



CENTRO UNIVERSITARIO MAR DE CORTÉS  
CON RECONOCIMIENTO DE VALIDEZ OFICIAL DE ESTUDIOS DE LA  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
CLAVE: 25PSU00890

NOMBRE DE LA PONENCIA:  
ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS CON ENFOQUE HUMANISTA, PARA  
FORTALECER LA AUTORREGULACIÓN DE EMOCIONES EN ALUMNOS DE  
EDUCACIÓN PREESCOLAR.

MESA DE TRABAJO

PRESENTA

VIRGINIA MACÍAZ AYÓN

vi\_macias@hotmail.com

DIRECTOR DE TESIS

DRA. MARGARITA ALEMÁN VARGAS

CULIACÁN ROSALES, SINALOA, JUNIO DE 2021

## RESUMEN

Este es un Proyecto de intervención pedagógica, fue aplicado con un diagnóstico en el año 2019 en el Jardín de niños Pedro Carreón Zazueta, con 18 niños en tercer grado de educación preescolar, se diseñó e implementó una propuesta de intervención pedagógica con una serie de técnicas didácticas para trabajar la relajación, el juego, la sensibilización y verbalización de sus emociones, basadas en criterios pedagógicos para su selección y adaptación a través de situaciones didácticas, a través del enfoque humanista para fortalecer la autorregulación de emociones., en modalidad virtual, durante el segundo semestre del ciclo escolar 2020-2021.

Este proyecto está basado en las posturas de Daniel Goleman; Rafael Bisquerra; Carl Rogers, John Mayer y Peter Salovey, entre otros. Se sustenta en el enfoque de investigación, de corte cualitativo, y se trabaja con el método de investigación acción desde la perspectiva de Kurt Lewis, John Elliot y Donald Schön. En ésta tesis se conjuntó con la teoría de Carls Rogers; retomando el ambiente cálido, clima propicio, adecuado, empatía, agradable, autentico y de aceptación en cada clase y de la teoría Vigostkiana, se retoma la mediación social; finalmente se trabaja con la dimensión pedagógica de la autorregulación, con el fin de potencializar el desarrollo integral del grupo de tercero "C".

## INTRODUCCIÓN

Este trabajo de intervención se aplica durante el ciclo escolar 2019-2020, y 2020-2021, partiendo de una evaluación inicial en un grupo de tercer grado de educación preescolar, con un total de 18 sujetos, cuyas edades fluctúan entre los 5 y 6 años., el cual se aplicó de manera virtual

El objetivo general es proponer estrategias didácticas con enfoque humanista, para fortalecer la autorregulación emocional en alumnos de tercer grado de educación preescolar, a través de una propuesta de intervención pedagógica con base en los resultados de un diagnóstico pedagógico, en la modalidad presencial.

El reporte de este trabajo consta de cuatro capítulos, que se describen a continuación:

En el capítulo primero, se aborda el planteamiento del problema, el segundo capítulo, contiene el marco teórico en donde se exponen los fundamentos teóricos y donde se aborda la postura de Daniel Goleman; Rafael Bisquerra; Carl Rogers, John Mayer y Peter Salovey, entre otros. En el tercer capítulo, se sustenta el enfoque de investigación, de corte cualitativo, y se trabaja con el método de investigación acción desde la perspectiva de Kurt Lewis, John Elliot y Donald Schön. En el cuarto capítulo de este documento se presenta el análisis de los resultados de la aplicación del proyecto de intervención pedagógica, además de las conclusiones, los anexos que incluyen diversos materiales como evidencia de la práctica realizada en la modalidad virtual, y finalmente se expone la bibliografía consultada.

### **DESARROLLO:**

En el mes de febrero del año 2020, se realizó la etapa de exploración a través de observaciones de la realidad cotidiana en el jardín de niños Pedro Carreón Zazueta. Esta primera fase de exploración se realizó con 6 grupos. Tres de segundo grado y tres de tercer grado. Se registró una serie de necesidades de fortalecimiento a varios temas de investigación, el cual se realizó manera presencial.

Se observó la diversidad de emociones y comportamientos acelerados en los niños de edad preescolar, así como en el ambiente de aprendizaje una relación entre las emociones del niño preescolar y su comportamiento. De las siguientes emociones (ira, tristeza, temor, placer, amor, sorpresa, disgusto y vergüenza) se encontró una recurrente en seis grupos. Esta fue la emoción del temor.

Se registró que la emoción del temor es una emoción expresada de manera descontrolada. Mientras pasaron a exponer sobre el tema de la familia, la mayoría de los niños; entre ellos decían “no hice la tarea”, “la Maestra me va a cortar el

listón”, otros se escondían debajo de la mesa para que la educadora no los pasara a participar frente a sus compañeros, unos más se comían las uñas, y decían, Maestra yo no hice la tarea, ¿A qué hora va a venir mi mamá por mí? Se observó como una niña dijo “Yo no quiero pasar a decir nada sobre mi familia, Otros más dijeron, yo no voy a pasar a decir nada allá al frente de todos, y mostraban la cara de preocupación.

La autora del presente proyecto realizó una encuesta a las educadoras del jardín de niños, haciendo referencia a lo que se había explorado y observado: sólo dos preguntas: 1) ¿Qué emociones te ayudan para que los alumnos logren los aprendizajes esperados? y ¿Cuáles interfieren? Los resultados de la encuesta a las educadoras se presentan en la siguiente tabla:

1) ¿Qué emociones le ayudan para que los alumnos logren los aprendizajes esperados? Los resultados son los siguientes				
Amor	Alegría	Sorpresa	Felicidad	Empatía
Amor	Alegría	Sorpresa		
Amor	Alegría	Sorpresa		
Amor				
Total 4	Total 3	Total 3	Total 1	Total 1
2) ¿Cuáles interfieren?				
Temor	Tristeza	Ira	Vergüenza	Disgusto
Temor	Tristeza	Ira		
Temor	Tristeza			
Temor				
Temor				
Total 5	Total 3	Total 2	Total 1	Total 1

En respuesta a la pregunta ¿Qué emociones le ayudan para que los alumnos logren los aprendizajes esperados? Sobresale la emoción del amor, que ayuda para que los alumnos logren los aprendizajes esperados. ¿En cuáles interfieren?

Sobresale la emoción: el temor. Por ello, se trabaja una propuesta de intervención sobre la autorregulación de emociones en el niño preescolar, además de que coincide con la observación realizada.

El objetivo general de este proyecto es fortalecer la autorregulación emocional en alumnos de tercer grado de educación preescolar, a través de técnicas y estrategias didácticas con enfoque humanista.

Los objetivos específicos son explorar las emociones manifestadas por el niño preescolar durante su proceso académico, explicar los factores que intervienen en la autorregulación de emociones en niños de tercer grado de educación preescolar, describir cómo el niño y la educadora perciben el desarrollo emocional, afectivo y moral en tercer grado de educación preescolar, analizar las características, técnicas, estrategias o modelos para la autorregulación de emociones en el niño preescolar desde un enfoque humanista, y fortalecer la pertinencia de los resultados de la aplicación de la intervención pedagógica en relación con la autorregulación de emociones, bajo un enfoque humanista.

En cuanto a los antecedentes encontrados a nivel internacional, nacional y local, se registró que hay investigaciones de tipo cuasi experimental, grupos control y experimental, Utilizan la técnica de la observación, pruebas piloto. El enfoque que utilizan es cualitativo y cuantitativo. La etnografía, estudio de caso y la investigación acción son los métodos que utilizan. Se encontró antecedentes en los tres niveles que hablan de la autorregulación de emociones en niños de nivel preescolar, sin embargo, no se encontró al momento ninguna tesis que retome el enfoque humanista, y que hayan realizado una propuesta de intervención desde ese enfoque.

Otros autores que fortalecen este marco teórico es la perspectiva de Salovey y Mayer cuando nos invitan a percibir las emociones: ¿Qué siento? ¿Cómo me siento? Además, es entender las emociones, saber nombrarlas, conocer sus causas y consecuencias: ¿Por qué me siento así? : ¿Cómo afectan o benefician las emociones, el pensamiento, el aprendizaje y la toma de decisiones? y ver la

autorregulación emocional: ¿Cómo transformo un estado emocional aflictivo? Ante un estado aflictivo, ¿Cómo me detengo antes de actuar?

En esta propuesta da a conocer las aportaciones de Goleman por ser el modelo que nos permite conocer las propias emociones, manejar las emociones, motivarse a sí mismo, reconocer las emociones de los demás, establecer relaciones en el diseño de la alternativa de intervención, siempre en un ambiente cálido, y generando climas propicios, adecuados, auténticos y de aceptación, entre otros

Rafael Bisquerra explica que las emociones se pueden utilizar para explicar cómo nos sentimos y se clasifican, en dos categorías: positivas y negativas.

Respuesta Emocional en el Tiempo



Bisquerra, R. (2000)

El presente proyecto, se inicia a principios del mes de febrero del año 2020, con un diagnóstico pedagógico de manera presencial. A raíz de que llega la pandemia en el mes de marzo de 2020 a nuestro país, y que las autoridades del sistema educativo deciden suspender las clases presenciales, y hacer uso de la modalidad virtual, a través del uso de las tics, para tomar o dar clases en línea.

El presente método de investigación de corte cualitativo, se caracteriza por ser humanista, desde la investigación-acción en esta propuesta se estudia desde la relación individual y social, Como menciona Elliot (1994) “Transformar la realidad, es decir, se centra deliberadamente en el cambio educativo y la transformación social, se orienta hacia la resolución de problemas mediante un proceso cíclico que va desde la "actividad reflexiva" a la "actividad transformadora”. ... desarrolla desde la propia práctica un conocimiento que mejora la intervención educativa. (p 64).Es decir, transformar la práctica educativa con los alumnos de tercer grado.

Se diseña e implementa una propuesta de intervención pedagógica con una serie de técnicas didácticas para trabajar la relajación, el juego, la sensibilización y verbalización de sus emociones, basadas en criterios pedagógicos para su selección y adaptación a través de situaciones didácticas la sobre la autorregulación de emociones: 1) técnica de inhalar –exhalar y sonríe 2) técnica del globo, 3) técnica la silla, 4) técnica las burbujas, 5) técnica el rasgado de papel, 6) técnica el espejo, 7) técnica el semáforo, 8) técnica el globo preguntón, 9) técnica cuenta hasta 5, 10) técnica el cubito de hielo, 11) técnica la tortuga, 12) técnica el pastel, 13) técnica la botella de la calma y las siguientes estrategias didácticas: 1 Emocionómetro, 2. Estrategia didáctica carta de san Valentín, 3,estrategia didáctica ruleta de las emociones, 4. Estrategia didáctica Memorama de las emociones, 5. Estrategia didáctica Emocionanzas, 6. Estrategia didáctica el cuento: el castillo de las emociones-cuento cuando tengo miedo, el monstruo de las emociones, 7 estrategia didáctica Obra de teatro las emociones, estrategia didáctica 8} Emociomimicas, 9, estrategia didáctica la historia de mimo y las emociones y por último la estrategia didáctica las emociones de Nacho.

En este trabajo de tesis se conjuntó la teoría de Carls Rogers y la teoría Vigostkiana, esta última; como agentes sociales que interiorizan el control externo ejercido por los padres de familia, por ser los modelos de los hijos e hijas, que ejercen una influencia directa y aprenden a regularse a través de la mediación social, es decir, lo que el adulto dice el niño aprende a autorregular su

comportamiento, diciéndose esas palabras a sí mismo. Esta teoría toma como modelo a los padres de familia y a los profesores para que el niño preescolar aprenda a regular sus emociones, a través de la mediación social. Por esta razón el rol del docente es de mediador, desde el punto de vista subyacente pero desde el desarrollo humano se retoman aportaciones de Carl Rogers, (1902-1989) cuando reflexiona que el valor más grande de este enfoque humanista reside en la necesidad que tiene cada ser humano de un ambiente cálido, clima propicio y adecuado, autentico, aceptación e incluso de aquí nacen resistencias al mismo, ya que se trata de un enfoque de vida, de modo de ser, de liderazgo centrado en el grupo Carl Rogers (1980) habla sobre las tres actitudes básicas. La primera es la autenticidad, la cual consiste en que cada persona debe de “Ser, lo que es”. Es decir, no usar mascararas con sentimientos y experiencias y que esté dispuesto a comunicar esos sentimientos cuando sea necesario, con vista a ser auténtica y real. Carls Rogers hace énfasis en que una persona con una actitud congruente suele ser una persona sana. Ya que se muestra como es, independientemente del lugar.

La segunda actitud es la aceptación incondicional, esto es, aceptar a la persona y sus conductas, generando un clima de seguridad, aceptar a algunas personas, compartir sus sentimientos y experiencias, esto se puede explicar simple pero no lo es. La tercera y última actitud es la empatía, vista esta como la capacidad que se tiene para comprender la experiencia única de la otra persona, como ejemplo se cita el siguiente: “estar dentro de los zapatos de alguien” y comunicar algo de esta comprensión, de modo que éste pueda explorar con mayor precisión sus experiencias y clarificar sus sentimientos más profundos.

### **CONCLUSIONES PRELIMINARES**

El desarrollo de una propuesta de intervención pedagógica sin duda una de las condicionantes es el de conocer la realidad que se pretende modificar, por ello de la necesidad de contar con un buen diagnóstico para conocer el qué y el cómo de la intervención.



Lo que aquí se trabajó fue una propuesta de intervención basada en estrategias didácticas con enfoque humanista, para fortalecer la autorregulación emocional en alumnos de tercer grado de educación preescolar, en la modalidad virtual.

Se corroboró lo ya señalado desde el inicio de la intervención, y la reestructuración de la propuesta, que con la aplicación de técnicas didácticas y estrategias didácticas se fortalece la autorregulación emocional en alumnos de tercer grado de educación preescolar,

Su pudo observar que las emociones manifestadas por el niño preescolar durante su proceso académico son la alegría, la felicidad, el amor, la tristeza, el enojo, la ira, el coraje, la vergüenza entre otras, y además lograron reconocer sus emociones y cómo solucionarlas cuando alguna emoción los perturba., y que los factores que intervienen en la autorregulación de emociones son la escucha atenta, el cariño, el respeto, el amor, la paciencia y el dar espacios para expresar sus emociones, ya que como escribe Goleman “Todas las emociones son válidas, mientras se expresan con respeto.” Y sobre todo que el niño preescolar cuente con el apoyo de sus padres de familia, y Maestros.

Si se fortaleció la autorregulación de emociones, bajo el enfoque humanista con la aplicación de las técnicas didácticas y estrategias didácticas, ya que se vivió un ambiente afectivo, de mucho respeto, donde cada niño podía expresar cómo se sentía, además los niños se sentían en confianza, y con apoyo de los padres de familia y la docente, pues no había tareas, exposiciones, trabajos, estrés, regaño, sino que se disfrutó cada de las sesiones.

La propuesta de aplicación con base en la reflexión de lo que específicamente aconteció en la clase virtual, se realizaron los diarios de trabajo, donde se analizó la práctica educativa, y se reflexionó sobre el trabajo realizado. con el propósito de lograr mejores resultados en el aprendizaje, fueron elementos retomados sobre Donald A. Schön, así como lo fueron las constantes reflexiones antes, durante y

después de la práctica para ver si lo que se estaba trabajando era lo adecuado tanto en contenidos como en metodología, y se logró video grabar todas las sesiones, material que sirvió mucho para mejorar la práctica docente propia, al reflexionar de la modulación de voz, las emociones, las participaciones, entre otros.

Se confirma que la autorregulación se adquiere cuando el alumno reflexiona sobre su propia forma de actuación y la modifica para obtener mejores resultados como seres humanos para acatar acuerdos, reglas, comportamientos y que el niño preescolar aprendió a comportarse de una manera más adecuada ante las personas, permitiendo pensar antes de actuar, y las consecuencias se le presentaron de manera justa y lógica, no impuestas por los padres de familia, se registró que el alumno, alumna reconoció sus propias emociones, es decir a expresar y ponerle nombre.

Las técnicas didácticas y estrategias aplicadas fueron eficaces y ayudaron a los alumnos y alumnas a autorregular sus emociones en el contexto educativo y social., en tanto que los padres de familia han comentado que les ha ayudado a autorregular sus emociones ante situaciones

## BIBLIOGRAFÍA

BISQUERRA, Alzina Rafael (2000). *Educación emocional y bienestar*. Barcelona, España: Editorial Praxis.

BISQUERRA Alzina, Rafael. (Coord.). (2010). *La educación emocional en la práctica*. Barcelona: Horsori-ICE

GOLEMAN, Daniel. (1995) Basado en la definición de *Emotional Intelligence* (inteligencia emocional) de Daniel Goleman (1995)

ELLIOT, John. (1994). *La investigación-acción en educación*. Madrid: Morata.

ALVAREZ- GAYOU Jurgenson Juan Luis (2003) *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. Editorial Paidós Educador. México D, F.

BANDURA, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.

GOLEMAN, Daniel. (1995) Basado en la definición de *Emotional Intelligence* (inteligencia emocional) de Daniel Goleman (1995)

HERNÁNDEZ, Sampieri Roberto. *Metodología de la investigación* (6ta. Edición) México, D.F. Editorial: Mc Graw Hill.

HORTAL, Augusto (2000), "Docencia", en Adela Cortina y Jesús Conill (coords.), *10 palabras clave en la ética de las profesiones*.

JOSEP Ma. Puig Miguel Martínez (1989) *Educación Moral y Democracia*. Editorial Laertes. Barcelona. 237p.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA. (2017) Programa de Estudio. Aprendizaje Clave. México. D.F.

MAYER y SALOVEY (1997) *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones*

ROGERS, Carl (1989) *El proceso de convertirse en persona*. Editorial Paidós, Barcelona.

PIAGET, J. (1926). *Language and thought of the child*. London and New York: Routledge y Kegan Paul.