ladrillo de aproximadamente de 3.5 metros de altura con un alambre de púas en la parte más alta de ella debido a que en seguidas ocasiones se han metido a robar a la institución. Existen dos puertas de entradas a la escuela una en la parte trasera que es exclusiva para la salida de los alumnos de primer grado y la entrada delantera que es la principal del recinto y es por donde entran el resto del alumnado

La escuela es de tipo pública y atiende a un total de 410 alumnos que oscilan entre las edades de 6 a 12 años divididos en 13 grupos de primero a sexto, con un personal de 1 directora, 1 subdirectora, 13 maestros frete a grupos, 2 maestras de USAER y 1 intendente. A continuación se muestra una imagen del croquis de la escuela.

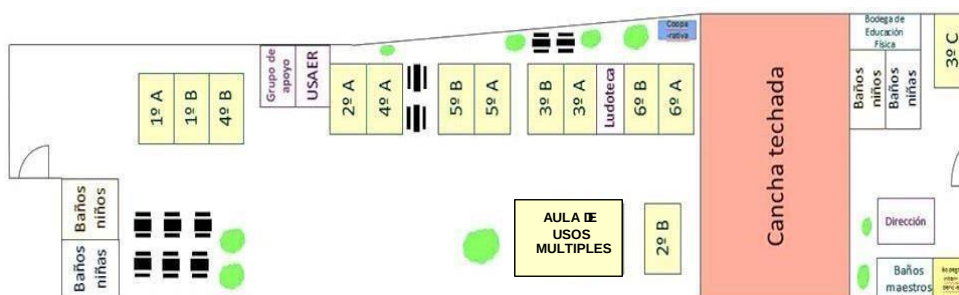


Imagen 2 . Croquis elaborado por la sustentante

Características del aula y los alumnos del grupo

El aula está conformada por un espacio de 4 m. de ancho y por 6 m. de largo, existen en el un total de 34 bancas, tres pintarrones de los cuales sólo uno se encuentra en buen estado que es utilizado para dar clases, los dos restantes se encuentran en malas condiciones y son utilizados para colocar el periódico mural, también se puede encontrar en el aula una mesa que funge como escritorio, una silla para el profesor, tres loquers, un estante, dos repisas de madera y dos botiquines de primeros auxilios no equipados.

El grupo está conformado por 34 alumnos de los cuales 20 son niñas y 14 niños, éstos oscilan entre las edades de 8 y 9 años. Una característica del grupo es que son inquietos y frecuentemente se presentan situaciones en donde se agreden física y verbalmente. Los alumnos de este grupo cada vez que uno de ellos se molesta con alguno de sus compañeros tiende a golpearlo o a agredirlo verbalmente haciendo algún comentario ofensivo sobre el físico de su compañero o alguna situación que sea hiriente para ese niño, lo que termina en una riña.

Otra característica de alumnos del grupo es que cuando se encuentran en una situación emocional de ira, desagrado o tristeza les es muy difícil decir lo que les está ocurriendo y hablar con alguien de la situación que les molesta, desagrada o entristece, en esta última muchas veces el llanto los invade haciendo más difícil para ellos poder hablar sobre el tema.

Delimitación y limitaciones de la investigación

Delimitación

La inteligencia emocional es un tema bastante amplio que está compuestas por cinco competencias: la autoconciencia emocional, el autodomínio, la automotivación, la empatía y la habilidad de las relaciones sociales de lo cual para la presente investigación realizada se comenzó con la definición del concepto de inteligencia emocional, posteriormente se abordó a profundidad únicamente en la competencia de autoconciencia y algunos otros conceptos que estaban relacionados con el problema lo que Rojas (2011) señala como los límites teóricos del problema mediante su conceptualización delimitando así la investigación de acuerdo a la problemática y tema abordado.

La investigación tuvo una delimitación temporal de diez meses comprendidos a partir del mes de agosto de 2017 al mes de mayo de 2018 fijándose dentro de esta temporalidad tareas específicas un tiempo determinado para su ejecución. Si bien la investigación transcurrió en la institución ya mencionada con anterioridad, el espacio geográfico se limitó al salón de clases, debido a que es el espacio donde se suscita el problema, siendo el aula el área de estudio, al encontrarse ahí los alumnos muestra interactuando la mayor parte del tiempo lo que permitió, observarlos, analizar sus conductas y realizar las intervenciones necesarias de la investigación.

Limitaciones

Desde la elaboración del estado del arte me enfrenté a una serie de limitaciones respecto a la información necesaria que permitiera conocer a profundidad el tema en el cual estaba indagando, por ser un tema que apenas comienza a tener auge en el ámbito educativo, posteriormente al buscar libros en diversas bibliotecas me percaté de que en ellas no existen suficientes libros sobre el tema de inteligencia

emocional, un ejemplo de ellos fue que en la biblioteca de la Benemérita y Centenaria Escuela Normal del estado de S.L.P sólo pude encontrar libros de inteligencias múltiples el cual está relacionado con la inteligencia emocional.

Por otra parte al indagar en internet varios libros, investigaciones y artículos de revistas mencionados por autores como Goleman y Shapiro en sus libros se encontraban en el idioma inglés y algunos otros libros de autores como Jonhn Mayer y Peter Salovey pioneros de la inteligencia emocional no tienen las traducciones de sus libros al castellano. Lo que representa una limitante para el investigador con área de oportunidad en el dominio de esta segunda lengua universal (inglés) situación presente en esta investigación.

Como ultima limitante en este trabajo de investigación fue la falta de tiempo ya que solo fue posible favorecer la autoconciencia, primera competencia de la inteligencia emocional dejando en espera las cuatro competencias restantes. Por otra parte el espacio fue otra limitación que se presentó debido a que cuando el alumno se encontraba en un área fuera del salón de clases, la observación de sus conductas, y la intervención ante incidentes críticos relacionado con la investigación no se lograban atender con ello me refiero a los espacios como sus casas, espacios recreativos e incluso diversos lugares de la escuela como la hora de inglés, física y recreo.

Beneficios esperados (impacto social)

Durante mucho tiempo los educadores se han preocupado por mejorar los rendimientos de los alumnos en las asignaturas de matemáticas y español principalmente pero ahora los tiempos del siglo XXI han surgido nuevas deficiencias diferentes y más alarmantes debido a los cambios constantes de la sociedad y por esto nos referimos a la inteligencia emocional un tema que por muchos años fue olvidado y que ahora es retomado e incluso contemplado en el nuevo modelo educativo 2016.

Y debido a la situación del contexto interno y externo en donde se desarrollará ésta investigación es importante atender y fortalecer la inteligencia emocional de los alumnos esperando trascender en primera instancia las relaciones interpersonales de cada individuo, para la mejora de sus habilidades de interacción, reforzando su autocontrol, confianza, cooperatividad y la capacidad de comunicación, lo que repercutirá en la convivencia grupal.

En segundo plano y no menos importante se pretende trascender a largo plazo logrando que los alumnos como individuos activos de una sociedad desarrollen su potencial personal de manera sana, placentera, afectiva, responsable y libre de violencia tal como lo demanda el programa de estudios 2011 como competencia para la vida y a su vez poniendo en práctica las habilidades adquiridas de la inteligencia emocional.

Capítulo 2. Fundamentación Teórica

*Cualquiera puede ponerse furioso... eso es fácil.
Pero estar furioso con la persona
correcta, en la intensidad correcta, en
el momento correcto, por el motivo
correcto, y de la forma correcta... eso
no es fácil ." -ARISTOTELES, Ética a
Nicómaco.*

En éste capítulo se expone la base teórica que da sustento a la investigación. Se abordarán los antecedentes y los fundamentos conceptuales y teóricos que conforman las dimensiones pedagógica, curricular, metodológica y disciplinar que integran el presente trabajo, incluyendo la información que aporta elementos clave para el desarrollo de la investigación para dar paso al proceso de inserción teóricometodológico.

Marco conceptual

Es pertinente conceptualizar algunos términos que fueron cruciales para el desarrollo de esta investigación comenzando con la principal definición que fue tema rector durante todo el proceso.

Autoconciencia emocional

Dentro de esta investigación la palabra autoconciencia emocional es rectora durante todo el proceso y por ello es importante saber con precisión la definición de ésta, rescatando las aportaciones de diversos autores comenzando con Mayer (cit. Por Goleman 1995) resume que la conciencia de uno mismo significa ser “conscientes de nuestro humor y también de nuestras ideas sobre ese humor” (p. 68). Lo cual considero que refiere a la capacidad de conocerte a ti mismo, siendo consciente de tus emociones en el momento en que las vives, reconociendo comprensiblemente por qué las sientes.

Por otra parte Bisquerra, Pérez, Cuadrado, Lopez, Filella y Obiols (2009) establecen que la conciencia emocional es la capacidad para percibir, identificar y poner nombre a los propios sentimiento y al de los demás lo que conlleva conocer un vocabulario emocional lo que significa conocer las emociones sus combinaciones y variables, apropiarse de términos correctos, establecen que también significa comprender las emociones de los demás a través de las claves situacionales expresivas comunicación verbal y no verbal.

Emoción

El Oxford English Dictionary (cit. Por Goleman) define la emoción como “cualquier agitación y trastorno de la mente, el sentimiento, la pasión; cualquier estado mental vehemente o excitado” (p. 131) y en otro sentido literal la Real Academia Española la define como “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática” al analizar estas dos definiciones de lo que es una emoción infiero que al usar este término hacemos referencia al sentir que nos provoca cualquier situación de pesar, excitación, furia, etc. el cual no tiende a permanecer por largos periodos de tiempo como es en el caso de los estados de ánimo sino más bien solo permanece mientras perece el sentimiento.

Por su parte el psicólogo estadounidense Goleman (1995) establece el término emoción para referirse a un “sentimiento y sus pensamientos característicos, a estados psicológicos y biológicos y a una veracidad de tendencia a actuar” (p.331). Este término engloba los dos anteriores y detalla un poco más al mencionar que la emoción es el sentimiento más los pensamientos que surgen a partir de este y que nos provocan una reacción tanto psicológica como biológica.

Inteligencia emocional

El psicólogo Mayer (1997) determina la inteligencia emocional como una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual. De esta manera considero que este término nos ayuda a guiar nuestra forma de pensar y nuestro comportamiento, por otra parte permite ser empáticos con los demás mejorando nuestras relaciones sociales con el entorno que nos rodea.

Otra definición de Inteligencia Emocional es el término siguiente establecido por Goleman (1995) como “habilidades tales como ser capaz de motivarse y persistir frente a las decepciones; controlar los impulsos y demorar la gratificación, regular el humor y evitar que los trastornos disminuyan la capacidad de pensar; mostrar empatía y abrigar esperanza” (p.54) este término es un poco más preciso en su definición porque además de regular nuestras emociones que pueden tender a ser viscerales en ciertas situaciones señala que esta la automotivación como parte importante de la inteligencia emocional y coincidiendo con Mayer, Goleman también hace referencia a la empatía que es generada por la inteligencia emocional.

Estrategia didáctica

Para la elaboración de las estrategias didácticas que fueron aplicadas a los alumnos muestra de la presente investigación era necesario establecer un término que nos hiciera mención a que era a lo que nos estábamos refiriendo, de acuerdo con el Manual de estrategias didácticas emitido por Comisión Iberoamericana de Calidad educativa señala que Velazco y Mosquera (2010) “El concepto de estrategias didácticas se involucra con la selección de actividades y practicas pedagógicas en diferentes momentos formativos, métodos y recursos en los procesos de Enseñanza _ Aprendizaje.” (p. 2).

Considerando a partir de ellos a las estrategias didácticas aquellas actividades que son seleccionadas por el docente para favorecer el aprendizaje de los alumnos eligiendo las más apropiadas de acuerdo a la necesidad que se desea entender para mejorar un proceso de enseñanza.

La inteligencia Emocional como modelo

En la actualidad existen tres modelos dominantes que hablan sobre inteligencia emocional a la que Goleman (1995) establece que se rige en la relación que existe entre sentimiento, carácter e instintos morales. Esta inteligencia reúne una serie de capacidades como la de capaz de motivarse a sí mismo y perseverar en las decepciones, tener autocontrol en los impulsos y retrasar la gratificación; regular el humor, mostrar empatía y albergar esperanza, habilidades que al ser desarrolladas darán como resultado mayor conciencia de las propias emociones en el momento en el que se están experimentando, lo que puede reforzar rasgos de personalidad en los alumnos y tener una visión positiva de la vida, rasgos que son característicos de una persona que posee inteligencia emocional.

A continuación desglosaremos los tres modelos más reconocidos sobre la IE explicando en qué consisten a grandes rasgos los dos primeros y deteniéndonos un poco más en exponer el tercer modelo y más reciente que pertenece al Dr. Daniel Goleman que se comenzó a difundirse en 1995, debido a que este modelo es el que sustenta principalmente la presente investigación.

El primer modelo de IE que surgió fue el del John Mayer y Peter Salovey que se da a conocer en la década de los 90's y quienes fueron los primeros en utilizar el término inteligencia emocional para referirse a un conjunto de habilidades para conocer los sentimientos propios, a refrenar el impulso emocional, interpretar los sentimientos de los demás así como también a manejar las relaciones interpersonales de una mejor manera, Salovey en dicho modelo incluye las inteligencias personales de Howard Gardner en su definición básica de IE aplicando

estas capacidades a cinco esferas principales: conocer las propias emociones, manejar las emociones, las propias motivaciones, reconocer emociones en los demás y manejar las relaciones.

El segundo modelo es el del Dr. Reuven Bar-On quien ha hecho diversas aportaciones en su modelo *Bar-On*, demostrando en ellas el coeficiente intelectual frente a la inteligencia emocional, y expone en su investigación que la inteligencia emocional reside en áreas distintas del cerebro a las que opera el coeficiente intelectual en donde cada una tiene su importancia, expone en un estudio realizado por Antonio Damasio neurocientífico que apoyo su trabajo, un caso neurológico en el cual se demuestra que la inteligencia emocional ayuda a tomar decisiones personales más acertadas en nuestra vida lo cual relaciono con la afirmación que hace Goleman en sus diversas investigaciones quien prueba y asegura que el coeficiente intelectual no garantiza el éxito en la vida por el contrario de la inteligencia emocional que es clave fundamental para lograrlo.

El tercero y último modelo es el de Daniel Goleman quien argumenta que el coeficiente intelectual no asegura por si solo el éxito en la vida de las personas hallazgo que se menciona anteriormente al hacer la comparativa con lo establecido por Reuven Bar-On ya que más bien el éxito depender de los recursos más básicos de la inteligencia emocional debido a que ésta añade muchas más cualidades que nos hace más plenos como humanos.

En su modelo Goleman menciona que la mayoría de los elementos de todos los modelos de IE se estructuran en cuatro esferas genéricas: la autoconciencia, la autogestión, la conciencia social y la gestión de las relaciones. Dicho modelo aborda cinco competencias para desarrollar la inteligencia emocional la cuales son: autoconciencia, autodomínio, automotivación, empatía y la habilidad de las relaciones sociales mismas que a continuación se desglosan mencionado en que concite cada una.

Autoconciencia

La primera competencia del modelo de Goleman (1995) es la autoconciencia que radica en conocerse a sí mismo, en saber en primer lugar los propios sentimientos en el momento en el que se experimentan y tomar conciencia de ellos, lo que conlleva a saber identificar y nombrar las emociones por su nombre en el momento que están surgiendo, en otras palabras se trata de una forma neutra de mantener autorreflexión incluso en medio de emociones turbias, un ejemplo de ello es experimentar un pensamiento autorreflexivo es decir, esto que siento es ira incluso mientras el sujeto está furioso, lo que nos puede llevar posteriormente a otro plano, al reconocer un humor desagradable que es el deseo de superarlo.

Algo que es importante resaltar en ésta investigación es lo mencionado por Goleman (1995) quien argumenta que “esta conciencia de las emociones es la competencia emocional fundamental sobre la que se construyen las demás, como el autocontrol emocional” (p.68) porque es a partir de la conciencia de uno mismo como se puede llegar a tener atención a estados más internos logrando reconocer una emoción, pasando a ser conscientes de ella y tener el deseo de superarla, en el caso de ser una emoción negativa, es por dicha razón que se dio como prioridad atender esta competencia de autoconciencia emocional antes que cualquier otra ya que de ella parte todas las demás, aunque los alumnos demanden el desarrollo de todas las competencias.

Aunque se cree que expresar los sentimientos es algo sumamente sencillo no siempre es así ya que en algunas personas es más difícil de lo que pareciera, lo antes mencionado puedo inferirlo de acuerdo a observaciones realizadas en los alumnos, sobre todo decir con palabras lo que están sintiendo y no es porque carezcan de una ausencia de emociones que se presenta esas situaciones o por tener una menor intensidad de ellas, sino más bien ocurre por su poca habilidad para expresarlas, incluso se llega a presentar dificultades para describir sus sentimientos y por supuesto los de los demás; así como un vocabulario emocional

sumamente limitado encontrando en ellos problemas para distinguir entre una emoción y otra a lo que El Dr. Peter Sifneos 1972 acuñó el término de alexitimia a las personas que carecen de palabras para expresar sus sentimientos y Goleman (1995) afirma que no se trata de que los alexítimicos nunca sientan nada, sino de que son incapaces de saber y especialmente incapaces de expresar en palabras cuáles son exactamente sus sentimientos, un caso de ello es cuando se les pregunta a una persona con alexitimia qué sentía después de pasar por un episodio en el cual la emoción que experimentó fue tristeza a lo que suelen responder, “muy mal” pero no logran expresar su sentir con mayor claridad.

A partir de ahí radica la importancia de desarrollar la autoconciencia en los niños, competencia fundamental de la inteligencia emocional de la cual se hacen posibles todas las demás, logrando saber lo que estamos sintiendo mientras las emociones se agitan en nuestro interior para lograr después un comportamiento con regulación emocional y prevención de conflictos que se engloban en la siguiente competencia emocional.

Autodominio

El autodominio engloba dos principios básicos: la autoconciencia emocional y la autogestión esto implica contar con las habilidades de la primera competencia para a partir de ahí comenzar a desarrollar el siguiente principio, la autogestión que requiere de la habilidad de modular la competencia, regular las emociones, y expresarlas.

La segunda competencia emocional del modelo Goleman (1995) expresa que el autodominio radica en ser capaces de soportar las tormentas emocionales y saber cómo actuar ante ellas, el propósito de ésta es el equilibrio y no el suprimir la emoción, esto es porque cada sentimiento tiene su valor y su significado, incluso en ocasiones se puede llegar a confundir esta competencia con el querer evitar sentir

algún tipo de sentimiento como tristeza, ira o miedo o por otra parte el tener que sentir alguna emoción en particular todo el tiempo como felicidad, sino más bien se trata de lograr tener bajo control nuestras emociones para obtener un bienestar emocional en otras palabras un equilibrio proporcional entre las emociones positivas y negativas.

No se trata de evitar los sentimientos desagradables debido a que la mayor parte del tiempo no podemos dictar a nuestro cerebro que emoción sentir, cuando la vamos a sentir, ni la situación, el lugar y mucho menos con que intensidad la vamos a experimentar, pero si podemos evitar que los sentimientos tormentosos no pasen inadvertidos y desplacen estados de ánimo agradables.

Capítulo 3. Metodología

El enfoque

El enfoque de esta investigación es de tipo cualitativo que de acuerdo con Hernández (2010) es un estudio que describe, comprende e interpreta los fenómenos a través de las percepciones y significados producidos por las experiencias de los participantes en donde la realidad a estudiar solo puede ser entendida a partir del contexto de los actores estudiados como fue el caso de la presente investigación en donde se observó y describió el entorno de interacción de los alumnos, analizando su participación en él, descubriendo la manera de interactuar de éstos y la relación que tienen entre sí.

Las investigaciones cualitativas se fundamentan más en un proceso inductivo es por ello que la investigación surge de la indagación que se hizo sobre las relaciones de convivencia que se presenciaban en el grupo de estudio, describiendo el tipo de interacciones que los alumnos tenían y a partir de ahí generar una perspectiva teórica sobre la situación detectada. Este tipo de investigación parte de lo particular a lo general es decir se inició realizando el test en un alumno, analizando los datos obteniendo y a partir de ellos una conclusión; posteriormente se realizó lo mismo con el resto de la población para obtener y comprender lo que se buscaba lo que Hernández menciona como el proceso caso por caso o dato por dato que permite llegar a una perspectiva más general del problema que se pretende atender.

El método

El método utilizado en esta investigación corresponde a una investigación acción a la que Elliott (1993) define como el estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma, en palabras de Latorre (2003) la considera como un término genérico que hace referencia a una amplia gama de estrategias realizadas para mejorar la práctica educativa y social, tomando está

ultima definición como rectora de la investigación ya que la problemática abordada era una situación que correspondía a este tipo de estudio teniendo como objetivo desarrollar la autoconciencia emocional de los niños para favorecer la convivencia del grupo llevándonos a mejorar la practica educativa realizando una investigación para partir a la acción.

Modelo del proceso de investigación acción

Si bien se mencionó anteriormente que el método es investigación-acción, el modelo a utilizar es el de Kemmis (1989) que consiste en un espiral de cuatro fases o proceso: planificar, actuar, observar y reflexionar mismos que fueron considerados para presente la investigación. Cada fase tiene una mirada retrospectiva es decir hacer una mirada del problema al pasado por otra parte implica también una intención prospectiva lo que refiere a investigar el futuro a anticipar un porvenir de la investigación y así como cada momento de acuerdo a Latorre (2005) “forman conjuntamente un espiral autorreflexivo de conocimiento y la acción” (p.35).

A partir de estos pasos se inició con ideas generales sobre el tema de interés desglosándose de él la elaboración de un plan de acción tomando en cuenta la problemática detectada a resolver lo que corresponde a la primera fase del ciclo considerando sus alcances y sus limitaciones. Pasando posteriormente a la actuación que consistió en la ejecución de las estrategias de plan de acción las cuales fueron medidas, controladas y fundamentadas, acciones que necesariamente debían de ser observadas para a partir de ellas reflexionar el actuar de los sujetos de estudio como también la práctica profesional.

La realización de la fase anterior permitió poner en marcha la tercera fase del ciclo la observación de la acción que de acuerdo con palabras de Latorre (2005) consiste en la recogida de datos, evidencias o pruebas .que permitirán comprender si se está viendo una mejora a la problemática o no. Por último pasamos a la fase de cierre del ciclo, la reflexión o análisis de datos que consiste en la recopilación de

evidencias, representación e interpretación con los propósitos de significados relevantes, evidencias con efecto o consecuencias del plan de acción Todo lo anterior da pauta a posibles replanteamientos del problema e iniciar un nuevo ciclo.

Método de recolección de datos

La recolección de datos se llevó a cabo mediante técnicas e instrumentos como la observación el diario de campo, test y sociogramas, instrumentos que fueron elegidos con el propósitos de recabar y analizar la información necesaria de los 35 sujetos de estudio, que permitieran diagnosticar a los alumnos, planificar las estrategias y evaluarlas para logra favorecer su inteligencia emocional contribuyendo con el logro de los objetivos de la investigación.

Técnicas de recolección de datos.

Observación participante

La observación fue fundamental durante todo el proceso de la investigación debido que fue uno de los elementos esenciales para detectar la problemática en la presente investigación y a su vez se tomaba nota para conocer más a fondo el problema, el contexto, sus participantes, las relaciones que tenían entre sí y los eventos que ocurrían, Hernández (2010) menciona que la observación en la investigación no se limita al sentido de la vista sino que implica todos los sentidos y a observar elementos como el ambiente físico, ambiente social, así como también actividades individuales y colectivas.

El tipo de observación que se implementó fue la observación participante que de acuerdo con Rodríguez, Gil y García (1996) consiste en un método interactivo de recolección de información que requiere de la implicación del observador en los acontecimientos observados, lo que permite obtener percepciones de la realidad estudiada, que difícilmente podría lograrse sin implicarse de una manera afectiva,

obteniendo así información detallada que ayudó a explicar el problema detectado en los alumnos. Este tipo de observación me permitió la participar en todas las actividades implementadas al expresar mis experiencias sobre mis emociones y mostrar empatía a las experiencias de los alumnos y en el monitoreo de cada estrategia.

Diario de campo

El diario de campo fue instrumento que ayudo a la recolección de datos esenciales durante el proceso de investigación debido a que en él se registraba todo aquello que se recababa mediante la observación, Zabalza (2004) menciona que los diarios constituyen narraciones realizadas por los profesores y profesoras, mismos que no requieren de una actividad diaria, incluso puede tener una periodicidad de dos veces por semana, variando los días para que la narración resulte más representativa lo que si resulta sustantivo es mantener cierta línea de continuidad en la recogida y redacción de las narraciones evitando que se lleve a cabo solo de vez en cuando.

En este trabajo de investigación se realizó el llenado del diario de campo durante los periodos de práctica profesional docente, plasmándose en él anotaciones sobre las interacciones interpersonales de los alumnos que posteriormente se analizaron para poder evaluar y reconsiderar las actividades de intervención, lo cual fue posible gracias a la observación participante.

Grabación de audio

Sin duda la grabación de audios fue una técnica que ayudó a captar información verbal que durante el momento de las intervenciones me fue difícilmente registrar en el diario de campo proporcionando a la investigación datos precisos para analizar, Latorre (2005) menciona que una grabación es útil porque “permite identificar patrones generales de conductas verbales y la selección de episodios

para un microanálisis más amplio” (p.82). Situación que se presentó tiempo posterior a las actividades en el momento de la reflexión y análisis de las mismas escuchando las actividades realizadas con los alumnos para extraer de los audios situaciones relevantes para la investigación.

Test

Para el diagnóstico se utilizó como instrumento el test TMSS-24 para conocer las competencias emocionales de la inteligencia emocional de los alumnos y el nivel de desarrollo que tenían en cada una de ellas, es por ello que cito a Muñiz (2010) quien establece que “son muestras de conducta que permiten llevar a cabo inferencias relevantes sobre la conducta de las personas” (p.57) de esta manera partiendo de dicha definición fue la implementación del test TMSS-24 que permitió en un panorama más general diagnosticar el grado de inteligencia emocional que tenían los alumnos del tercer grado al inicio de la investigación. Posteriormente los resultados arrojados en el test se complementaron con la información obtenida de la observación participante y en el diario de campo logrando establecer la problemática del grupo.

Cuestionario

El cuestionario es un instrumento que consiste en una serie de interrogantes sobre algún tema que se responde por escrito, en este trabajo de investigación el uso del cuestionario fue necesario para conocer las relaciones de los alumnos con sus compañeros, instrumentos que antecedía al sociograma recabando la información necesaria para construir dicho diagrama. Sierra (1994) señala que el cuestionario consiste en “aplicar a un universo definido de individuos una serie de preguntas o ítems sobre un determinado problema de investigación del que deseamos conocer algo” (p. 194). Cabe mencionar que las preguntas realizadas eran abiertas enfocadas a la problemática de la investigación.

Sociograma

La técnica del sociograma fue una herramienta que ayudó a recabar datos esencial para la conformación de los grupos de trabajo en dos de las estrategias implementadas, debido a que “el sociograma es una alternativa capaz de poner de manifiesto la afiliación y la atracción entre los integrantes del grupo” (Díaz y Márquez, 2010, p.39) explicarlo que atracción dicho de otra manera y relacionando el sociograma con la presente investigación me permitió conocer las relaciones que los alumnos tenían con algunos de sus compañeros a través de un cuestionario de preguntas abiertas, información que se vació en una sociomatrix que más adelante en el apartado de diagnóstico que detalla en que consiste.

Posteriormente los datos de la sociomatrix fueron graficado en un sociograma, información que ayudó a integrar los grupos de trabajo, reuniendo a los sujetos de estudio con sus compañeros que más simpatizaban, teniendo como propósito crear un ambiente de confianza al momento de aplicar las estrategias didácticas para favorecer la autoconciencia emocional.

Propuesta de intervención

Para ejecutar el plan de intervención se diseñaron un total de tres estrategias didácticas divididas en tres sesiones con el objetivo de desarrollar la autoconciencia emocional desde la asignatura de Formación, cívica y ética, relacionando los contenidos de la materia con el tema a trabajar en correlación con los aprendizajes esperados y las competencias. Se consideró el aprendizaje esperado “Expresa sus emociones sin violencia y respeta las expresiones de sentimientos, ideas y necesidades de otras personas” del bloque II “Aprendo a expresar emociones, establecer metas y cumplir acuerdos”.

Los contenidos “De qué manera puedo expresar mis ideas y sentimientos sin violencia” y “Por qué es importante escuchar las ideas y sentimientos de otras personas” del bloque ya mencionado favorecen el desarrollo de la autoconciencia emocional, contenidos que se trabaja con el aprendizaje esperado ya señalado. Al establecer el plan de intervención se favoreció la competencia “Autorregulación y ejercicio responsable de la libertad”.

Como se ha aludido con anterioridad la autoconciencia emocional es la habilidad de comprender las propias emociones y la razón que las detona, para ello se ha establecido dos etapas de intervención: *identificar las emociones* y el *trabajo sobre las propias*. En la siguiente página se observa una tabla que muestra la manera en cómo fueron divididas las estrategias y la relación de cada una de ellas con el programa de estudios plan 2011 de tercer grado.

Columna del plan de intervención	Etapas de	Estrategia	Contenido	Aprendizaje esperado	Competencia
Identificación de las emociones		¿Qué les pasa?	Por qué es importante escuchar las ideas y sentimientos de otras personas	Expresa sus emociones sin violencia y respeta las expresiones de sentimientos, ideas y necesidades de otras personas.	Autorregulación y ejercicio responsable de la libertad
		¿Cómo están?			
Trabajo sobre las propias emociones		El iceberg de nuestros sentimientos	De qué manera puedo expresar mis ideas y sentimientos sin violencia		

Tabla de elaboración propia con base en el Programa de estudios 2011 de Tercer grado.

Se optó por dividir en dos etapas el plan de intervención debido a que para poder lograr que los alumnos muestra lograran desarrollar su capacidad de ser conscientes de sus propios sentimientos y poder comprenderlos debían en primer lugar identificar las emociones y reconocerlas estableciendo un vocabulario emocional. En la siguiente tabla describe de manera general las estrategias didácticas aplicadas en los meses de febrero-marzo y se incluyen los contenidos trabajados, objetivos y actividad que se obtuvo en cada estrategia.

Estrategia didáctica	Contenido	Propósito	Actividad
¿Qué les pasa?	Por qué es importante escuchar las ideas y sentimientos de otras personas	Identificar las emociones en otras personas.	Clasificación de las emociones a partir de imágenes
¿Cómo están?		Reconocer la expresión física de las emociones. Dramatizar las expresiones.	Analizar, describir y dramatizar la expresión de cara y cuerpo de diversas personas.
El iceberg de nuestros sentimientos		Escoger situaciones en las que está feliz y en las que está triste. Analizar cómo se siente cuando está feliz o cuando está triste. Expresar cómo los demás notan que se siente triste o se siente alegre.	Analizar y redactar situaciones propias en las cuales están presentes las emociones.

Tabla de elaboración propia.

Capítulo 4. Análisis de resultados

El análisis de las estrategias está dividido en dos ciclos de acción reflexiva de acuerdo al modelo de Kemmis ya descrito en el capítulo anterior, el primer ciclo comprende la primer etapa de intervención *identificación de emociones* y el segundo ciclo la segunda etapa *trabajo sobre las propias emociones* (véase tabla 1) mismos que a continuación se describen, analizan y reflexionan, utilizando los pasos propuestos en dicho modelo.

Ambos modelos son englobados por la idea inicial de favorecer la inteligencia emocional de los alumnos contribuyendo al beneficio de la sana convivencia en el aula, desarrollando su autoconciencia emocional como primer paso, mediante un conjunto de estrategias didácticas mismas que conforman el plan de acción.

Primer ciclo: Estrategia didáctica ¿Qué les pasa?

Sesión 1

Como inicio de la sesión de intervención se estableció un vocabulario de las emociones para definir las cinco que se trabajarían, eligiendo alegría, tristeza, ira, miedo y desagrado, que fueron seleccionadas de la clasificación de ocho familias que menciona Goleman (1995) en su libro *La inteligencia Emocional*. La actividad consistió en iniciar cuestionando a los alumnos con las siguientes preguntas detonadoras *¿Qué es una emoción? ¿Qué emociones conocen ustedes? ¿Qué emociones han sentido?*

Como respuestas a las preguntas realizadas a los alumnos obtuve las siguientes definiciones sobre qué es una emoción: “Es lo que sentimos cuando estamos bien o cuando estamos mal, son nuestros sentimientos como estar alegre o triste, es estar muy feliz o enojado, es cuando estamos tristes por algo”. Al escuchar las definiciones de los alumnos me pude percatar que tenían una noción de lo que es

una emoción de acuerdo a la definición que establece Goleman (1995) quien menciona que una emoción es un sentimiento o un pensamiento característico hacia determinados estados de ánimo incluso a una veracidad de tendencia a actuar.

La segunda pregunta de la actividad tenía como fin averiguar las emociones que conocían los alumnos consiguiendo por parte de ellos respuestas como; contento, feliz, enojado, alegre, tristeza, molestia, miedo y amistad, de las cuales solo algunas son consideradas emociones según la clasificación previamente mencionada. Después de escuchar sus respuestas anteriores se escribieron en el pintarrón en forma de lista y frente a ellas otro listado de cinco emociones con las que se trabajaría a lo largo de la investigación (alegría, ira, tristeza, desagrado y miedo).

Posteriormente se solicitó a los alumnos leerlas y relacionarlas con la lista que ellos aportaron, teniendo en consideración que fueran iguales con alguna emoción escrita en la segunda lista, obteniendo como respuesta la relación de contento-feliz y alegre-alegría, enojo-ira, molestia-ira, miedo-miedo, dejando amistad sin relacionar.

Una vez realizada la actividad anterior se dijo a los alumnos que la relación que habían hecho era correcta debido a que feliz pertenece a la emoción de felicidad, alegre a alegría y que ambas producen una satisfacción en las personas cuando la experimentan, en el caso de molestia es un sinónimo de enojo y ambas son generadas por la emoción de la ira. En el caso de amistad se les mencionó que no es una emoción sino un valor que está relacionado con las emociones, Según lo establecido por Lawrence (1994) quien menciona que los valores tienen que ver con los sentimientos, ya que éstos son respuestas intencionales de valor. Para finalizar la actividad de inició se externó a los alumnos que las emociones de la segunda lista son las que se trabajarían el día de hoy y en próximas actividades.

El propósito de esta primera intervención era identificar las emociones en otros individuos a partir de fotografías de personas desconocidas y hacer suposiciones

sobre las causas que han provocado dichas emociones. Para ello se mostró a la clase una serie de diapositivas con fotografías de personas expresando miedo, desagrado, alegría, tristeza e ira (anexo E). Se solicitó a los alumnos las observaran detalladamente cada una para identificar la emoción que estaba experimentando cada persona. Al momento de estar mostrando las imágenes se pudo apreciar a los alumnos muy atentos observando las fotografías proyectadas y comentando entre ellos las expresiones faciales de los individuos que aparecían - esa señora está llorando, ese niño parece como si lo hubieran asustado- -dijeron los alumnos-.

Como actividad consecutiva a la presentación se les hizo entrega de una hoja de trabajo (anexo F) que contenía una serie de fotografías correspondientes a las diapositivas, en donde debajo de cada imagen estaban escritas dos emociones una correspondía a la imagen y la otra era totalmente distinta; los alumnos al observar las imágenes tenía que seleccionar una de las dos emociones, encerrando la que ellos consideraban les transmitía la persona de la ilustración.

Al momento de responder a la hoja de trabajo (anexo F) se observó que los alumnos la respondían sin ninguna complicación, llevándose muy poco tiempo en contestarla y sin solicitar ayuda. Posteriormente se pidió a los alumnos formaran un círculo sentados en el piso del salón para posteriormente invitarlos a explicar los posibles motivos que provocaron la emoción de personas indicando que la participación sería aleatoria alentando al grupo para que todos participarán.

Una vez sentados en el círculo se indicó a los alumnos observarán la primera diapositiva proyectada en el pintarrón la cual contenía la imagen de una mujer llorando posteriormente se les pidió mencionaran alguna razón que ellos creían habían provocado la emoción a esa persona, algunos respondieron que podía ser que se peleó con alguien (esposo o hermana), se quedó sola y no tenía a nadie más, se le quemó su casa, tal vez la asaltaron, que su esposo la haya engañado, puede ser que se perdió y nadie la ayuda o se le perdió algo, puede ser que se le perdió un hijo.

En seguida de su respuesta a la pregunta ¿Qué razón creen ustedes fue la causa que provocó esa emoción en la persona? se pidió a los alumnos de manera voluntaria compartieran algunas situaciones que a ellos les haya provocado esa emoción respondieron lo siguiente: Cuando me caí de espaldas, cuando me enoja con mi mamá.

Una alumna dijo que ella se pone triste cuando discuten sus papás diciéndolo con voz titubeante y al mismo tiempo su rostro se vio envuelto en llanto, causando asombro en sus compañeros que estaban a los costados de ella, al ver tal situación le agradecí a Camila por habernos compartido eso y solicité silencio al resto del grupo en especial a dos alumnos pero en específico a Enrique ya que rieron después de la participación de su compañera, diciendo al grupo que debemos de respetar lo que nos comparten sus compañeros y escucharlos.

Se orientó la atención de los alumnos en las participaciones de sus compañeros y se continuó con la actividad, obteniendo las respuestas siguientes de dichas participaciones: cuando me prometen algo y no me lo cumplen, cuando me pegan, cuando mis papás se pelean muy “gacho” y nosotros nos tenemos que ir a la casa de mi abuelita y mi papá se queda en la casa; en esta última situación después de compartirla la alumna pide un abrazo a su amiga que está a un costado y está le dice tranquila, observando en la alumnas contener el llanto.

Otra situación compartida por una alumna fue la siguiente: cuando me alejé de mi familia allá en Rio Bravo, observando que la alumna lo expresó llorando, por lo cual tuve que intervenir ya que la mayoría de los alumnos estaban distraídos platicando con el compañero de a lado o jugando para así retomar la atención de todos a escuchar la situación de su compañera.

Alison compartió una situación que a ella la puso muy triste, preguntado a la alumna en dónde vivía antes y si allá es dónde está toda su familia a lo que ella responde: en Rio Bravo y afirmando que es en ese lugar donde se encuentra toda

su familia. A partir de las respuestas de la estudiante surgen por parte de sus compañeros lo siguiente ¿Dónde es? y ¿Dónde está Río Bravo? A lo que se les respondió: es un lugar que está muy lejos, a muchas horas de aquí y se encuentra en otro estado.

Ante la situación anterior observe que la alumna Alondra quien se había contenido de llorar y su amiga que la abrazó se acercaron con Alison para abrazarla y un compañero hizo el comentario: maestra ya le ganó el llanto. A partir de eso realicé el comentario de que debió haber sido muy difícil para su compañera alejarse de su familia y amigos.

Formulé la siguiente pregunta a los alumnos imagínense ustedes que llevan años viviendo aquí donde tienen a sus amigos, a su familia y un día les dicen que deben separarse de todo eso ¿cómo se pondrían ustedes? Obteniendo como respuesta de la mayoría mal y de muy pocos triste después de ello se les hizo una siguiente pregunta, ahora, ¿creen qué haya sido difícil para su compañera esa situación? Consiguiendo como respuesta un sí por parte de todos los alumnos.

Con la participación anterior se dio término a las suposiciones de la primera imagen pasado a la siguiente diapositiva que contenía una niña que expresaba alegría y para esta imagen se les dijo a los alumnos que sólo se otorgarían 5 participaciones, solicitando a los alumnos levantaran su mano los que deseaban participar, al ver que eran 8 alumnos los que querían participación se les dio oportunidad a todos de hacerlo.

Las respuestas obtenidas a la pregunta ¿Qué suponen ustedes fue la causa que provocó la emoción de alegría en la persona? fueron las siguientes: está feliz porque sacó buenas calificaciones, porque sus papás le compraron un regalo, le dieron una buena noticia, porque le celebraron su cumpleaños, le van a dar un regalo, creo que a lo mejor la niña está feliz porque su familia está muy lejos y vinieron a visitarla, a lo mejor la llevaron a los juegos.

Al momento de que los alumnos decían las posibles causas que habían puesto alegre a la niña muchos alumnos se sentía identificados como fue en el caso de celebrar su cumpleaños, haciendo el comentario a mí también me pone feliz la mayoría de los alumnos a excepción de una niña.

Por otra parte las razones que los alumnos comunicaron al resto del grupo que provocan la emoción de felicidad fueron las siguientes: que me lleven al parque, ver que mi mamá está feliz mi papá o mi hermanito, cuando vienen mis tías de México, cuando me hacen fiesta de cumpleaños, cuando nació mi hermanita, a mí me pone feliz cuando mi abuelita viene de Estados Unidos, me pone feliz cuando me fui de vacaciones con mi familia porque pasé la Navidad con mi madrina, que me compren un balón, cuando me llevan al cine, a mí me pone alegre que ya casi voy a ver a mi familia.

Después de haber planificado, actuado y observado la aplicación de la primera estrategia didáctica Kemmis (1986), pude reflexionar varias situaciones que se presentaron durante la intervención, logré identificar áreas de oportunidad a fortalecer en relación a la organización del grupo, lo que reconsideraré en el diseño de la siguiente estrategia y opté por realizar grupos de tres alumnos debido a que en la actividad del círculo la mayor parte del tiempo algunos alumnos estuvieron distraídos con algún compañero, jugando o platicando.

Lo descrito anteriormente denota falta de empatía de algunos niños, la cual de acuerdo con Shapiro (1995) se refiere a “ser capaz de colocarse en los zapatos del otro” (p.74) dicha empatía se observó de manera muy clara con las tres alumnas que se acercaron a consolar a las compañeras que lloraron mientras compartían las razones que les provocaban tristeza.

Para finalizar con la primera estrategia se realizó una valoración de la hoja de trabajo, analizando y evaluando a partir de una lista de cotejo de elaboración propia, esta lista de cotejo me permitió establecer si los alumnos identificaban las

emociones en otros individuos a partir de fotografías de personas desconocidas. A continuación se muestra la rúbrica utilizada para evaluar la hoja de trabajo ¿Qué les pasa? Para ello las imágenes fueron enumeradas por fila de izquierda a derecha, en la lista de cotejo se observan dos colores, el verde indica si logró identificar la emoción y el color rojo no logro identificarla.

Como se puede observar en el instrumento de evaluación, un 100% de los alumnos lograron identificar las emociones de alegría, ira y tristeza, un 97.06%. La emoción de miedo y un 94.2% identifica la emoción desagrado. Esto indica resultados satisfactorios en los alumnos, pero como se muestra en la rúbrica del anexo G en donde se observa que solo existen sólo tres alumnos que no logran identificar dos emociones las cuales son desagrado y miedo y éstas se identifican con el color rojo.

Segundo ciclo: Estrategia didáctica: ¿Cómo están?

Esta estrategia didáctica fue aplicada en dos intervenciones, además de ser continuidad al contenido trabajado en la estrategia didáctica anterior con el propósito de que los alumnos reconozcan la expresión física de las emociones y las dramaticen. A continuación se describe la planificación, la actuación, las observaciones que surgen en el proceso de intervención y una reflexión de la misma.

Se resalta que en la primera sesión se trabajó con la mitad de grupo a partir de subgrupos de tres integrantes y en la segunda sesión se trabajó con los alumnos faltantes, la razón de realizar la actividad de esta manera fue debido a los incidentes críticos observados y analizados en la aplicación de la estrategia anterior. Por ultimo en la tercera sesión se respondió en el salón de clases una hoja de trabajo titulada ¿Cómo están?

Sesión 2

Se inició la actividad aprovechando las fotografías de la actividad anterior y añadiendo unas nuevas en las cuales se podía apreciar la expresión corporal de las emociones alegría, tristeza, ira, miedo y desagrado (anexo EH). Dichas fotografías fueron pegadas junto a un espejo.

En la imagen 3 en el apartado de anexos se muestra una imagen en donde se aprecia la manera en que fueron colocados los espejos con sus respectivas imágenes, así como también se puede observar que la actividad fue realizada en otro espacio y no en el aula de clases, esto fue hecho con el fin de promover a los alumnos un ambiente que favoreciera el aprendizaje esperado y el propósito de la estrategia didáctica, la vivencia de experiencias y la movilización de saberes (SEP, 2011).

Como se mencionó anteriormente esta actividad fue realizada organizando a los alumnos en subgrupos de tres, el criterio utilizado para distribuir a los niños se tomó a partir de los resultados arrojados por el sociograma de elecciones (anexo C) con el fin de que los sujetos de estudio se sintieran en confianza de dramatizar las emociones al encontrarse con compañeros afines a ellos y con una buena relación. En el centro de la imagen se observa un tapete de foami y sobre él se sentaran los alumnos para explicarles cómo se iba a realizar la actividad.

Para dar inicio a la actividad se fue llamando a los alumnos de tres en tres, una vez que llegaban los alumnos al aula pude observar en ellos emoción al ver el escenario, preguntando qué es lo que íbamos hacer, lo cual sentados en el tapete de foami se les comunico, momento de sentarse hubo dos alumnos de subgrupos diferentes que me pidieron autorización de quitarse los zapatos para sentarse así en los foamis a lo que se les dio toda la libertad de hacerlo.

Posteriormente se les preguntó si tenían presente como son las expresiones corporales y faciales de una persona cuando está sintiendo una emoción como alegría, tristeza, miedo, desagrado e ira a lo que la mayoría de los alumnos respondía no, después de realizar la pregunta se indicaba observarán con detenimiento las imágenes que estaban pegadas arriba de los espejos y mencionaran que características veían en sus rostros y cuerpo, se les preguntó ¿Qué les hace saber la emoción que está sintiendo esa persona? obteniendo como respuesta para la emoción de tristeza las siguientes: porque tiene lágrimas en los ojos, porque su boca está seria, tiene rojos los ojos, su nariz está roja y sus ojos tienen tristeza.

Como respuesta a la emoción de alegría los alumnos mencionaron lo siguiente: porque tienen una sonrisa, porque sus manos están hacia arriba, se ven contentos en su cara y porque están saltando. En la emoción de ira los alumnos indicaron que ellos podían saber que estaban sintiendo ira esos niños porque sus cejas y su frente estaban arrugadas, sus manos estaban cruzadas, su cabeza estaba inclinada y porque mostraban sus dientes de forma enojada.

Por otra parte en la emoción de desagrado los alumnos reconocían las siguientes expresiones físicas: porque nariz está arrugada y sus ojos también, sus ojos se ven un poco cerrados, por último en la emoción de miedo se obtuvo como respuesta de los alumnos lo siguiente: por sus ojos que están muy abiertos, por su boca que está abierta, porque se ve sorprendido.

Al ir escuchando toda la respuesta de los alumnos me pude percatar que se referían a las emociones por su nombre y hacían un reconocimiento de las expresiones faciales de las cinco emociones establecidas en la investigación y las cuatro emociones centrales según Paul Ekman temor (miedo), ira, tristeza y placer (alegría) las cuales son reconocidas por personas de todo el mundo.

Posteriormente se pidió a los alumnos se colocaran frente a uno de los espejos y observaran nuevamente las expresiones faciales y corporales de las personas que les habían tocado para que las dramatizaran, comentándoles que se observarían en el espejo y trataran de realizar las expresiones observando el cambio de cuerpo. En la imagen 4 del apartado anexos se muestra una imagen de la actividad realizada en la que se puede observar a tres alumnos imitando la emoción de ira, alegría y tristeza.

Una de las cosas que pude observar fue que los alumnos en un inicio de la actividad mostraban un poco de rechazo para realizar las emociones de tristeza, ira y miedo y mostraban mayor interés en dramatizar la emoción de alegría, cabe mencionar que todos los alumnos trabajaron con todas las emociones ya que se iban rotando de lugares y se añadían nuevas imágenes con las emociones de desagrado y miedo. La actividad se concluyó entregando a los alumnos una hoja de trabajo (anexo H) que contenía cinco imágenes una por emoción, mismas que debían observar y escribir a un costado de cada una cómo es que notaban que cada persona estaba triste, alegre, con miedo, ira o desagrado.

Al entregar las hojas de trabajo los alumnos y leer las respuestas de éstos, encontré en la descripción de la imagen de tristeza lo siguiente: por sus ojos rojos y su cara pálida, está llorando y se ve en sus ojos, por sus lágrimas y su nariz roja, por sus ojos rojos llorosos y en sus mejillas tiene sus lágrimas, noto que está llorando, por su boca que está seria, entre otras respuestas muy similares.

Al leer cada una de ellas pude notar que la mayoría de los alumnos participantes en ésta primera sesión lograban establecer un vocabulario emocional al conocer las emociones que se les presentaron, sus combinaciones y variables así como también al hacer una descripción precisa de expresiones faciales acorde a cada emoción, apropiándose de términos correctos de acuerdo a lo que mencionan Bisquerra et al. (2009).

La siguiente imagen perteneció a la emoción de alegría en la cual los alumnos respondieron lo siguiente: porque se ve en sus labios que están alegres, por su boca arriba, sus mejillas son un poco rosas y su sonrisa, por sus labios que sonríen, por su sonrisa y sus ojos. Al leer las respuestas de los alumnos coincidían en que notaban la emoción de alegría en las niñas de la imagen porque ambas mostraban una sonrisa.

La tercera imagen mostraba una persona que expresaba desagrado, en ella los alumnos escribieron lo siguiente: por sus gestos y sus ojos, por sus ojos, boca y pestañas que están serias, por su nariz, sus ojos y su boca arrugada, por su nariz arrugada por sus ojos chiquitos y por su boca de “fuchi” refiriéndose a una cara de desagrado; ella tiene desagrado por su cara de asco y sus ojos medio cerrados, entre otras respuestas.

Una respuesta que llamó mi atención fue la de la alumna Verónica quien para ella la persona de la imagen de desagrado expresaba ira lo cual deduje por su descripción que fue la siguiente: su boca está como enojada y sus cejas igual, sus ojos están llenos de furia está enojada porque la regañó su maestro, respuesta que me hizo suponer que la alumna aun no logra reconocer la emoción de desagrado o no tiene experiencias cercana a ella.

La cuarta ilustración mostraba un niño con ira, en dicha imagen los sujetos de estudio escribieron como respuesta lo siguiente: su boca está enojada, su nariz y sus ojos tienen furia; por sus cejas juntas, su cara roja y su nariz enojada; su nariz y su frente arrugada; por su nariz arrugada, sus ojos chicos y por su boca dura, entre otras, después de leer dichas respuestas noté que la mayoría de ellas coincidían.

La última imagen analizada se exponía la emoción de miedo descubriendo en ella respuestas como las siguientes: por sus ojos grandes; por sus ojos y boca muy abiertos; por sus ojos, boca y pestañas que están abiertas, se le apareció un

fantasma; porque está gritando; por su boca abierta, su piel blanca y sus cejas están separadas. Por otra parte hubo dos respuestas un tanto escuetas escribiendo solamente por sus ojos, por su boca y su cara, percatándome que se tiene que reforzar en esos alumnos dichos terminos y aplicar su vocabulario emocional.

Antes de que los alumnos se retiraran del aula se les pidió sentarse en el tapete de foami preguntándoles si en las experiencias que compartieron en la primera sesión habían tenido alguna de las expresiones faciales dramatizada en ésta, obteniendo como respuesta una afirmación por parte de todos los alumnos, posteriormente les comenté que he llegado a observar muchas de esas expresiones en ellos dentro del salón ante diversas situaciones, mismas que me permiten saber la emociones provocada por dichas situaciones, diciéndoles a su vez que eso es algo normal que les pase y está bien.

Para finalizar con la sesión se preguntó a los alumnos ¿para qué nos puede servir identificar las emociones través del lenguaje corporal? Obteniendo algunas respuestas como las siguientes: para saber cuándo una persona está triste, molesta o feliz, para saber qué le pasa a alguien, nos ayuda a conocer cuando un compañero se siente mal. Asimismo se les dijo que existen persona que les cuesta trabajo expresar sus necesidades de forma clara ante una emociones y saber leer su expresiones faciales y corporales nos puede ayudar para poder auxiliar a esas personas si es que lo permiten.

Sesión 3

Durante esta sesión se terminó de aplicar la estrategia didáctica ¿cómo están? con la mitad del grupo faltante y tomando en cuenta el fenómeno de rechazo que se observó en la sesión anterior por parte de los alumnos al momento de dramatizar las emociones de tristeza e ira, se replanteó el orden en que serían dramatizadas las emociones, dando a los alumnos la oportunidad de elegir que emoción querían representar primero. Colocando en el tapete de foami todas las imágenes de la

actividad dando la libertad a los alumnos de elegir el orden de las cinco emociones que iban a dramatizar. En la imagen 5 del apartado de anexo se muestra una imagen en donde se observa lo antes mencionado.

Durante el desarrollo de la actividad el alumnos Santiago al ver la imagen de un niño que expresaba en su rostro miedo lo señalo e hizo el siguiente comentario: *“Así me pongo yo maestra cuando veo que le están pegando a mi hermanito con el cinturón”* colocando hasta el final dicha imagen pasando a ser la última que dramatizaría y al momento de hacerlo le contó un poco de trabajo. Al observar y presenciar esa situaciones me llevo a reflexionar que es muy probable que en la sesión anterior los alumnos no querían representar en primer lugar las emociones de tristeza e ira era porque les recordaba alguna mala experiencia.

Goleman (1995) menciona que ese tipo de recuerdos como el que mencionó Santiago son grabados en el circuito emocional lo que significa que al tener contacto el niño con otras situaciones similares, olores, sonidos o imágenes que le recuerden esa experiencia vivida provoca una excitación en la amígdala que ésta “impulsa los recuerdos vividos de un momento traumático” (p.237). Esto pudo haber sido una razón que dificultó en algunos alumnos realizar la actividad.

En esta sesión se logró observar que la actividad de los espejos fue más fluida es decir los alumnos mostraron una actitud agradables desde el inicio permitiendo que la actividad trascurriera de forma armónica. Un fenómeno que llamó mi atención fue que el 100% de los sujetos de estudio elegían como primera opción a dramatizar la emoción de alegría, dejando en últimos lugares miedo y tristeza.

Al igual que en la sesión anterior después de la actividad de los espejos se entregó a los alumnos la hoja de trabajo ¿cómo están?, actividad de la que se obtuvieron respuestas muy similares a las de los alumnos de la sesión pasada, algunas sin embargo al igual que en el grupo anterior hubo alumnas y alumnos que además de escribir las expresiones faciales que a ellos les hacía saber la emoción

que experimentaba las personas añadieron posibles razones que pudieron haber provocado la emoción en individuo de la ilustración.

La rúbrica de evaluación (anexo I) utilizada para evaluar la hoja de trabajo ¿Cómo están? La cual contiene tres criterios, el primero de ellos *Muy bueno* que es Identificar más de dos rasgos físicos en otras personas que caracterizan una emoción y comenta a su criterio posibles motivos de la emoción; *Bueno* el cual el alumnos solo logra Identifica someramente una emoción atribuyéndole una mínima cantidad de rasgos físicos; *Regular* que refiere a Identificar someramente una emoción atribuyéndole una mínima cantidad de rasgos físicos y por último el indicador *No aplica* que consiste en que el alumnos no logra identificar ningún rasgo. En la rúbrica mencionada se puede apreciar los resultados obtenidos, encontrando que un 32.3% de los alumnos en el criterio muy bueno, un 38.2% en bueno, un 20.5% con un nivel de desempeño regular y un 8.9% no logra identificar ningún rasgo.

Tercer ciclo: estrategia didáctica “El iceberg de nuestras emociones”

Sesión 4

En esta última estrategia se atendió el contenido de qué manera puedo expresar mis ideas y sentimientos sin violencia bajo los siguientes objetivos: escoger situaciones en las que el alumno está feliz y en las que está triste; analizar cómo se siente cuando está feliz o cuando está triste y expresar cómo los demás notan que se siente triste o se siente alegre. Esta actividad se aplicó en grupos de cuatro alumnos para resultado de una mayor confiabilidad realizando los grupos con base a los resultados de un Sociograma (anexo C) aplicado en la etapa de diagnóstico.

Dicha estrategia consistió en mostrarles la imagen de un iceberg (imagen 6) preguntando a los alumnos si sabían que es lo que estaban visualizando, obteniendo como respuesta un no por parte de la mayoría de los alumnos debido a ello se les leía posteriormente la definición de la Real Academia Española que a la letra dice que un iceberg es “una gran masa de hielo flotante, despegada del polo, que sobresale en parte de la superficie del mar”, la cual es solo la octava parte de todo lo que mide. Después de ello se realizó la comparación del iceberg (imagen 6) con los sentimientos, base de nuestro comportamiento ya que “todo aquello que los demás ven solo es una pequeña muestra de cómo nos sentimos” (Roger, 2013, p.62).

Al realizar la comparación se les explicó a los alumnos muestra que un barco cuando navega cerca de un iceberg solo puede ver una tercera parte de su tamaño debido a que el resto se encuentra bajo el agua del mar y eso es algo muy similar que sucede con nosotros y con las personas cuando se sienten alegres, tristes, con miedo, desagrado o ira pues solo se puede ver los gestos y la expresión de la cara y cuerpo pero no podemos ver lo que están sintiendo por dentro ni lo que están pensando.

Algunos alumnos mencionaron ejemplos de sus compañeros no presentes en sus equipos, como el siguiente: como cuando Saori se puso triste maestra y nadie sabíamos por qué, solo veíamos que estaba llorando. Si y no quería decir, añade otro alumno. Tomando el ejemplo que dieron los niños se les dijo que ahí veíamos un ejemplo de lo que acabamos de decir sabíamos que tenía porque mirábamos la parte exterior del iceberg de Saori pero son sabíamos qué sentía, cómo se sentía, lo que estaba pensando, lo que sería la parte del iceberg que no se logra ver a simple vista.

Sentados en el piso se les solicitó a los alumnos pensarán en algo que los hacía feliz, luego que pensarán o algo que les causo ira o tristeza. Posteriormente se pidió a los alumnos pensarán cómo se había sentido su cuerpo por dentro en cada una de esas situaciones y que pasaba con su cuerpo por fuera que podían ver las personas a su alrededor y saber cómo se estaban sintiendo en esos momentos, para ello se les entregó a cada alumno una hoja de trabajo (anexo K) el cual respondieron de manera individual dando oportunidad de consolarse en el cualquier espacio del aula para contestarla. A continuación se muestra una hoja de trabajo de unos alumnos.

Como se puede observar la hoja de trabajo *“el iceberg de nuestros sentimientos”* contiene una tabla de tres columnas en la primera encontramos las frases: cuando me siento alegre y debajo de ella en la siguiente fila cuando me siento enojado o triste, en las dos siguientes columnas están escritas las frases: que se ve por fuera y en la columna siguiente que se siente por dentro. Algunos alumnos decidieron responder sentados en el piso algunos otros irse a un lugar aislado de sus compañeros. En la imagen 7 de anexos muestra un grupo de alumnas respondiendo la actividad.

Ya para concluir con la estrategia y sentados nuevamente en círculo se comentó a los alumnos la importancia de conocer nuestras emociones y saberlas expresar

porque puede haber ocasiones en las cuales estén mal emocionalmente y tal vez quieran que alguien los ayude pero para que eso suceda deben tratar de decirlo alguien como se sienten, que los puso así o qué les hizo sentir eso, porque de lo contrario al no hacerlo las personas que te quieres y están cerca de ti en ese momento solo va a lograr ver la emoción que estas sintiendo pero como en el iceberg no van a ver ni saber el resto.

Después de terminar de realizar la actividad y durante ella puede leer respuestas como las siguientes, en el caso de cuando se sentían alegres qué se ve por fuera uno de los alumno respondió lo siguiente: una sonrisa y empecé a saltar, me caí de la emoción y en la columna siguiente de ese mismo alumno en que sentía por dentro respondió: empezó a latir rápido mi corazón, me regalaron un uniforme del américa. En el caso de una situación en la que estaba presente la emoción de tristeza el alumno respondió en que se ve por fuera: empecé a llorar y a sangrar por otra parte en la columna siguiente respondió: Se paró mi corazón, no podía respirar porque me caí y se me abrió la frente.

En el caso de otra alumna respondió lo siguiente cuando está alegre lo que se ve por fuera es una sonrisa y sus ojos brillan, lo que siente por dentro son mariposas en la pansa felicidad y alegría. E igual que el alumno anterior la alumna escogió una situación triste en la que escribió que por fuera se ve: el llanto y en la columna que se siente por dentro respondió: tristeza, un nudo en la garganta y no me lo creía cuando me dieron la noticia.

Una vez analizadas todas las respuesta de los alumnos pude darme cuenta que la mayoría de ellos estaba siendo conscientes de sus emociones y de lo que sentía en ese momento que ocurrió el acontecimiento lo cual fue muy gratificante. Para evaluar la actividad mencionada se implementó el uso de una rúbrica (anexo L) de evaluación que fue utilizada para valorar a los alumnos.

Como se muestra en la rúbrica ningún alumno se encuentra posicionado en la última columna, obteniéndose resultados muy buenos de la última estrategia, en donde un 47% de los alumnos se encuentra en el rango muy bueno debido a que logra reconocer más de dos rasgos físicos que le provoca una emoción, reflexiona y es consciente de sus sentimientos y a su vez explica la situación que le produjo dichas emociones, un 32% de los alumnos se encuentran en el rango bueno y un 20% en regular.

Después de haber aplicado todas las estrategias pude obtener resultados favorables debido a que se logró en los alumnos ser más conscientes de sus emociones, por otra parte adquirieron un vocabulario emocional al identificar y nombra las emociones que se les presentan e identificar lo que sienten mientras la emoción se agita en su interior.

En cuanto a la sana convivencia puedo decir que no se logró favorecerla en un 100% sin embargo sí se observó una mejoría sobre todo en algunos casos en específico, considero que esto se debió a que la autoconciencia emocional es solo el primer eslabón para logra el objetivo principal de la investigación por la razón de ser la competencia fundamental sobre la que se edifican las demás como lo es el autocontrol emocional competencia que da seguimiento a ésta.

Capítulo 5. Conclusiones y recomendaciones

La aplicación del test TMSS-24 fue pieza importante para establecer el rumbo de la investigación debido a que en un inicio se pretendía trabajar todas las competencias de la inteligencia emocional para favorecer la sana convivencia, una vez analizados los resultados de dicho instrumento más la información teórica necesaria me fue posible reconocer que era una tarea sumamente complicada, dado que más del 50% de los alumnos presentaban bajo desempeño en todas las competencias que conforman la inteligencia emocional y de acuerdo a lo establecido por Goleman (1995) no se puede trabajar las competencias de autodominio, automotivación, empatía y la habilidad de las relaciones sociales, a causa de que estas competencias se desarrollan de forma gradual.

A partir de ese momento comencé a investigar y diseñar las estrategias didácticas que ayudaron a favorecer la autoconciencia emocional en los alumnos. Puedo inferir que la primera estrategia didáctica ¿Qué les pasa? ayudó a los alumnos a reforzar los conceptos de las cinco emociones trabajadas pero además de ello en lo personal me permitió mejorar aspectos de mi práctica profesional docente como corregir mi actuar ante algunos incidentes críticos que en su momento no logré hacerlo, un ejemplo de ello fue ante una alumna que rompió en llanto al contar una situación familiar de sus padres que a ella ponía muy triste debido a que era una situación en la cual su padre discutía con su mamá.

Lo anterior me hizo reflexionar acerca de la importancia que debería tener que los maestros tomen cursos y capacitaciones para poder enseñar a sus alumnos a comprender y comunicar sus emociones de manera asertiva lo que traerá repercusiones favorables en muchos aspectos de su desarrollo así como también ayudaría a los alumnos a “volverse innecesariamente vulnerables a los conflictos de los demás” (Shapiro, 2006, p.293). Después de analizar todas las intervenciones puedo concluir que se lograron cumplir todos los objetivos planteados al inicio de la investigación debido a que se logró Identificar las competencias emocionales

presentes en los alumnos de tercer grado a partir del test TMSS-24 mencionado al inicio de este apartado. Por otra parte se reconocieron los factores que desarrollan y obstaculizan el desarrollo de la inteligencia emocional descubriendo que la autoconciencia es el principal factor que permite desarrollar la inteligencia emocional de acuerdo a lo establecido por Goleman (1995) al mencionar que la autoconciencia emocional es el eslabón que une a desarrollar la siguiente competencia, el autodomínio.

Por otra parte el investigar estrategias didácticas que promovieron la autoconciencia emocional de los alumnos permitió tener un pequeño avance en la convivencia, sana, pacífica y libre de violencia en el aula, apreciándose mayormente en algunos alumnos en específico puesto que en trabajos de equipo Santiago lograba trabajar muy bien con sus compañeros los cuales apoyaban a Santiago y lo dejaban expresarse libremente su opinión para mejorar el trabajo de equipo, lo que anteriormente sucedía era que Santiago y sus compañeros no lograban trabajar en equipo y siempre terminaban peleando.

Saori fue otra de las alumna se mostró más desinhibida y participativa en clases después de las intervenciones integrándose en las actividades del grupo de una manera espontánea dando se la oportunidad de participar de manera voluntaria en un baile colectivo con el que se amenizaba el festejo del día del niño bailando en círculo con sus compañeras.

El objetivo principal de la investigación consistió en favorecer el desarrollo de la autoconciencia emocional de los alumnos mediante la implementación de estrategias didácticas que contribuyeran al mejoramiento de la sana convivencia en el aula obteniendo como resultado de las intervenciones un considerable alcance de acuerdo a los análisis realizados en el capítulo IV.

Al realizar este trabajo de investigación pude darme cuenta que la inteligencia emocional es un tema fundamental en el desarrollo de los niños ya que les permite

a los alumnos conocer sus propias emociones, autorregularlas, a ser empáticos y también a mejorar sus habilidades sociales lo que puede traer muchos beneficios a los alumnos, beneficios que pude observar en mi grupo en un gran medida debido que la inteligencia emocional es un tema que no se puede abracar totalmente en un solo ciclo escolar sino que se requiere de mucho años de práctica pero primero se tiene que desarrollar la primera competencia que una vez favorecida lleva a la segunda y así sucesivamente viviéndose graduales hasta llegar a tener un buen dominio de las competencias.

Una de las recomendaciones que puede hacer después del trabajo de investigación realizado es que los docentes deberían de tener conocimientos sólidos sobre el tema así como también se deberían impartir talleres, cursos o diplomados para que los maestros logren generar ambientes de confianza, recreación que sean favorecedores así el desarrollo de la inteligencia emocional.

Para finalizar con este apartado me gustaría mencionar que a partir del trabajo realizado pude trabajar y favorecer de manera personal la competencia genérica del perfil de egreso de las escuelas normales *aprende de manera permanente* esto debido a que durante todo el proceso de investigación siempre encontré nuevas áreas de oportunidad para adquirir nuevos conocimientos y saberes en mi practicas profesional docente con el fin de mejorar cada vez más.

En cuanto a competencia profesional pude desarrollar y afianzar la siguiente: *propicia y regula espacios de aprendizaje incluyentes para todos los alumnos, con el fin de promover la convivencia, el respeto y la aceptación* esto sin duda para mí fue todo un reto sin embargo considero haberla favorecido al crear con las diversas estrategias aplicadas ambiente de aprendizaje en donde los alumnos pudieron tener espacios en los cuales entraba en juego la competencia. Sin duda para mi este trabajo de investigación fue muy enriquecedor a mi formación profesional.

Referencias

Álvarez, G, J. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México: Paidós

DOF. (2017). Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. Recuperado de http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/1_150917.pdf

Díez, A.; Márquez, S. (2005). Utilización de sociogramas para la valoración de la cohesión interna de los jugadores de un club de fútbol Motricidad. *European Journal of Human Movement*, (14), 37-52.

DGESPE. (2012). Competencias docentes. Recuperado de https://www.dgespe.sep.gob.mx/reforma_curricular/planes/lepriib/malla_curricular

Fernández Berrocal, Pablo; Extremera Pacheco, Natalio. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 3(19), 63-93.

Goleman, D. (2005), *La inteligencia emocional*. (41ª ed.). México: Vergara, p. 140-237

Goleman Daniel (2013), *The Brain and Emotional Intellingence: New Insights*, México, Vergara, p. 5-28

Gómez Jiménez, A. (2002). *Reseña de "El Sociograma. Estudio de las relaciones informales en las organizaciones"* de Rodríguez Pérez, A., y Morera, D. (coord.) *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, (1)18, 111-114.

Hernández R. & Fernández, B. L. (2010). *Metodología de la investigación*. (5ª ed.). México, D.F.: McGRAW-HILL / Interamericana, p. 276-296.

Roger, I (2013). *Educación emocional de la escuela. Tomo 3. Actividades para el aula, dirigidas a niños de 8 a 9 años*. (1ª ed.). México, D.F.: Alfomega, p. 23-62.

SEP (2011). *Plan de Estudios de Educación Básica. Perfil de Egreso*. México: SEP., p. 40-53.

SEP (2011). Programa de Estudios. Educación Básica Primaria. Tercer grado. México: SEP. P. 29-141.

Rojas R. (2011), *Guía para realizar investigaciones sociales*, (9ª a 36ª ed.). México, D.F. Plaza y Valdés. P. 73.

Shapiro, Lawrence (2006), *La inteligencia emocional de los niños*, (2ª ed.). Barcelona: Bailén, p. 74-297.

Latorre, A. (2005), *La investigación acción conocer y cambiar la práctica educativa*, (1ª ed.). Barcelona: GRAÓ, p. 35-82.

Moreno, J. (2013). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos para las niñas y los niños de México*, (3ª ed.). México, p. 27.

Muñiz, J. (2010). Las teorías de los tests: teoría clásica y teoría de respuesta a los ítems. *Papeles del Psicólogo, Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos Madrid, España*. (1)31, 57-66.

Velazco, M y Mosquera. (2012). *Estrategias didácticas para el aprendizaje Colaborativo*, PAIEP. Recuperado de http://acreditacion.udistrital.edu.co/flexibilidad/estrategias_didacticas_aprendizaje_colaborativo.pdf

Anexos

Imágenes

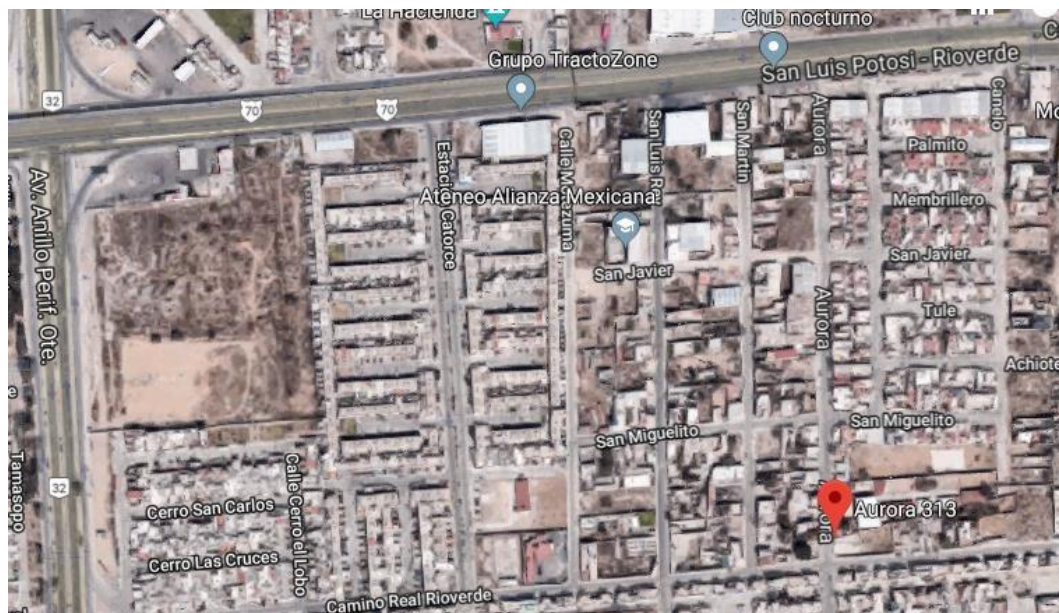


Imagen 1. Ubicación geográfica de la escuela, Fuente: Google

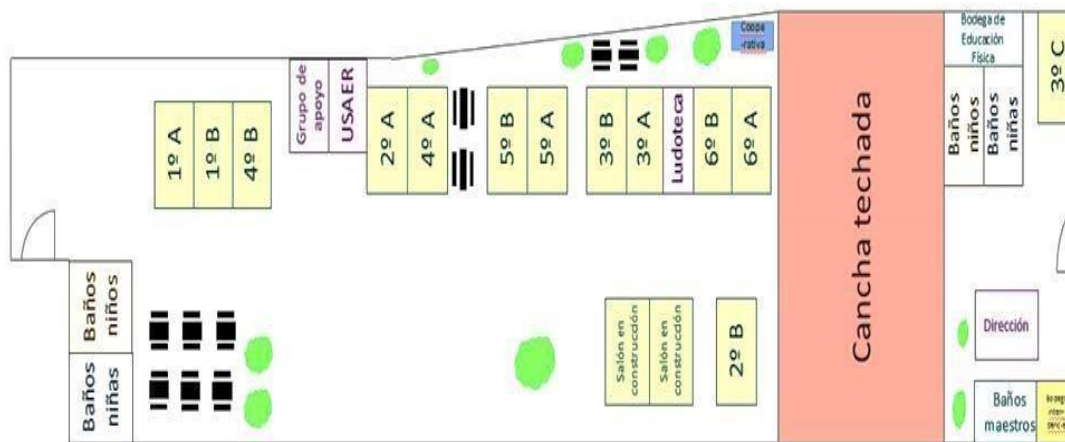


Imagen 2. Croquis elaborado por la sustentante



Imagen 3. Acomodo del espacio para realizar la actividad ¿Cómo están?



Imagen 4. Alumnos realizando la primera actividad de la estrategia ¿cómo están?



Imagen 5. Alumnos escogiendo la primera imagen a dramatizar

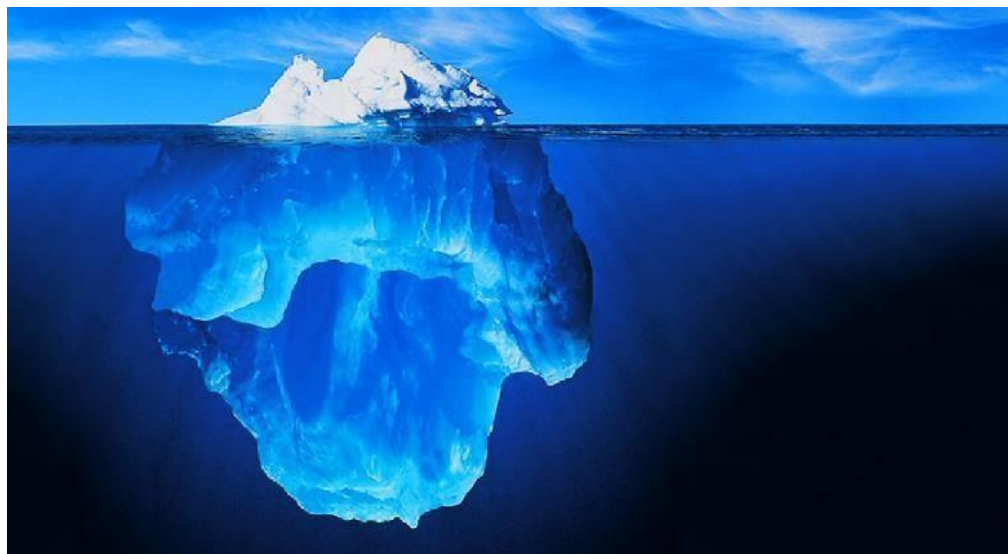


Imagen 6. Iceberg

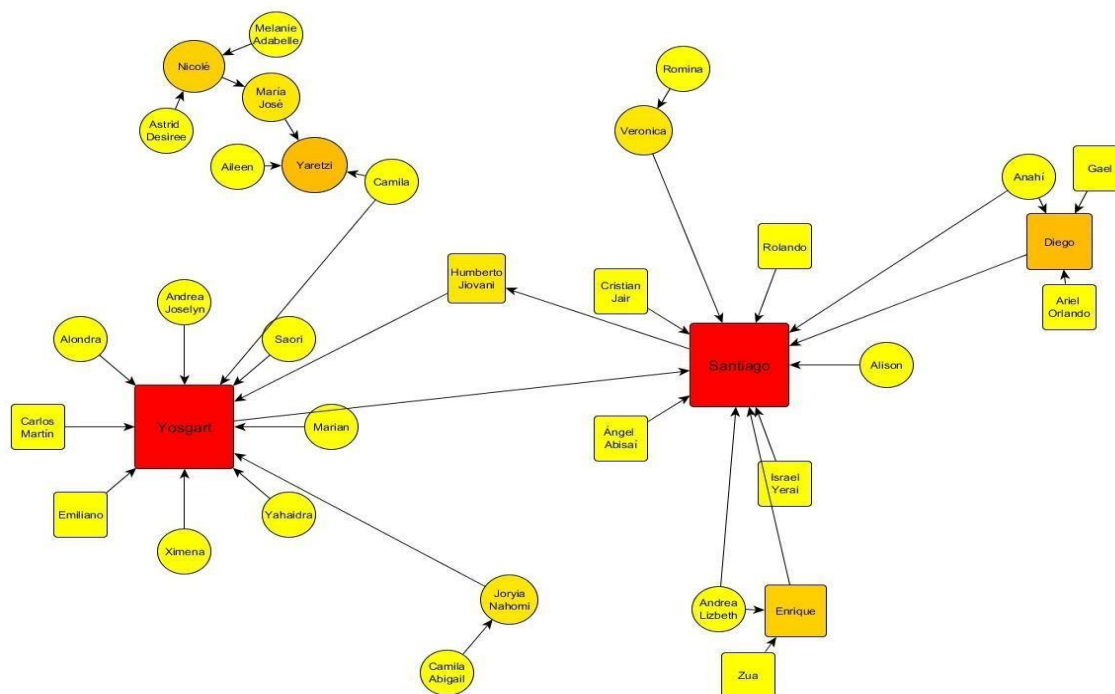


Imagen 7. Alumnas respondiendo la actividad

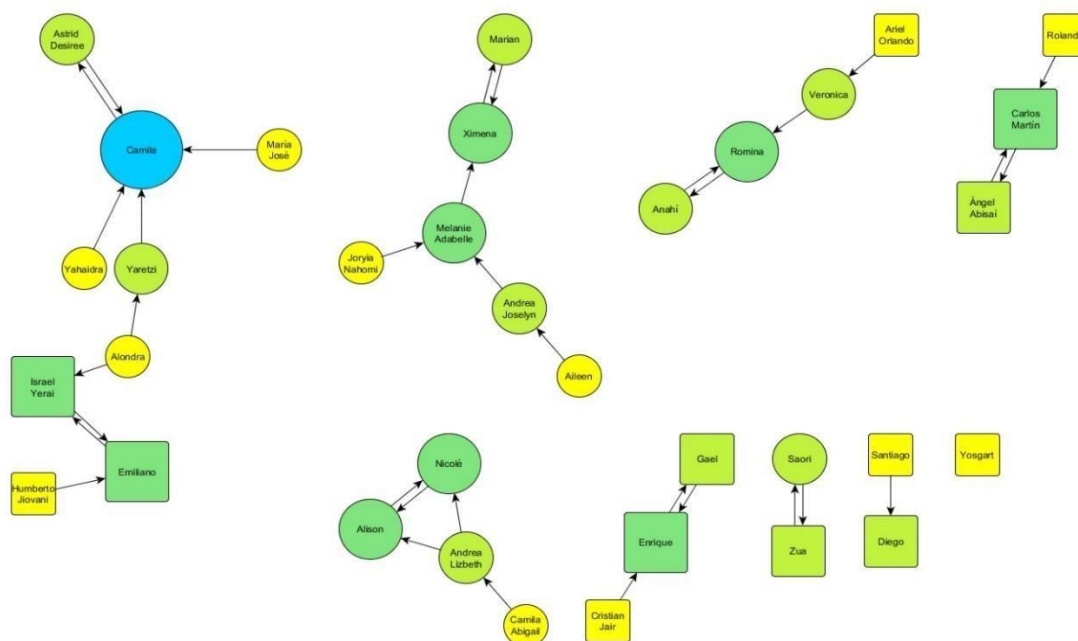
Anexo A. Sociograma

		ELEGIDOS																																			
ELECTORES		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34		
		YAHADRA	MARIAN	ZUA	AIDAH	SABRI	GABRI	CAMILA	JOCELYN	JORITIA	ALONDRA	ROLANDO	LIZBETH	MARTIN	VERONICA	JAIH	ADABELLE	ASTRID	ARIEL	ANGEL	RODINA	HUMBERTO	YERA	SANTIAGO	MA. JOSE	ALEEN	EMILIANO	ENRIQUE	NICOLE	ALISON	YARETZI	YOSGART	CAMILA	DIEGO	VIMENA		
1	YAHADRA ABIGAIL						0																														
2	MARIAN ELIZABETH																																				0
3	ZUA DANIEL					0																															
4	AIDAH ESTEFANIA																				0																
5	MARLENE SABRI			0																																	
6	GABRI GOMANNY																												0								
7	CAMILA																	0																			
8	ANDREA JOCELYN																	0																			
9	JORITIA NAHOMI																	0																			
10	ALONDRA LIZETH													0									0								0						
11	ROLANDO EMILIANUEL												0																								
12	ANDREA LIZETH																													0		0					
13	CARLOS MARTIN																			0																	
14	VERONICA																				0																
15	CRISTIAN JAIH																					0															
16	MELANYE ADABELLE																												0								
17	ASTRID DESPREE						0																														0
18	DANIEL ORLANDO																0																				
19	ANGEL ARIEL												0																								
20	ROMANA NAZARET				0																																
21	HUMBERTO JOVIANI																																				
22	ISRAEL VERA																																				
23	JOSE SANTIAGO																																				
24	MARIA JOSE						0																														
25	MELANYE ALEEN							0																													
26	CARLOS EMILIANO																																				
27	FERNANDO ENRIQUE					0																															
28	NICOLE ARISETH																														0						
29	ALISON ALEJOS																															0					
30	YARETZITEL																																				
31	YOSGART EMILIANO																																				
32	CAMILA ARIEL																																				
33	DIEGO ISSAC																																				
34	ROMANA JOCELYN																																				
LIDERES			1	1	1	1	3	1	1					1	2			3	1	1	2	1					2	2	2	2	1						
RECHAZO									1							1						1	12	1				2	2		3	12			3		

Anexo B. Sociograma de rechazos



Anexo C. Sociograma de elecciones



Anexo D. Test TMMS-24



SECRETARÍA
DE EDUCACIÓN
DEL GOBIERNO DEL ESTADO

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"
CLAVE: 24DPROO28M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR:
XXIII, DOM: CALLE AURORA S/N
MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ



Conociendo mis sentimientos y emociones

Lee atentamente cada una de las frases que se te presentan y marca con una **X** la que se asemeje más a tu experiencia o a lo que tú sientes.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas ni malas. Por favor trata de ser lo más honesto posible al responder.



1.	Presto mucha atención a mis sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
22.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
23.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5



Anexo E. Diapositivas de la estrategia didáctica ¿Qué les pasa?



1



2



3



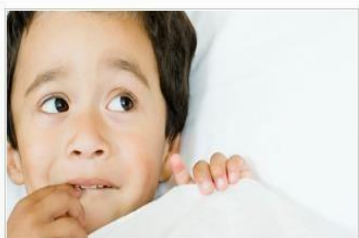
4



5



6



7



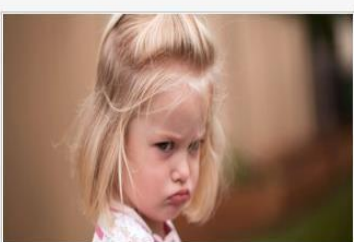
8



9



10



11



12

Anexo F. Hoja de trabajo ¿Qué les pasa?



Secretaría
de Educación
del Gobierno del Estado

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"
 CLAVE: 24DPROO28M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII,
 DOM: CALLE AURORA S/N
 MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ




Fecha: _____

¿Qué les pasa?

Consigna: observa las siguientes personas y de acuerdo a lo que expresan encierra una de las dos emociones que aparecen escrita abajo de cada una.

 Tristeza Miedo	 Alegría Tristeza	 Ira Miedo
 Desagrado Alegría	 Ira Desagrado	 Miedo Tristeza
 Ira Miedo	 Desagrado Alegría	 Tristeza Miedo
 Miedo Desagrado	 Alegría Tristeza	 Ira Alegría

Anexo G. Rubrica de evaluación de la actividad ¿Cómo están?

		IMAGEN											
Nº	ALUMNO	1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12	
1	Yahaidra Abigail												
2	Marian Elizabeth												
3	Zua Daniel												
4	Anahí Estefanía												
5	Marlene Sahori												
6	Geal Giovanny												
7	Camila												
8	Andrea Joselyn												
9	Joryia Nahomi												
10	Alondra Lizeth												
11	Rolando Emanuel												
12	Andrea Lizbeth												
13	Carlos Marín												
14	Verónica												
15	Cristian Jair												
16	Melanie Adabelle												
17	Astrid Desiree												
18	Ariel Orlando												
19	Angel Abisai												
20	Romina Nazatet												
21	Humberto Jiovani												
22	Israel Yeraí												
23	José Santiago												
24	María José												
25	Melanye Aileen												
26	Carlos Emiliano												
27	Fernando Enrique												
28	Nicole Arisbeth												
29	Alison Aleydis												
30	Yaretzi Itzel												
31	Yosgart Emmanuel												
32	Camila Abigail												
33	Diego Issac												
34	Ximena Joselyn												

Anexo H . Hoja de trabajo ¿Cómo están?



Secretaría
de Educación
del Gobierno del Estado

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"
CLAVE: 24DPROO28M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII,
DOM: CALLE AURORA S/N
MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ



¿Cómo están?

Consigna: observa las imágenes y escribe a un costado de cada una cómo es que notas que cada persona esta triste, con miedo, alegre, con ira o con desagrado.











Anexo J Rubrica de evaluación.

Actividad: hoja de trabajo ¿cómo están?

Aprendizaje esperando: Expresa sus emociones sin violencia y respeta las expresiones de sentimientos, ideas y necesidades de otras personas

No. de lista	Alumno	Muy bueno	Bueno	Regular	No aplica
		Identifica mas de dos rasgos físicos en otras personas que caracterizan una emoción y comenta a su criterio posibles motivos de la emoción.	Identifica dos rasgos físicos a los que atribuye la expresión de una emoción.	Identifica someramente una emoción atribuyéndole una mínima cantidad de rasgos físicos.	No identifica ningún rasgo.
1	Yehaidra	0			0
2	Marian		0		
3	Zua				0
4	Anahí	0			
5	Marlene		0		
6	Gael				
7	Camila	0			
8	Andrea J.	0			
9	Joryia			0	
10	Alondra			0	
11	Rolando			0	
12	Andrea L.		0		
13	Carlos		0		
14	Verónica	0			
15	Cristian		0		
16	Melanie		0		
17	Astrid	0			
18	Ariel			0	
19	Angel	0			
20	Romina		0		
21	Humberto			0	
22	Israel Yeraí		0		
23	Santiago				0
24	Mari José	0			
25	Melanye		0		
26	Carlos E.			0	
27	Fernando		0		
28	Nicole	0			
29	Alison	0			
30	Yaretzi		0		
31	Yosgart		0		
32	Camila A.	0			
33	Diego			0	
34	Ximena		0		

Anexo K. Hoja de trabajo *el iceberg de nuestros sentimientos*.

	ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA" CLAVE: 24DPRO028M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII, DOM: CALLE AURORA S/N MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITLGPE COBOS SÁNCHEZ		
El iceberg de nuestros sentimientos El i			
	¿Qué se ve por fuera?	¿Qué se siente por dentro?	
Cuando estoy alegre			
Cuando estoy triste o con ira			

Anexo L. Rubrica de evaluación de la hoja de trabajo *el iceberg de nuestros sentimientos*

No. de lista	Alumno	Muy bueno	Bueno	Regular	No aplica
		Reconoce en él o ella más de dos rasgos físicos que le provoca una emoción, reflexiona y es consciente de sus sentimientos y a su vez explica la situación que le produjo dichas emociones.	Reconoce en él o ella más de dos rasgos físicos que le provoca una emoción, reflexiona y es consciente de sus sentimientos	Reconoce en él o ella solo dos rasgos físicos que le provoca una emoción, reflexiona sobre sus sentimientos.	No identifica ningún rasgo pero explica la situación que le produjo dichas emociones.
1	Yahaidra		X		
2	Marian	X			
3	Zua			X	
4	Anahí	X			
5	Marlene	X			
6	Gael	X			
7	Camila	X			
8	Andrea J.		X		
9	Joryia			X	
10	Alondra	X			
11	Rolando		X		
12	Andrea L.		X		
13	Carlos	X			
14	Verónica			X	
15	Cristian			X	
16	Melanie	X			
17	Astrid	X			
18	Ariel			X	
19	Angel	X			
20	Romina	X			
21	Humberto		X		
22	Israel Yeraí	X			
23	Santiago		X		
24	Mari José	X			
25	Melanye		X		
26	Carlos E.		X		
27	Fernando		X		
28	Nicole	X			
29	Alison		X		
30	Yaretzi		X		
31	Yosgart	X			
32	Camila A.			X	
33	Diego			X	
34	Ximena	X			

Anexo M. Hoja de trabajo ¿Qué les pasa? contestada por una alumna.



SECRETARÍA
DE EDUCACIÓN
DE COAHUILA DE ZARAGOZA

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"

CLAVE: 24DPROO28M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII,

DOM: CALLE AURORA S/N

MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ




Fecha: 7/11/2018

¿Qué les pasa?

Consigna: observa las siguientes personas y de acuerdo a lo que expresan encierra una de las dos emociones que aparecen escrita abajo de cada una.

		
<u>Tristeza</u> Miedo	<u>Alegría</u> Tristeza	Ira <u>Miedo</u>
		
Desagrado <u>Alegría</u>	Ira <u>Desagrado</u>	Miedo <u>Tristeza</u>
		
<u>Ira</u> Miedo	<u>Desagrado</u> Alegría	Tristeza <u>Miedo</u>
		
Miedo <u>Desagrado</u>	Alegría <u>Tristeza</u>	Ira <u>Alegría</u>

Astrid

Anexo N. Hoja de trabajo ¿Qué les pasa? realizada por un alumno.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
GOBIERNO DEL ESTADO

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"

CLAVE: 24DPRO028M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII,

DOM: CALLE AURORA S/N

MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ




Fecha: 1/10/2018

¿Qué les pasa?

Consigna: observa las siguientes personas y de acuerdo a lo que expresan encierra una de las dos emociones que aparecen escrita abajo de cada una.

		
<u>Tristeza</u> Miedo	<u>Alegría</u> Tristeza	Ira <u>Miedo</u>
		
Desagrado <u>Alegría</u>	Ira <u>Desagrado</u>	Miedo <u>Tristeza</u>
		
<u>Ira</u> Miedo	<u>Desagrado</u> Alegría	Tristeza <u>Miedo</u>
		
<u>Miedo</u> Desagrado	Alegría <u>Tristeza</u>	Ira <u>Alegría</u>

Kartzi Itzel Rivera Zapata

Anexo Ñ. Hoja de trabajo ¿Cómo están? de una alumna que identifica más de dos rasgos físicos en otras personas que caracterizan una emoción y comenta a su criterio posibles motivos de la emoción.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"

CLAVE: 24DPRO028M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII,

DOM: CALLE AURORA S/N

MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ




¿Cómo están?

Consigna: observa las imágenes y escribe a un costado de cada una cómo es que notas que cada persona esta triste, con miedo, alegría, con ira o con desagrado.



Por sus lagrimas y sus
por sus ojos y que se
y por su nariz y por
pudo haber sido que
se le peio su hijo o la secuestro



Porque sus lagrimas
que son bien porque se
abrazan y pudo haber sido
que los han a llevar
de viaje o que cubrio
años



por su nariz arrugado
por sus ojos chiquitos
por su boca frunci
pudo haber sido que
le diaro a su que no
le gusta



por su nariz arrugado
su ojos chiquitos porque
no su boca pudo haber
sido que le pejaron



Porque esta gritando
y su ojos becio
pudo haber sido que
bio a lo

Anexo O. Hoja de trabajo ¿Cómo están? de un alumno que Identifica someramente una emoción atribuyéndole una mínima cantidad de rasgos físicos.



Secretaría
de Educación
de Coahuila de Zaragoza

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"

CLAVE: 24DPRO028M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII,

DOM: CALLE AURORA S/N

MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ




¿Cómo están?

Consigna: observa las imágenes y escribe a un costado de cada una cómo es que notas que cada persona esta triste, con miedo, alegría, con ira o con desagrado.

	Por sus rasgos de tristeza y su mirada triste
	Por sus sonrisas y su alegría
	Por su mirada y su expresión de desagrado
	Por su mirada y su expresión de miedo
	Por su mirada y su expresión de ira

Anexo P. Cuestionario previo para realizar el sociograma.



TÉCNICA DE SOCIOGRAMA

No. de lista

1



¿Con qué compañero o compañera de tu grupo te gusta más trabajar?

Camila

¿Cuáles son las razones por las cuales te agrada? ¿Cómo te sientes cuando trabajas con él o ella?

bien

¿Con quién de tus compañeros o compañeras no te gusta trabajar?

Xofigar

¿Cuáles son las razones de eso?

El d, se maldispone

se comporta mal

¿Cómo te sientes cuando trabajas con él o ella? ¿Qué emociones están presente cuando trabajas o estás con él o ella?

-Tristeza

-Enojo (ira)

-Desagrado (disgusto)

-Alegria

-Miedo (Angustia)

¿Con quién sientes que te llevas mejor de tus compañeros?

Camila, Saori, Xudm, Zud

¿Cuáles son las razones?

SR, Relajado, intelºg, Potos

¿Cómo te relacionas con él? ¿Qué emociones sientes cuando estas con él?

FELIS Penosa

Anexo Q. Hoja de trabajo el iceberg de nuestros sentimientos realizada por un alumno que Reconoce en él o ella más de dos rasgos físicos que le provoca una emoción, reflexiona y es consciente de sus sentimientos.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
DE COAHUILA DE ZARAGOZA

ESC. PRIM. MAT. "SAN LUIS DE LA PATRIA"

CLAVE: 24DPRO028M ZONA ESCOLAR: 158 SECTOR: XXIII,

DOM: CALLE AURORA S/N

MAESTRA EN FORMACIÓN: XOCHITL GPE. COBOS SÁNCHEZ




EL ICEBERG DE NUESTROS SENTIMIENTOS

	¿Que se ve por fuera?	¿Que se siente por dentro?
cuando estoy contento	¿Que se siente por fuera? Mucha emoción no puedo ver cuando me gusta el gusamito	Me gripo de sueño que tengo que ir al baño
cuando estoy triste enojado	miraba triste con lagrimas	un nudo en la garganta algo que me lastima