

**PAPEL DEL DOCENTE EN EL DESARROLLO DEL AUTOCONTROL Y
REGULACIÓN DEL MIEDO EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE CUARTO GRADO**



PRESENTADO POR:

LAURA LISETH LÓPEZ MENDOZA

COD. 1006446242

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA DE LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL

2022

**PAPEL DEL DOCENTE EN EL DESARROLLO DEL AUTOCONTROL Y
REGULACIÓN DEL MIEDO EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE CUARTO GRADO**



PRESENTADO POR:

LAURA LISETH LÓPEZ MENDOZA

COD. 1006446242

**TRABAJO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADA EN
PEDAGOGÍA INFANTIL**

ASESOR

Mg. SONIA ELIZABETH ALZATE RIVERA

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA DE LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL

2022

ÍNDICE

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
1. Capítulo I: El problema	10
1.1. Planteamiento del problema	10
1.2. Formulación del problema	12
1.3. Objetivos	12
1.3.1. Objetivo general	12
1.3.2. Objetivos específicos	12
1.4. Justificación	13
1.5. Contexto	15
2. Capítulo II: Referentes teóricos	16
2.1. Antecedentes	16
2.1.1. Internacional	16
2.1.2. Nacional	18
2.1.3. Regional	20
2.2. Base teórica	22
2.2.1. Emociones	22
2.2.2. Autocontrol emocional	24
2.2.3. Regulación emocional	25
2.2.4. Papel del docente	26
2.3. Base curricular	28
2.3.1. Estándares	28
2.4. Base legal	28
2.4.1. Ley 115 de febrero 8 de 1994	28
2.4.2. Proyecto de ley 438 de 2021	29
2.4.3. Proyecto de ley 246 de 2019	30

2.5. Categorías de trabajo	31
3. Capítulo III: Referentes metodológicos	33
3.1. Enfoque de investigación	33
3.2. Método de investigación	33
3.3. Escenario y participantes	33
3.4. Técnicas e instrumentos	34
3.4.1. Observación	34
3.4.2. Entrevista	34
3.4.3. Guía de observación	35
3.4.4. Cuestionario	35
3.5. Validez y confiabilidad en el estudio	35
3.6. Fases del estudio y procedimiento para la ejecución de la investigación	36
3.6.1. La formulación	36
3.6.2. El diseño	36
3.6.3. La ejecución	36
3.6.4. El cierre	37
4. Capítulo IV: Resultados	38
4.1. Técnicas para el procesamiento y análisis de datos	38
4.2. Análisis e interpretación de resultados	38
4.3. Discusión de resultados	43
5. Capítulo V: Conclusiones y recomendaciones	45
5.1. Conclusiones	45
5.2. Recomendaciones	47
5.3. Prospectiva	49
Referencias	51
Anexos	55

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1: Categorías de trabajo	31
Cuadro 2: Categorías de técnicas de análisis	38
Cuadro 3: Cuadro de análisis guía de observación	39
Cuadro 4: Cuadro de análisis de cuestionario	41

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL

**PAPEL DEL DOCENTE EN EL DESARROLLO DEL AUTOCONTROL Y
REGULACIÓN DEL MIEDO EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE CUARTO GRADO**

Pamplona, 27 de mayo de 2022

Autor:

López Mendoza, Laura Liseth

Asesora:

Mg. Sonia Elizabet Alzate Rivera

RESÚMEN

Este trabajo de investigación partió de la importancia de contar con formación y desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en el aula, donde los docentes tengan la educación requerida para asumir el acompañamiento emocional de sus estudiantes. El objetivo general fue describir el rol que desempeña el docente frente al desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en niños de cuarto grado. Como objetivos específicos se encontró el reconocer los saberes que tiene el docente frente al autocontrol del miedo en los niños, identificar las actividades que el docente aplica frente al autocontrol y regulación del miedo, y determinar las dificultades que presenta el docente para el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños. El enfoque de investigación fue de tipo cualitativo, con un método de carácter descriptivo. Se implementó como técnicas de recolección de datos la observación y entrevista y como instrumentos se realizó la guía de observación y el cuestionario. Las fases con la que se llevó a cabo el proceso de investigación fueron: formulación, diseño, ejecución y cierre. Como informante se contó con un docente de grado cuarto dos (4° - 2). Como resultados se obtuvo que el docente no llevó a cabo un rol activo en el desarrollo emocional de sus estudiantes, pues presentó faltas de estrategias para el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo. Como conclusión, es necesario que el docente se capacite emocionalmente, para que desarrolle en los niños la regulación y autocontrol de sus emociones, principalmente el miedo.

Palabras claves: Autocontrol emocional, regulación emocional, emociones, miedo, educación emocional, papel docente.

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL

**TEACHER'S ROLE IN THE DEVELOPMENT OF SELF-CONTROL AND FEAR
REGULATION IN FOURTH GRADERS**

Pamplona, 27 de mayo de 2022

Autor:

López Mendoza, Laura Liseth

Asesora:

Mg. Sonia Elizabet Alzate Rivera

ABSTRACT

This research work was based on the importance of having training and development of self-control and fear regulation in the classroom, where teachers have the required education to assume the emotional accompaniment of their students. The general objective was to describe the role of the teacher in the development of self-control and fear regulation in fourth grade children. The specific objectives were to recognize the knowledge that the teacher has regarding the self-control of fear in children, to identify the activities that the teacher applies regarding self-control and fear regulation, and to determine the difficulties that the teacher presents for the development of self-control and fear regulation in children. The research approach was qualitative, with a descriptive method. Observation and interview were used as data collection techniques, and the observation guide and questionnaire were used as instruments. The phases with which the research process was carried out were: formulation, design, execution and closure. The informant was a teacher of fourth grade two (4° - 2). The results showed that teachers did not play an active role in the emotional development of their students, as they lacked strategies for the development of self-control and fear regulation. In conclusion, it is necessary for the teacher to be trained emotionally, so that he/she can develop in the children the regulation and self-control of their emotions, mainly fear.

Key words: Emotional self-control, emotional regulation, emotions, fear, emotional education, teaching role.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación da a conocer uno de los problemas que presentan niños y niñas durante su desarrollo educativo, como lo es la falta de autocontrol y regulación emocional. Es por esto que se buscó conocer los saberes con los que cuenta el docente para lograr intervenir de forma adecuada durante los procesos de formación personal, educativa y social de sus estudiantes. La investigación se desarrolló en la Institución Educativa Técnica Industrial Gustavo Jiménez Sede la Manga de Sogamoso (Boyacá), donde se tuvo como participante al docente de grado cuarto dos (4° - 2) durante un tiempo de cuatro días, con el fin de implementar algunos instrumentos para obtener toda aquella información de interés que permitiera dar paso a su análisis.

De igual forma, tiene como objetivo general describir el rol que desempeña el docente frente al desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños y niñas de cuarto grado de la Institución Educativa Técnica Industrial Gustavo Jiménez Sede la Manga, y también como objetivos específicos el reconocimiento de los saberes con los que el docente cuenta respecto a la educación emocional y el autocontrol del miedo de los niños y niñas del aula, identificar qué estrategias implementa el docente para lograr una regulación y autocontrol del miedo en sus estudiantes, y por último, establecer qué dificultades presenta el docente para alcanzar en los niños un buen desarrollo del autocontrol y regulación del miedo.

Esta investigación busca servir de ayuda a los docentes que presentan dificultades para manejar el miedo que presentan sus estudiantes, el temor a expresarse en público, a llevar a cabo una exposición de determinado tema sin sentirse presionados por estar frente a sus compañeros, a su vez, también permite que el docente adquiera seguridad de intervenir frente a su grado, ya que puede adquirir habilidades que le favorecen en su ámbito personal y profesional. Aquí se presenta un trabajo de investigación en donde el objeto de estudio fue un mismo docente, con fortalezas y dificultades, pero buscando mejorar y adquirir competencias emocionales para ayudar y acompañar a sus estudiantes.

Dentro de la metodología que se implementó, este trabajo tuvo un enfoque de tipo cualitativo con un diseño de trabajo de campo, ya que se buscó la interacción directa entre el investigador y el objeto de estudio, permitiendo extraer experiencias, actitudes, sentimientos y falencias que presente el docente y realizar una interpretación de estas; logrando la construcción

de conocimiento e información necesaria. Se implementó la observación y el cuestionario donde se formularon diferentes preguntas en relación a la perspectiva del docente y que este desarrolló según sus experiencias y necesidades. Esto se dio, con el fin de conocer las vivencias del docente y determinar sus conocimientos sobre el autocontrol y regulación del miedo en relación con sus actividades diarias.

La investigación contó con cuatro fases o etapas para su desarrollo; la planeación, en donde se estableció el tema a trabajar; el diseño, en donde se formuló el plan o proyecto a desarrollar; la ejecución, donde se implementó los instrumentos necesarios para adquirir datos y por último el cierre, que se conformó por los resultados, conclusiones y recomendaciones. A su vez, la investigación se constituyó por cinco capítulos: el problema, en donde se planteó el problema, sus objetivos, justificación y contexto; los referentes teóricos, que se conformó por antecedentes, base teórica, curricular y legal; referentes metodológicos, donde se encontró el enfoque y método de investigación, el escenario y los participantes y las técnicas e instrumentos; los resultados que abarcaron el análisis de los datos obtenidos; y las conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I. EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

El reconocimiento y la regulación de las emociones cuentan con un papel fundamental en las interacciones sociales y familiares, así como en el comportamiento y desarrollo dentro de todos los entornos que involucren a la persona. Uno de estos entornos es el educativo, donde tanto el maestro como los estudiantes experimentan distintas emociones como pueden ser: alegría, enojo, satisfacción, tristeza, miedo, confusión, vergüenza, etc. Con esto se entiende que la expresión de emociones es un proceso constante, en donde los niños y niñas liberan cierta carga emocional, dando a conocer su estado de ánimo, lo que les gusta o no, qué están viviendo internamente; en algunas ocasiones los niños se privan de expresar o liberar estos sentimientos y muchas veces se ven frustrados o bloqueados ante esto.

Así mismo, el rol del docente es parte fundamental dentro de la educación de niños, niñas y jóvenes, educación que debe estar centrada en la formación en valores, haciendo énfasis en las emociones como un factor importante en los procesos de relaciones interpersonales dentro o fuera del contexto educativo. El docente debe contar con una educación emocional que le permita ser guía para el estudiante, donde se trabaje en competencias como el conocimiento de sus propias emociones, la capacidad para saber expresar sus sentimientos de forma adecuada y el desarrollo del autocontrol. Los niños están en constante aprendizaje, pero muy ocasionalmente se les enseña cómo actuar ante alguna situación en donde sus sentimientos no sean positivos, es por esto que el docente debe saber cómo intervenir ante esto y más cuando es el maestro, la mano amiga del estudiante.

Para Pulido y Herrera (2017), los niños y niñas temen a situaciones muy variadas que, en parte, dependen de la edad, uno de los factores que influyen en la intensidad y el número de miedos. A medida que el sujeto se va desarrollando emocionalmente, descende su manifestación de miedo, algo que aparece en trabajos que lo consideran propio del proceso evolutivo del sujeto. El miedo es una de las principales emociones que vivencian nuestros niños, esta se caracteriza por la presencia de un sentimiento de frustración, en donde el niño siente que se encuentra en peligro o señalado por los demás.

Algunos de estos miedos son momentáneos o de poca duración y otros, pueden perdurar durante el crecimiento del niño, así mismo, pueden ser favorables en el aprendizaje y distinción de situaciones incómodas en las que los niños y niñas se verán involucrados a lo largo de su vida. La escuela es el segundo lugar en donde los niños pasan la mayor parte de su tiempo, permitiendo que desarrollen y vivencien todo tipo de experiencias, ya sean positivas o negativas. Estas últimas son las que se refieren a los temores escolares que presenta el estudiante durante su crecimiento.

El miedo al rechazo dentro del colegio es uno de los miedos más difíciles que presentan los niños, pero que afecta a muy pocos estudiantes. Los niños que se encuentren ligados emocionalmente a situaciones negativas, muy seguramente puedan inducir o crear en otros niños estas mismas emociones. Uno de los momentos más vividos por nuestros niños es cuando presentan el temor a expresarse frente a un público y la impresión que puedan generar en este. Muchos o la mayoría, no han desarrollado la capacidad de controlar sus emociones de miedo o temor y se pueden frustrar ante ello.

Es por esto que debe ser imprescindible la incorporación del profesorado dentro de la educación emocional de niños y niñas, ya que son ente clave en la formación y construcción de la identidad de los estudiantes. Los docentes deben contar con un conocimiento sobre las emociones y el cómo las desarrollan los niños, además de tener un portafolio de estrategias, actividades o técnicas para intervenir en situaciones en donde el niño se vea amenazado o bloqueado por la intensidad de alguna emoción, como el miedo que es el caso de este trabajo, y la forma en que tanto estudiante y docente, sepan controlarlo y regularlo.

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es el rol que desempeña el docente en el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en niños y niñas del grado cuarto?

1.3 Objetivos

1.3.1 General

Describir el rol que desempeña el docente frente al desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños y niñas de cuarto grado.

1.3.2 Específicos

- Reconocer los saberes que tiene el docente frente al autocontrol del miedo en los niños y niñas.
- Identificar las actividades o estrategias que el docente aplica frente a la regulación y autocontrol del miedo en sus estudiantes.
- Determinar las dificultades que presente el docente para el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños y niñas.

1.4 Justificación

La vivencia de emociones, ya sean positivas o negativas, tiene relación directa con el buen desarrollo de las relaciones interpersonales, lo que permite mejorar la convivencia social. Esto es una de las principales necesidades detectadas en la actualidad. Por eso, es necesario prestar completa atención e identificación de las emociones, la forma en que se manifiestan al no saberlas gestionar, ya que existe una relación directa entre estas emociones y la conducta agresiva, de la misma forma que se da entre las emociones bien reguladas y la cooperación. Estos estados emocionales se deben desarrollar a través de intervenciones que permitan la mejora de este tipo de competencias, ya que existe el riesgo de que se presenten signos patológicos.

La educación emocional debe ser uno de los principales objetivos que se busque incorporar en el proceso formativo de la básica primaria, trabajando desde la familia, la escuela y la comunidad. Por esto, en la presente investigación se relaciona la forma en que se promueve la educación emocional y la incidencia de la emoción del miedo en los niños y niñas; buscando generar un mayor autoconocimiento personal y aceptación de la frustración ante situaciones adversas que puedan darse en su vida.

Para Erickson (2021), el niño presenta una de sus etapas de desarrollo psicosocial más importante llamada laboriosidad vs inferioridad entre los 5 y 13 años de vida, y es en esta, en donde los niños comienzan a cambiar de forma gradual aquellos deseos por el juego para iniciar a ser más responsables en cuanto a tareas más complejas como las educativas. Se incrementa el interés por llevar a cabo diferentes actividades que traen consigo mucho más esfuerzo, dedicación, saberes y habilidades; con esto, también esperan que se les atribuya un mayor reconocimiento por el deber cumplido. Cabe resaltar que, sin importar la situación, tanto la escuela, la familia y la comunidad, desempeñan un papel fundamental para la estimulación asertiva de los niños y niñas.

Cuando el niño o niña presente alguna dificultad para cumplir con los retos que abarcan esta etapa, puede llegar a vivenciar sentimientos de miedo o tristeza, que le hagan sentir menos que sus compañeros o personas que le rodean. Es por esto que es primordial saber cuándo brindarle la ayuda necesaria y ser un apoyo para que los niños y niñas puedan gestionar o regular estas situaciones de fracaso, pues, de no ser así, puede optar por dejar a un lado cualquier otra

situación que considere difícil solo por miedo a sentir que es incapaz de cumplir un propósito, actividad o tarea. En algunos casos este miedo puede verse reflejado en su relación con compañeros, docentes o familia, en donde su comportamiento es diferente y distante.

De aquí nace la importancia de este trabajo, ya que se busca reconocer, identificar y determinar todos aquellos procesos, actividades o estrategias que implemente el docente en el aula, con el fin de fomentar en los niños y niñas el autocontrol y regulación del miedo, brindado el apoyo necesario para promover en sus estudiantes la capacidad de analizar y aceptar sus propias emociones y de esta forma, darlas a conocer de la forma correcta, sin perjudicar las emociones del otro. El papel del docente es relevante dentro del desarrollo integral del niño, ya que brinda los espacios necesarios para superar las dificultades que sus estudiantes presenten, teniendo en cuenta su desarrollo emocional como factor primordial para un buen desempeño escolar.

De igual forma, servirá como guía para que los docentes realicen un acompañamiento a los estudiantes que presenten diversas experiencias en donde la expresión de sus emociones se vea directamente relacionada con su desempeño académico, personal y social. Es así, como se pretende brindar información clara que les permitan una buena intervención en el aula, en donde sepan cómo intervenir en el proceso de autocontrol y regulación del miedo en sus estudiantes; siendo factor clave para una buena educación emocional tanto del maestro, como de los alumnos.

1.5 Contexto

La Institución Educativa Técnica Industrial Gustavo Jiménez se encuentra ubicada en el municipio de Sogamoso – Boyacá, en la carrera 11 N° 39 – 121 (Ver anexo A). Esta institución ofrece los niveles de educación de preescolar, básica primaria, secundaria y media, además de algunas especialidades como dibujo técnico y topógrafo, electricidad y electrónica, fundición y modelería, mecánica automotriz e industrial, sistemas, metalistería y soldadura. Basa su misión en la formación integral del estudiante del grado cero a grado undécimo, por medio de procesos de enseñanza y formación que le permitan al egresado desempeñarse eficientemente en el ámbito científico, cultural, social, universitario y en el campo laboral crear su propia empresa y generar empleo. Su visión consiste en liderar la formación de seres humanos capaces de aportar en la construcción de una nueva nación para vivir en paz, convivir en medio de la diferencia y desarrollar sus capacidades en el campo laboral económico y social.

La Institución Educativa cuenta con algunos objetivos como el entender la convivencia como un equilibrio entre el ejercicio de los derechos y la práctica de los deberes, optimizar el diálogo y la concertación para evitar la toma de decisiones unilaterales, concientizar a los estudiantes de sus derechos y deberes para que se pueda lograr en ellos una formación integral con responsabilidad y compromiso, y establecer un marco de disciplina en el cual lo primordial será la autoridad, el respeto, la libertad, la confianza, la credibilidad, la tolerancia y la convivencia pacífica. Además, tiene principios institucionales en donde el estudiante Jimenista se distingue por su excelencia académica, la responsabilidad, presentación personal, integralidad, convivencia y respeto.

El establecimiento educativo posee de espacios y una infraestructura acorde para un buen desarrollo y desenvolvimiento de los estudiantes de preescolar a grado quinto, dentro y fuera de las aulas, permitiendo una buena relación con sus pares, docentes y entorno. Cuenta con espacios educativos que favorecen el proceso de adquisición de saberes de niños y niñas como lo son la sala de informática, cancha deportiva y patio asignado para los descansos de los estudiantes, salones amplios y con los pupitres adecuados para cada niño. Todo esto favorecen los procesos educativos que se llevan a diario en la institución, logrando que el estudiantado se relacione, comparta y construya su propio conocimiento.

CAPITULO II. REFERENTES TEÓRICOS

2.1 Antecedentes

2.1.1 *Internacional*

En San Cristóbal de La Laguna, Tenerife, España, Universidad de La Laguna, Castañeda, Y. (2020), realizó un trabajo de fin de grado para optar al título de Maestro en Educación Infantil llamado La importancia de la educación de la inteligencia emocional en las aulas de educación infantil; teniendo presente algunas técnicas que atienden a la regulación y control emocional como el mindfulness, la meditación, la visualización, la respiración y la relajación y el control del pensamiento. Como objetivo general busca realizar una revisión bibliográfica sobre la importancia de la Inteligencia Emocional en la etapa de Educación Infantil, delimitando así la influencia de las emociones en los niños y niñas de estas edades.

Sus objetivos específicos se basan en realizar un análisis de la búsqueda y selección de publicaciones científicas sobre la inteligencia emocional en la etapa de educación infantil, exponiendo los criterios de selección, las fases del proceso seguido, etc., indagar, recabar y buscar información sobre la inteligencia emocional, estableciendo su delimitación conceptual, sus componentes y ahondando sobre la educación emocional, honrar y analizar la importancia de la inteligencia emocional en la etapa de educación infantil, delimitando su influencia y estableciendo pautas concretas de actuación en este ámbito, exponer los datos más significativos de las publicaciones científicas analizadas obtenidas de las bases de datos ResearchGate, Dialnet y Google Scholar.

Con este trabajo puede concluir que la inteligencia emocional influye en diferentes ámbitos del ser humano como el social que permite mejorar las habilidades sociales e interacciones que se produzcan; el afectivo que permite la asimilación de sensaciones con emociones y sentimientos, el comunicativo que fomenta la expresión y comunicación, tanto oral como corporal, de ideas, pensamientos, sentimientos, opiniones, etc. Todo esto permite el desarrollo integral del ser humano, especialmente en la etapa educativa, donde los estudiantes están comenzando a formar aprendizajes que van a perdurar para toda la vida.

Además, los autores analizados coinciden con que la inteligencia emocional tiene un valor fundamental en la etapa de educación infantil y tiene gran importancia en todos los ámbitos

del ser humano, ya sea personal, social, familiar, cognitivos, afectivo, y las enseñanzas que se produzcan en esta etapa educativa van a acompañar a los estudiantes en su desarrollo posterior. Los contenidos relacionados con las emociones como la identificación y reconocimiento de emociones, la gestión y autocontrol de las mismas, entre otros contenidos, van a posibilitar que los estudiantes adquieran la competencia emocional que se requiere para vivir en la sociedad actual.

Este trabajo presenta un aporte significativo a la presente investigación, ya que brinda información clara sobre la importancia y el desarrollo de la inteligencia emocional dentro de la etapa infantil; esto permite tener como conclusión, que, dentro de toda la formación de los niños y niñas, siempre será fundamental incluir el ámbito emocional, ya que les permitirá prepararse para su etapa educativa y la vida en general. De igual forma, se encuentra el reconocimiento y autocontrol de las emociones, tema fundamental de esta investigación, y lo relevante que es para que los alumnos puedan construir bases en cuanto a competencias emocionales.

En Valladolid, España, Universidad de Valladolid, Curiel, P. (2017), realizó un trabajo como fin de grado titulado Problemas de autocontrol y de la conducta en el aula, como requisito para obtener el título de Grado en Educación Primaria con Mención en Audición y Lenguaje. Este se desarrolla dentro de una metodología activa y flexible, integradora, lúdica y de globalización; que busca que el alumnado aprenda y desarrolle algunas técnicas de autocontrol y relajación y que, de ser posible, en la mayoría de los casos los niños y niñas puedan por sí mismos poner en práctica dichas estrategias.

Dentro de los objetivos encontramos que con la realización de dicho trabajo se busca saber qué se entiende por problemas de autocontrol y problemas de conducta para lograr una mejor intervención, conocer los diferentes síntomas que presentan los niños y niñas con problemas de autocontrol y de conducta, conocer el origen estos problemas de autocontrol y conducta, enseñarle al estudiante a establecer estrategias para el manejo adecuado de su conducta y de sus emociones, y por último, plantear o determinar técnicas de autocontrol para que el alumnado lo pueda llevar a cabo por sí mismo en el momento en que sea necesario.

Como conclusión, la realización de este trabajo sirvió para comprender mejor los problemas de conducta y de autocontrol, así como y conocer qué tipos de problemas nos podemos encontrar en el aula. Normalmente todo se engloba en problemas de conducta sin saber la razón por la que se da o que problemas nos podemos encontrar. Uno de los principales trastornos que nos encontramos dentro de los problemas de conducta, es el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) o el trastorno de ansiedad, que son los más comunes que atentan contra la estabilidad de la conducta de los niños y que no les permiten llevar un desarrollo adecuado de su autocontrol.

Como aporte a la investigación, dentro de este trabajo se evidencia que algunos problemas de conducta pueden inferir en el manejo del autocontrol, ya que si no se rinda la atención necesaria a dichos problemas que presente el niño, será más difícil un adecuado autocontrol de emociones. Por eso se requiere trabajar en el autocontrol del niño, en donde se le enseñe la capacidad para manejar y dar a conocer de forma adecuada sus propias emociones.

2.1.2 Nacional

En Pereira, Risaralda, Colombia, Universidad Tecnológica de Pereira, Arenas Agudelo y Pantoja Torres, (2020), realizaron un trabajo para optar al título de Magister en Infancia, llamado “Alegría, tristeza, ira, miedo y sorpresa: cinco emociones primarias desde la voz de un grupo de niñas y niños de la ciudad Popayán (Cauca) y Pereira (Risaralda) de Colombia”, que tiene como objetivo general el caracterizar las percepciones que tienen un grupo de niñas y niños de 3 a 5 años y 11 meses de edad acerca de cinco emociones primarias (alegría, tristeza, ira, miedo y sorpresa).

Basa sus objetivos específicos en explorar lo que dicen los niños y niñas de 3 a 5 años y 11 meses de edad acerca de cinco emociones primarias, categorizar las emociones primarias que expresan y reconocen los niños e indagar la relación a través de las cuales los niños y niñas reconocen sus emociones y las de los demás. Cuenta con una metodología de tipo cualitativo que se dividió en cuatro fases: prueba piloto, contextualización, recolección de información y sistematización y análisis de información. Estas fases buscaban dar a conocer de una forma clara y entendible, el proceso llevado a cabo para recolectar la información necesaria.

Como conclusión se encuentra que el estudio permitió identificar que los niños y niñas que participaron, reconocen con gran facilidad las emociones primarias. Al momento de conceptualizar cada emoción, la mayoría da como ejemplo alguna vivencia ya sea positiva o negativa, que le permita exponer asuntos personales y compartir experiencias que establecen y han ido afianzando de lo que acontece a su alrededor, los procesos de comunicación y relaciones socio culturales que favorecieron la expresión libre de sus sentires por medio de la comunicación verbal y no verbal.

Para la investigación, este trabajo representa un aporte importante ya que se conoce desde la mirada de niños y niñas, el cómo se viven las emociones, qué tan frecuentes pueden llegar a ser y cuáles son más comunes de encontrar en el aula. Siempre es importante contar con la perspectiva de los niños y las opiniones que puedan brindar, para lograr un adecuado acercamiento al tema de investigación y de esta forma, se dé un análisis correcto.

En Cúcuta, Norte de Santander, Colombia, Universidad de Pamplona, Picón y Angarita, (2020), realizaron un trabajo de grado para optar al título de Licenciatura en Pedagogía Infantil titulado Estrategias pedagógicas para potenciar la inteligencia emocional en niños de quinto grado del Colegio Integrado Juan Atalaya Sede Cúcuta 75. El trabajo se desarrolló con un enfoque cualitativo, en donde se usaron algunos instrumentos como diario de campo, entrevista y cuestionario de valoración.

Como objetivo general está implementar estrategias pedagógicas que ayuden a potenciar la inteligencia emocional en niños de quinto grado del colegio integrado Juan Atalaya sede Cúcuta 75 y así lograr buenas relaciones socio afectivas y ambientes favorables en las aulas educativas; sus objetivos específicos se basan en diagnosticar cuáles son las emociones y de esta manera aportar en el fortalecimiento de ellas, laborar destrezas de regulación de los estados emocionales, aplicar vínculos afectivos entre docentes y alumnos a través de la inteligencia emocional y evaluar la eficacia de cada una las estrategias implementadas en el aula de clase.

Dentro de los resultados obtenidos mediante los instrumentos que se aplicaron, se evidencia que, en los estudiantes de quinto grado de esta institución, hay ausencia de la inteligencia emocional, aunque cuentan con un concepto de esta, no se cuenta con un

comportamiento adecuado ni control de sus emociones, también es notoria la falta de valores como el respeto, la amistad, honestidad entre otros. También se puede identificar que la familia y el docente cumplen un papel importante en los procesos de motivación, autocontrol, confianza y empatía en el estudiante, y que estas habilidades son fundamentales dentro del desarrollo de educación emocional adecuado.

Se puede evidenciar dentro del desarrollo de la investigación, que la ausencia de educación emocional dentro de los procesos educativos de los estudiantes de quinto grado se presenta en gran medida por factores del contexto familiar y contexto social. Tras analizar la percepción que tienen los estudiantes con respecto a la inteligencia emocional, se determinó la importancia que se debe tener el docente de incentivar procesos para la formación de habilidades que ayuden a potenciar la inteligencia emocional en las aulas educativas y de esta forma se puedan potenciar fuera del aula, en contextos personales, familiares y sociales.

Este trabajo brinda a la investigación conocimiento de estrategias que se pueden implementar en el aula con el fin de identificar la inteligencia emocional con la que cuentan los estudiantes y cómo hacen buen uso de esta. También, permite construir una relación con el tema del presente trabajo, en donde se considera que es indiscutible que se realice la incorporación de contenidos emocionales en el escenario educativo, ya que los estudiantes pueden conceptualizar las emociones, pero se les dificulta la regulación y control para una mejor expresión de ellas.

2.1.3 Regional

En Tibasosa, Boyacá, Colombia, Universidad Santo Tomás, Santos, D. (2017), realizó un proyecto de grado llamado Estrategias para fortalecer la inteligencia emocional y favorecer el clima escolar en los niños de 5 a 6 años de la Institución Educativa Jorge Clemente Palacios de Tibasosa, para optar al título de Licenciada en Educación Preescolar. Su diseño metodológico es de tipo cualitativo, empleando el método de investigación acción, dentro de un enfoque histórico hermenéutico; donde se busca interpretar y comprender los motivos internos de la acción humana, mediante procesos libres, no estructurados.

Dentro de sus objetivos tenemos el general, el cual pretende fortalecer la inteligencia emocional en los niños de 5 a 6 años de edad de la Institución Educativa Jorge Clemente

Palacios de Tibasosa, a través de actividades lúdico- pedagógicas que favorezcan el clima social escolar. De igual forma, sus objetivos específicos consisten en identificar los procesos de desarrollo de la inteligencia emocional en los niños y su influencia en el clima escolar, aplicar 10 acciones lúdico- pedagógicas, encaminadas a favorecer la inteligencia emocional y favorecer el clima escolar y evaluar los aciertos y desaciertos de las acciones lúdicas- pedagógicas que se aplicaron para fortalecer el desarrollo de la inteligencia.

A manera de conclusión, se logró evidenciar que el proceso de fortalecimiento de la inteligencia emocional influye de manera clara y directa en la formación integral del ser humano, ya que, de forma simultánea al desarrollo cognitivo y social, se va llevando a cabo un desarrollo emocional del individuo, incluso desde su nacimiento. Este desarrollo está estrechamente relacionado con el desenvolvimiento de la persona dentro de la sociedad a lo largo de su vida, lo que quiere decir que claramente favorece el clima personal, familiar, social y escolar, debido a que los niños ya poseen y han fortalecido dichas habilidades emocionales.

Con la aplicación y análisis de los instrumentos de recolección de información empleados dentro de esta investigación, los cuales fueron encuestas, entrevistas y guías de observaciones, se permitieron identificar los procesos de desarrollo de la inteligencia emocional en los niños y de esta forma establecer un diagnóstico completo sobre la formación y estimulación de la inteligencia emocional en los estudiantes del grado preescolar; todo esto mediante la elaboración y aplicación de diez talleres que incluían actividades lúdicas y pedagógicas.

Para la presente investigación, este trabajo brindó aportes en cuanto al desarrollo emocional que llevan a cabo los estudiantes y la relación que puede tener con su desempeño académico. De igual forma, con la implementación de talleres se concluye que el sistema educativo tiene la necesidad de implementar la formación emocional de niños y niñas desde el preescolar, pues esto le permitirá al estudiante adquirir competencias para un adecuado manejo de sus emociones y experiencias.

2.2 Base teórica

2.2.1 Emociones

Las emociones son estados que experimentamos en algún momento de nuestra vida que involucran un cambio en nuestro estado de ánimo, pueden ser la alegría, miedo, enojo, entre otras. La respuesta que se obtiene es subjetiva al medio y se acompaña de cambios orgánicos de origen innato, fisiológico y endocrino. La experiencia juega un papel fundamental a la hora de experimentar cualquier emoción, ya que es una condición que se presenta de manera súbita y repentina en forma de mayor o menor violencia y crisis más o menos temporales.

Nummenmaa y Tuominen (2017), plantean que las emociones son estados de preparación vigilante que guían el comportamiento humano y animal durante situaciones destacadas de supervivencia. Los modelos categóricos de emociones postulan emociones humanas básicas neural y fisiológicamente distintas (ira, miedo, asco, felicidad, tristeza y sorpresa) que gobiernan diferentes funciones de supervivencia. Las experiencias emocionales que desarrolle la persona pueden implicar una serie de actitudes, creencias y asimilación sobre el concepto o determinación que tenemos para evaluar una situación particular y, con esto, influir en cómo percibimos o regulamos nuestras emociones.

Durante mucho tiempo y en la mayoría de circunstancias, se ha considerado que las emociones no son importantes y se le brinda mayor interés al racionalismo que posee una persona. Pero las emociones, al ser estados afectivos de una persona, involucran aquellos procesos o estados internos, en donde surgen los deseos, necesidades, objetivos y metas del individuo. Sin embargo, resulta complicado poder determinar el comportamiento y actitud de una persona a futuro, teniendo como referencia sus emociones y desarrollo de estas.

Desde muy corta edad, iniciamos a experimentar y expresar emociones básicas como el miedo, la ira y la alegría. Cada persona posee la capacidad de vivir y desarrollar las emociones de forma particular y diferente a comparación de otras personas, y esto depende del conocimiento, experiencias, situación e intensidad del descargue emocional. En la mayoría de los casos, las reacciones que desencadenan las emociones pueden ser fisiológicas y comportamentales y en otros casos, pueden ser adquiridas por la influencia del entorno en el que la persona se encuentre.

Existen diferentes tipos de emociones, entre ellas el miedo, que es una emoción básica del ser humano y también es considerada una de las emociones primarias. El miedo es una emoción que genera notables consecuencias en el organismo de la persona, trayendo consigo sensaciones que no permite que la persona pueda responder de forma óptima ante una situación determinada. El miedo se forma dentro de nuestro cerebro, ya que este libera una reacción de alarma o advertencia hacia el resto del cuerpo; esto corresponde a la función que tiene la amígdala, pues es la encargada de la respuesta inmediata de miedo o temor.

Según Barbosa (2021), el miedo es una emoción basada en una intensa sensación desagradable provocada por la percepción de un peligro, ya sea real o imaginario, en el presente, pasado o futuro. Es una emoción primordial que se deriva de la sensación aversión natural que presenta el ser humano ante el riesgo o cierta amenaza, y en el que puede interferir otro humano. La expresión máxima que presenta el miedo es el terror. Por otro lado, el miedo también está ampliamente ligado o relacionado con la ansiedad, que es el miedo que se genera en la persona por situaciones a futuro.

Esta emoción es capaz de alertar en situación de peligro, sin que estos hayan ocasionado algún dolor, sino que funciona como una amenaza a la salud o supervivencia de la persona. Así como el dolor es capaz de presentarse cuando algo ataca nuestro cuerpo, de igual forma lo hace el miedo al aparecer en medio de situaciones en las que se cree o se corre peligro. Para muchas personas, el miedo no se presenta como ninguna relación fisiológica de alerta, sino que es producto del yo consciente, que expande nuestro nivel de conocimiento.

El miedo es un mecanismo de adaptación al entorno y sus amenazas y su función es protegernos de situaciones de riesgo. Este se logra activar cuando se detecta una amenaza, lo que hace que nos retiremos de la situación; dicha amenaza puede afectar nuestra integridad física o de vida, así como nuestra reputación, autoestima, sentido de identidad o seguridad, dependiendo de nuestros pensamientos y nuestras creencias al respecto. Entonces el miedo es una emoción que responde a nuestro filtro mental, permitiéndonos y ayudándonos a escapar de situaciones en las que no estamos preparados para vivir o afrontar.

Por otro lado, es una emoción que todos compartimos, y su función es dispararnos cuando percibimos peligro o amenaza para nuestra vida. En cada uno de nosotros la emoción es más dominante e intensa que en el otro. Si nos detenemos y fijamos en los niños que se

encuentran a nuestro alrededor, podemos darnos cuenta que en cada uno un miedo es más importante que el otro, y es importante saber que el miedo puede desarrollarse de acuerdo a la edad. Los miedos de la niñez son una respuesta normal y parte del desarrollo evolutivo de un niño, lo que significa que es más probable que ciertos miedos ocurran a cierta edad y pueden ser de corta duración dependiendo de cómo los niños los manejen. Por ejemplo, es normal que los niños menores de 3 años tengan miedo a los ruidos fuertes y que los niños menores de 6 años tengan miedo a la separación de sus padres. No todos los niños necesitan experimentar todos sus miedos, solo tienen momentos más sensibles en los que pueden desarrollarlos.

2.2.2 Autocontrol emocional

El autocontrol es aquel que nos permite controlar diferentes aspectos importantes de nuestra vida diaria como lo son: los pensamientos, emociones, sentimientos, deseos, acciones y decisiones. De esta forma, deberíamos evitar las interferencias negativas en el proceso de formación de la voluntad, superar las tentaciones que la modifican o eliminan y suprimir las acciones inconscientes que están fuera de nuestro control (manías, tics, comportamientos obsesivo-compulsivos, expresiones verbales y gestos repetitivos, hábitos inadecuados, etc.).

Para Goldfried y Merbaum (citado en Mamani Valdivia, 2019), el autocontrol surge cuando una persona necesita resolver un conflicto. El autocontrol conlleva a una decisión a la que se llega a por medio de una reflexión y análisis consciente, que surge con la intención de llevar a cabo una acción que permita lograr determinados resultados u objetivos esperados y planteados por la misma persona. Esto significa que la acción de autocontrol estaría guiada por procesos cognitivos superiores como el pensamiento y el lenguaje, además de la necesidad de controlar el comportamiento, surgiría no sólo por conflictos intrapersonales, sino que, tantos agentes sociales como una nueva información podrían activarlo. En este caso, del autocontrol pueden derivar algunos aspectos como un desajuste en la conducta, la proyección de metas o finalidades, la toma de decisiones o cambios de ambiente.

El autocontrol es definido como la capacidad que posee la persona para dominar sus pensamientos, emociones, sentimientos. Quien sea capaz de autocontrolarse, podrá manejar cualquier situación de una mejor forma, ya que puede determinar las emociones que este

vivenciando, y de esta forma será capaz de afrontarlas y controlarlas para bien. Con el autocontrol se busca que el ser humano pueda mantener la calma en cualquier situación, ya que puede dominar sus sentimientos y emociones, permitiendo que tenga estabilidad emocional y bienestar. De aquí la importancia de fomentar el autocontrol en los niños desde temprana edad, pues le permitirán un mejor desenvolvimiento dentro de su entorno.

Los psicólogos y diferentes estudios señalan que la capacidad que posee la persona para controlarse, nace o está ligada al tipo de inteligencia emocional que posee y la forma en que esta se ha desarrollado, trabajado y aplicado. Es por esto que es necesario incentivar como un área más de estudio, la educación emocional de forma adecuada y desde los primeros años de vida, pues esta influye de forma directa en el desarrollo de la persona en todas sus etapas.

2.2.3 Regulación emocional

La regulación emocional es la capacidad que se tiene para afrontar y manejar las emociones de manera adecuada. Busca que se tome consciencia sobre la relación que existe en la emoción, la cognición y el comportamiento, en donde se cuente con buenas estrategias o técnicas para el afrontamiento de las emociones y la capacidad para generarse a sí mismos emociones positivas. Para Bermúdez y Amaya (2020), la regulación emocional es la capacidad para manejar de manera adecuada las emociones en la vida diaria, por ende, es un tema de suma importancia. Es por esto que una mala regulación puede causar problemas psicológicos y físicos a lo largo de la vida, por ejemplo, cuando no se tiene un buen manejo emocional se puede presentar problemas en cómo persona asume o se ve afectada de manera personal, social, económica, laboral y psicológica.

Contar con regulación emocional significa que las personas no solo desarrollan emociones, sino que también son capaces de manejarlas. La persona toma control de sus emociones y actúa de acuerdo a estas. La regulación emocional se puede dar en el momento en que la emoción se está dando, antes o después que ocurra. Lo importante es analizarlas y saber cómo actuar cuando esta emoción se vuelva a presentar. Cuando se menciona el manejo o regulación emocional, no significa que este proceso se dé de forma voluntaria y esté controlado.

Todas y cada una de las emociones que vivenciamos son necesarias y tienen un papel importante en nuestra vida y su desarrollo. Todas las emociones favorecen a nuestra formación integral y no deben ser catalogadas como buenas o malas, simplemente cada una tiene su forma de expresarse. Lo importante de las emociones es dejar que se desarrollen, regulándolas de la forma adecuada y procurando no lastimar o dañar a los demás ni a nosotros mismos. La regulación emocional permitirá a la persona, tomar el control de sus impulsos, gestionar las emociones desagradables, tolerar las decepciones o frustraciones y saber esperar las buenas situaciones.

La regulación emocional pretende, por un lado, corregir expresiones desproporcionadas o inapropiadas y, por otro lado, contrarresta los motivos y visiones de otras emociones menos comunes y que conducen a nuestra felicidad y bienestar. La actividad física, el arte o la afición en la mayoría de los casos genera emociones que regulan y dirigen el potencial humano. Si bien la adaptación y regulación no cambia por completo nuestras emociones, sí nos permite hacer algunos cambios en duración e intensidad, ya que para poder regular las emociones de forma completa y adecuada se requiere mucho trabajo y responsabilidad personal.

De acuerdo a algunos estudios, las habilidades de regulación emocional tienen un efecto positivo en cuanto a la mejora de diferentes áreas relacionadas con el funcionamiento personal, social y profesional. En particular, se ha demostrado que las altas habilidades de supervisión se asocian con mejores relaciones sociales y bienestar personal. Ser conscientes de nuestras emociones y regularlas nos permitirá comprender las posibilidades y limitaciones de nuestra propia experiencia emocional.

2.2.4 Papel del docente

El papel del docente es la función que lleva a cabo una persona denominada maestro o profesor, y que está encargada de brindar y dirigir los procesos educativos de los niños, jóvenes y adultos. Esta función que desempeñan los profesores, permite que sean mediadores entre los alumnos y los saberes. Al ser designado como un profesional de la enseñanza, el docente debe procurar contar con la responsabilidad necesaria para guiar y acompañar a sus estudiantes en su

proceso de construcción y adquisición de aprendizajes. Para un buen desarrollo del proceso, es importante que el docente establezca y cree un ambiente acorde a la enseñanza y a las necesidades de los niños y niñas, para que se dé una construcción de vínculos favorables para ambas partes y de esta forma, el estudiante construya su propio aprendizaje, basado en sus propias experiencias.

El rol docente se puede analizar desde una mirada constructivista donde no solo busque impartir una clase, llenar al estudiante con información incomprensible y mantener el orden, sino que, sirva de intermediario entre el alumno, el entorno que le rodea y lo que este tiene para brindarle; llevando a cabo un papel activo, participativo e importante para la formación del niño. Debe ser un guía, que acompañe a los estudiantes en el proceso que llevan a cabo mediante reflexiones sobre sus conocimientos previos, generando nuevos conocimientos que le permitan una formación integral.

Según el MEN (2018), existen ciertas cualidades que caracterizan el papel que el docente desempeña en el siglo XXI, como lo son las habilidades pedagógicas para generar o construir ambientes de aprendizaje para el desarrollo del pensamiento crítico, complejo y constructivo, la capacidad para promover en los estudiantes la solución de problemas y la investigación como medio para la innovación, generar conciencia sobre la responsabilidad personal, profesional y social sobre la vida, la naturaleza, la economía y la salud, formar y educar a desde procesos y ambientes de inclusión, para garantizar un desarrollo integral de niños y jóvenes.

El maestro debe motivar e incentivar la participación ciudadana de sus estudiantes, de una forma activa, responsable y democrática, mediante la participación de la escuela, la familia, la comunidad y el país. Además, debe permitir que sus estudiantes brinden sus propias ideas y opiniones que aporten a la sociedad y permitan un progreso de la comunidad en donde los niños y niñas se desenvuelven; teniendo en cuenta que siempre debe primar la paz, el respeto, la solidaridad y el apoyo entre los miembros de la sociedad.

Ante la sociedad cambiante y las nuevas tecnologías de y comunicación (TIC) implementadas en la actualidad, el papel del docente ha cambiado un poco, siendo un intermediario entre el conocimiento y sus estudiantes, permitiendo que se facilite el aprendizaje, brindando los conocimientos primordiales y elementales, permitiendo que comprendan la diversidad de contenidos y saberes que puedan encontrar en la red. Debe, además, saber plantear

y solucionar problemas que permitan que los estudiantes se incentiven por querer indagar, investigar, seleccionar y analizar toda la información que el internet le brinde y que sea de beneficio para la construcción de sus conocimientos.

2.3 Base curricular

2.3.1 Estándares

Los estándares básicos de competencias constituyen uno de los parámetros de lo que todo niño, niña y joven debe saber y saber hacer para lograr el nivel de calidad esperado a su paso por el sistema educativo y la evaluación externa e interna es el instrumento por excelencia para saber qué tan lejos o tan cerca se está de alcanzar la calidad establecida con los estándares. (Ministerio de Educación, 2006). El estándar que se implementó fue: identifico y manejo mis emociones, como el temor a participar o la rabia, durante las discusiones grupales. (Busco fórmulas secretas para tranquilizarme).

2.4 Base legal

2.4.1 Ley 115 de febrero 8 de 1994

Por la cual se expide la ley general de educación. El Congreso De La República De Colombia Decreta:

Título I Disposiciones Preliminares

Artículo 1o. Objeto de la ley. La educación es un proceso permanente de formación personal, cultural y social basado en una comprensión integral del ser humano, su dignidad, derechos y deberes. Aquí se establecen los principios generales para regular el servicio educativo del Estado, desempeñando funciones sociales de acuerdo con las necesidades e intereses de las personas, las familias y la sociedad.

Artículo 2o. Servicio educativo. El servicio educativo comprende el conjunto de normas jurídicas, los programas curriculares, la educación por niveles y grados, la educación no formal, la educación informal, los establecimientos educativos, las instituciones sociales con funciones educativas, culturales y recreativas, los recursos humanos, tecnológicos, metodológicos,

materiales, administrativos y financieros, articulados en procesos y estructuras para alcanzar los objetivos de la educación.

Artículo 3o. Prestación del servicio educativo. El servicio educativo será prestado en las instituciones educativas del Estado. Igualmente, los particulares podrán fundar establecimientos educativos en las condiciones que para su creación y gestión establezcan las normas pertinentes y la reglamentación del Gobierno Nacional. De la misma manera el servicio educativo podrá prestarse en instituciones educativas de carácter comunitario, solidario, cooperativo o sin ánimo de lucro.

Artículo 4o. Calidad y cubrimiento del servicio. Corresponde al Estado, a la sociedad y a la familia velar por la calidad de la educación y promover el acceso al servicio público educativo, y es responsabilidad de la Nación y de las entidades territoriales, garantizar su cubrimiento.

2.4.2 Proyecto de Ley 438 de 2021

Por medio de la cual se crea y se implementa la cátedra de educación emocional en todas las instituciones educativas de Colombia en los niveles de preescolar, básica y media y se adoptan otras disposiciones, el congreso de Colombia decreta:

Artículo 1°. Objeto. La presente ley tiene como fin crear e implementar, la Cátedra de Educación Emocional en los niveles preescolar, básica y media, en concordancia con el proyecto educativo institucional PEI de todas las instituciones educativas del país.

Artículo 2°. Definiciones

Artículo 3°: Teniendo en cuenta la fundamentación científica y metodológica de la Cátedra de Educación Emocional, se brindará un proceso formativo a los docentes, cuidadores, trabajadores sociales y orientadores, el cual estará liderado por el Ministerio de Educación Nacional y el Comité Científico, Académico y Técnico en Educación Emocional.

Artículo 4: En el marco de la Cátedra de Educación Emocional, las instituciones educativas de los niveles preescolar, básica y media deberán fomentar la participación entre los padres, madres, cuidadores y los estudiantes.

Artículo 5º: El Ministerio de Educación Nacional una vez entre en vigencia la presente ley, deberá convocar un Comité Científico, Académico y Técnico en Educación Emocional, conformado por expertos con experiencia y trayectoria en temas y programas relacionados con la Educación Emocional, la salud mental, el desarrollo psicoafectivo y socioemocional del individuo, y políticas públicas asociadas al desarrollo integral de la niñez, infancia y adolescencia.

2.4.3 Proyecto De Ley 246 de 2019

Por medio de la cual se promueve la educación emocional en las instituciones educativas de preescolar, primaria, básica y media en Colombia el congreso de Colombia decreta:

Artículo 1: Fines y objetivos: Desarrollar, mediante la enseñanza formal, cada una de las habilidades emocionales –conocimiento de uno mismo, autorregulación emocional, motivación o aprovechamiento productivo de las emociones, empatía y habilidades sociales- así como las habilidades de elección en cada niña y niño y tutores/as –docentes y padres- mediante la Educación Emocional, con el objetivo de alcanzar una mejor calidad de vida de todos los ciudadanos.

Artículo 2: A los fines de esta ley se entiende por:

1) Educación Emocional: “El proceso de enseñanza de las habilidades emocionales mediante el acompañamiento y apuntalamiento de la persona en el ejercicio y perfeccionamiento de las mismas”.

2) Promoción de la Educación Emocional: “Implementación de un enfoque de corte salutógeno-educativo de dinamización de recursos y habilidades emocionales, sociales y actitudinales en el marco de una política de promoción de la salud para el sano desarrollo personal y cumplimiento de un proyecto de vida”.

Artículo 3: A los efectos de hacer efectivo lo dispuesto por el Artículo 1º, debe realizarse una capacitación docente en relación a los contenidos de Educación Emocional, respecto de sus cuatro pilares:

1. Educación Emocional de Niñas y Niños.

2. Escuela para Padres de Educación Emocional.
3. Educación Emocional para el Manejo de las Emociones en los Educadores.
4. Educación Emocional en la Relaciones Interpersonales e Institucionales.

Artículo 4: Inclúyase en las enseñanzas de la Educación Inicial los contenidos de Educación Emocional y su práctica transversalizada a los demás contenidos.

Artículo 5: Inclúyase en el currículo educativa las prácticas de Educación Emocional en forma transversal a cada contenido curricular. Asimismo, inclúyase la asignatura titulada Educación Emocional como contenido obligatorio constituyente de una unidad pedagógica en la Educación Primaria, Especial, Secundaria, Superior, Permanente de Jóvenes y Adultos, en Contextos de Privación de Libertad y Domiciliaria y Hospitalaria.

2.5 Cuadro de categorías de trabajo

Cuadro 1

Categorías de trabajo

CATEGORÍA	POSTULADO TEÓRICO	SUBCATEGORÍAS
Emociones	Son estados de preparación que guían el comportamiento humano y animal durante situaciones destacadas de supervivencia. Los modelos categóricos postulan emociones humanas básicas neural y fisiológicamente distintas (ira, miedo, felicidad, tristeza y sorpresa) que gobiernan diferentes funciones de persistencia. Nummenmaa y Tuominen (2017)	- Comportamiento - Miedo
Autocontrol emocional	El autocontrol surge cuando una persona necesita resolver un conflicto. Este conlleva a una decisión a la que se llega a por medio de una reflexión y análisis consciente, que surge con la intención de llevar a cabo una acción que permita lograr determinados resultados esperados y planteados por la misma persona. Goldfried y Merbaum (citado en Mamani, 2019)	- Autoconocimiento - Expresión emocional - Administración de emociones
Regulación emocional	La regulación emocional es la capacidad para manejar de manera adecuada las emociones en la vida diaria, por ende, es un tema de suma importancia. Por consiguiente, una mala regulación puede causar problemas psicológicos y físicos a lo largo de la vida. Bermúdez y Amaya (2020)	- Control de impulsos - Tratar emociones - Desarrollo de emociones
Papel del	Las habilidades pedagógicas para generar ambientes de	- Innovación

docente	aprendizaje para el desarrollo del pensamiento crítico, complejo y constructivo, la capacidad para promover en los estudiantes la solución de problemas, la investigación como medio para la innovación y generar conciencia sobre la responsabilidad personal, profesional y social, son características del docente del siglo XXI. MEN (2018)	<ul style="list-style-type: none">- Acompañamiento- Construcción de saberes
---------	---	--

CAPÍTULO III. REFERENTES METODOLÓGICOS

3.1 Enfoque de investigación

El enfoque que direccionó esta investigación es cualitativo, ya que en este surgió la interacción directa entre el investigador y el objeto de estudio, permitiendo basarnos en experiencias, actitudes, sentimientos y falencias que se presenten y el análisis e interpretación de estas; logrando la construcción de conocimiento e información necesaria. Los autores Blasco y Pérez (2007), señalan que la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas. Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes.

3.2 Método de investigación

El método de investigación que se llevó a cabo fue de carácter descriptivo, donde se buscó conocer situaciones, actitudes, comportamientos y desarrollo del objeto de estudio frente a la relación con su contexto. La investigación descriptiva no solo se enfocó en recolectar datos, sino también en interpretar la relación entre dos o más variables como lo fue el rol que tuvo el docente, la educación emocional que este posee y el desarrollo de competencias en relación con su ambiente. Según el autor Arias (2012), la investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere.

3.3 Escenario y participantes

Esta investigación se desarrolló en la Institución Educativa Técnica Industrial Gustavo Jiménez Sede la Manga en el grado cuarto dos (4° – 2). Se seleccionó este grado, pues en este grado y edad (9 – 10 años) los niños presentan más experiencias emocionales que incluyen el temor o miedo a hablar en público y son más notorias a la hora de expresarse frente a sus

compañeros; lo que permite que el docente adquiriera un papel activo dentro del proceso que llevan a cabo los estudiantes, teniendo en cuenta su desarrollo para realizar la presente investigación. Se tuvo como participante o informante principalmente al docente. Este informante se seleccionó por cumplir con algunas características o criterios como contar con poca educación o capacitación emocional para intervenir en situaciones que involucraran el desarrollo del autocontrol emocional de sus estudiantes, la falta de conocimiento de emociones y autocontrol y regulación de las mismas, y dificultad a la hora de intervenir con el grupo, en donde los alumnos se vieron afectados emocional y académicamente por el miedo.

3.4 Técnicas e instrumentos

3.4.1 Observación

De acuerdo con Cuadros (2009), la observación es una estrategia de investigación cualitativa que permite recolectar la información necesaria y realizar una investigación en el contexto natural. El investigador o la persona que observa se involucra y vive las experiencias en el contexto y en el ambiente cotidiano de los sujetos, de modo que recoge los datos en tiempo real. Esta observación permitió analizar de manera directa la forma en que el docente se desarrolló ante circunstancias complejas, cómo se expresó en situaciones cotidianas y reales y la capacidad que tuvo para enfrentar sentimientos negativos en su día a día.

3.4.2 Entrevista

La entrevista permitió crear una conversación abierta con el docente, con el fin de conocer rasgos personales y profesionales, así como su perspectiva sobre las necesidades que se presentaron en su rol docente, dando a saber diferentes experiencias que ha vivido y cómo se ha logrado sentir con ellas. Benadiba y Plotinsky (2001) señalan que, la entrevista es una conversación sistematizada que tiene por objeto obtener, recuperar y registrar las experiencias de vida guardadas en la memoria de la gente. Es una situación en la que, por medio del lenguaje, el entrevistado cuenta sus historias y el entrevistador pregunta acerca de sucesos, situaciones.

3.4.3 *Guía de observación*

Para Campos y Lule (2012), la guía de observación es el instrumento que permite al observador situarse de manera sistemática en aquello que realmente es objeto de estudio para la investigación, es decir, definir qué se pretende estudiar; también es el medio que conduce la recolección y obtención de datos e información de un hecho o fenómeno. Con esta guía se registró la información que se obtuvo durante las observaciones y se realizó mediante la estructuración de ítems o indicadores definidos, teniendo en cuenta aspectos importantes de lo que se quiso conocer y que se tuvieron en cuenta durante el proceso realizado (Ver anexo B).

3.4.4 *Cuestionario*

Por medio del cuestionario se plasmaron las preguntas que se realizaron durante la entrevista, las cuales fueron del interés de la investigación, contribuyendo en su desarrollo y análisis, y permitiendo un análisis de conocimiento por parte del docente (Ver anexo C). Permitted ampliar la información obtenida, mediante interrogantes claves y definidos que se realizaron al objeto de estudio. Para Sampieri (2018), el cuestionario es quizás el instrumento más utilizado para la recolección de datos en una investigación y está conformado por una serie de preguntas respecto a una o más variables a medir.

3.5 Validez y confiabilidad en el estudio

La validación y confiabilidad de los instrumentos de estudio del presente trabajo de investigación estuvieron sujetos al desarrollo del proceso desarrollado, como también a los objetivos planteados para la investigación. De igual forma se realizó la valoración de los instrumentos de recolección de datos por parte de tres docentes de la Universidad de Pamplona, vinculados a la Facultad de Educación y pertenecientes al Programa de Licenciatura en Pedagogía Infantil (Ver anexos D y E).

3.6 Fases del estudio y procedimiento para la ejecución de la investigación

3.6.1 *La Formulación.*

Con esta fase se buscó dar inicio a la investigación y se caracteriza porque se estableció qué es lo que se iba a investigar y porqué. La finalidad fue contextualizar el objeto de estudio, formular una pregunta de investigación de donde se desprendió la investigación y los datos que se requirieron para su desarrollo, y de igual forma, se buscó referentes que sustentaran y sirvieran de guía a la investigación. También se realizó una observación en el escenario e incluso se entrevistó al informante clave, y con toda la información que se recopiló se dio lugar a la investigación, identificando a los actores, eventos y situaciones donde tuvo lugar la observación.

3.6.2 *El Diseño*

El contenido de esta fase consistió en la preparación y estructuración un plan o un proyecto flexible que orientó el contacto o la relación con la realidad del objeto de estudio y la manera en que se obtuvieron los conocimientos, experiencias e información necesaria acerca de ella. Es decir, se tuvo en cuenta la profundidad, extensión y aplicación del proceso de recolección de datos, en dónde inició y terminó, como se llevó a cabo dicho proceso y los criterios que se tuvieron en cuenta para la selección o exclusión de sujetos que participaron en la investigación, los indicadores que marcaron la investigación y los instrumentos que fueron usados.

3.6.3 *La Ejecución*

Dentro de esta etapa se dio el comienzo observable de la investigación y tuvo lugar mediante el despliegue de una o varias estrategias de contacto con la realidad o las realidades objeto de estudio. Entre las técnicas de contacto de esta investigación se encontró la entrevista y la observación participante, apoyadas por instrumentos como la guía de observación y el cuestionario de preguntas. La realización efectiva de una la investigación cualitativa supone cuatro acciones consecutivas: la entrada o acceso a la recolección de datos, la obtención de los datos, el almacenamiento de los datos y el análisis progresivo de los datos.

3.6.4 El Cierre

Como última fase tenemos el cierre, donde se buscó sistematizar o reducir la información, preparando y estudiando los datos obtenidos. Para esto se organizaron los instrumentos de recolección de información implementados como lo fueron las guías de observación y el cuestionario, teniendo en cuenta los datos relevantes de estos, lo que nos aportó y construyó nuestra investigación, y con esto, se realizó el análisis completo de la información, generando los resultados de la investigación. De igual forma se plantearon las conclusiones y las recomendaciones, partiendo de la experiencia del proceso vivido.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS

4.1. Técnicas para el procesamiento y análisis de datos

Para el procesamiento y análisis de datos se presentan las técnicas de recolección de información con su respectivo instrumento aplicado y el objetivo de la investigación con el que se trabajó. Esto, mediante el siguiente cuadro de análisis:

Cuadro 2

Categoría de técnicas de análisis

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	INSTRUMENTO
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer los saberes que tiene el docente frente al autocontrol del miedo en los niños y niñas. - Identificar las actividades o estrategias que el docente aplica frente a la regulación y autocontrol del miedo en sus estudiantes. 	Observación	Guía de observación
<ul style="list-style-type: none"> - Reconocer los saberes que tiene el docente frente al autocontrol del miedo en los niños y niñas. - Determinar las dificultades que presente el docente para el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños y niñas. 	Entrevista	Cuestionario

4.2. Análisis e interpretación de resultados

Para el análisis de los resultados, se presenta el título del trabajo de investigación llamado “Papel del docente en el desarrollo del autocontrol y regulación emocional en los niños y niñas de cuarto grado”, con un trabajo de campo de tres días en donde se implementaron entre dos y cuatro horas diarias, teniendo en cuenta el tiempo necesario para desarrollar los instrumentos de la investigación. Dentro de los instrumentos de recolección de datos se implementaron las guías de observación durante tres jornadas de clase, teniendo en cuenta algunos indicadores para su análisis; y el cuestionario como instrumento de contacto directo con el docente, en donde se formularon diferentes preguntas abiertas relacionadas al tema de interés.

La aplicación de las guías de observación se dividió en tres jornadas: en la primera observación se desarrolló en un tiempo de dos horas, en las cuales el docente trabajó el área de

matemáticas e informática (Ver anexo F); la segunda observación se realizó durante dos horas, en donde se llevó a cabo la clase del área de ciencias sociales (Ver anexo G); y la última observación abarcó un tiempo de cuatro horas de clase, en las cuales el docente desarrolló las áreas de artística y lengua castellana (Ver anexo H).

Encontramos el análisis de los resultados obtenidos durante las observaciones realizadas y los datos recogidos con ayuda de la guía de observación, representados en el cuadro 3. Estos resultados se analizan según cada indicador y haciendo una relación con las categorías trabajadas durante la investigación:

Cuadro 3

Cuadro de análisis guía de observación

INDICADOR	ANÁLISIS	CATEGORÍA
En el desarrollo de la clase el docente aplica actividades para el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los estudiantes.	El docente cuenta con pocas actividades para trabajar el autocontrol del miedo en los estudiantes, como implementar ejercicios de respiración, dialogo y orientación para desarrollar un discurso, esto les permite adquirir mayor confianza para autocontrolar sus miedos y expresar sus ideas. De igual forma, aplica algunas actividades encaminadas a lo educativo que de alguna forma favorecen al afrontamiento de miedos o temores que vivencian los estudiantes al momento de evaluar alguna tarea, solicitar su respuesta a determinada pregunta. Una de estas actividades que se evidencia fue el incluir a mitad de la clase la pausa activa mediante un baile, en donde los niños iban observando en la pantalla los movimientos que debían realizar, con esto liberan estrés, emociones y pierden el temor frente a otros.	Papel docente
El docente cuenta con estrategias aptas para un buen desarrollo de autocontrol y regulación del miedo.	No se aplican muchas estrategias para el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños, pero, se tiene en cuenta la práctica del estudiante. Es decir, el docente busca que el estudiante pueda practicar en casa para adquirir más confianza y tener control de sus emociones a la hora de realizar alguna exposición, proclamar algún poema o cosas similares.	Autocontrol y regulación emocional Emociones (miedo)
El docente presenta dificultades para comprender las	En cuanto a la comprensión de las emociones del estudiante, el docente atiende a algunas de estas, como el miedo, buscando servir de apoyo para que niño no se vea estancado	Emociones Papel docente

emociones de sus estudiantes.	y continúe su proceso educativo. Sin embargo, la mayoría de las emociones no son atendidas en el momento y de la forma adecuada, por lo que, los estudiantes tienden a mostrar dentro del aula algunas conductas que generan falta de participación, poca recepción e interés y desorden.	
Difícilmente el docente tiene en cuenta el autocontrol y regulación de emociones (miedo) en los estudiantes.	Aquí encontramos que el docente algunas veces tiene en cuenta las emociones de sus estudiantes, siendo dadas por alto para la continuación de la clase. Lo que genera que los estudiantes se dispersen y no brinden la atención necesaria a la temática de la clase. Ante una de estas situaciones, el docente acudió a herramientas tecnológicas para apoyar las actividades de la clase, como lo fue un video instructivo de cómo trabajar la plastilina mediante el modelado para crear un dinosaurio, lo que brindó a los estudiantes más claridad del tema y de esta forma, perdieron el temor de no realizar la actividad de la forma en que los demás esperaban o diferente a ellos.	Autocontrol y regulación emocional
El docente asume su rol frente a los estudiantes cuando se presentan problemas de control y regulación del miedo.	El docente recurre a la participación de los estudiantes para incentivar en los niños la confianza y apropiación de sus saberes, para que den a conocer lo aprendido. Esto no siempre lo hace con el fin de permitir que los niños reconozcan sus emociones y se enfrenten a ellas, sin embargo, de alguna forma, genera que puedan adquirir el control y regulación necesaria de sus miedos y que esto les permita un aprendizaje adecuado.	Papel docente Regulación emocional
Dentro de la clase el docente tiene en cuenta las emociones (miedo) del estudiante antes de evaluar una tarea o actividad.	Se evidencia que el docente atiende las emociones del estudiante en determinadas ocasiones, generando confusión en el niño al no recibir el apoyo necesario en el momento indicado y dando seguimiento al tema de la clase. Las ocasiones en las que el docente tiene en cuenta las emociones del estudiante, se presentó mayormente al momento de realizar repaso en clase, permitiendo que los niños que quisieran participar, lo hicieran. De igual forma, incentiva y motiva a los estudiantes que no se deciden a participar, para que lo hagan y enfrenten sus temores.	Emociones
Los estudiantes tienen apoyo del docente cuando presentan temor ante un público.	En algunas ocasiones se evidencia el apoyo del docente para con sus estudiantes, en donde les recuerda que son capaces de contestar a determinada pregunta porque ya cuentan con los saberes, previamente los han adquirido, que les permitan expresarse ante sus compañeros, dando una respuesta fundamentada. Para esto, abre espacios donde todos den respuesta a dicha pregunta, generando que el niño adquiera una postura segura de sí misma, aunque estas ocasiones no sean tan cotidianas.	Emociones (miedo) Papel docente

De igual forma se aplicó la entrevista, apoyada por el instrumento del cuestionario de preguntas, para el que se tuvo como participante a un docente del grado cuarto de la institución y se conformó por un número de diez (10) preguntas abiertas (Ver anexo I). Estas preguntas se plantearon según los objetivos de la investigación y acordes a una respuesta por parte del docente. A continuación, se presentan la respuesta obtenida de la entrevista aplicada mediante el desarrollo del cuestionario de preguntas:

Cuadro 4

Cuadro de análisis cuestionario de preguntas

PREGUNTA	RESPUESTA
¿Qué entiende usted por autocontrol emocional?	Controlar nuestras emociones y sentimientos y así poder expresarlas de la mejor manera posible.
¿Qué entiende por regulación de emociones?	Es razonar, percibir y manejar los comportamientos y emociones para actuar de manera correcta.
¿Cree que el autocontrol y regulación emocional puede influir en la formación y desarrollo de la persona? Y ¿por qué?	Sí, porque enseña habilidades para desarrollar el autocontrol y autorregulación, lo que potenciará las conductas y brindará seguridad en las personas.
¿Cómo acostumbra o de qué forma interviene cuando sus estudiantes presentan temor a hablar en público?	- Lo tranquilizo, le pido al estudiante que respire profundo - Lo acompaño, me ubico al lado del estudiante y lo invito a dirigirse al público con mi ayuda.
¿Cómo acostumbra o de qué forma interviene cuando sus estudiantes presentan dificultad para expresar sus ideas?	Oriento al estudiante a organizar las ideas, les brindo pautas para expresar sus opiniones o ideas de la mejor manera posible.
¿Cuenta con alguna estrategia que les permita a sus estudiantes autocontrolar y regular este miedo?	Que prepare y practique en casa la actividad a exponer en público, respirar profundamente ayuda a controlar los nervios.
¿Observa usted falta de regulación y autocontrol del miedo por parte de sus alumnos?	Observo que a algunos estudiantes les es más difícil manejar sus emociones, lo cual implica más ayuda para desarrollar el autocontrol y regulación emocional.
¿De qué manera permite que los estudiantes expresen sus emociones, principalmente el miedo?	Hablo con los estudiantes para que me manifiesten su ansiedad o miedo para hablar en público, luego los animo e invito a expresarse libremente.

¿Piensa que su función dentro del desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños y niñas es importante? Y ¿Por qué?	Si, porque con nuestro acompañamiento, orientación y estrategias que se implementan, podemos hacer que los estudiantes se autocontrolen, sean más reflexivos y expresen sus ideas de la mejor forma.
¿Cree que es necesario formar emocionalmente a los niños y niñas desde sus primeros años?	Brindar un ambiente de autorregulación y control de emociones en los niños y niñas permitirá que ellos sean más seguros de sí mismos.

El cuestionario permitió establecer qué conocimientos tiene el docente acerca de las emociones, especialmente el miedo, y las diferentes formas en que se pueden desarrollar en la persona. No siempre los estudiantes expresan sus emociones de la misma forma, por lo que el docente debe tener una intervención asertiva para ser quien ayude y acompañe a los niños. Con la aplicación del cuestionario, se vio reflejado que el docente atiende y cuenta con los conocimientos acerca de autocontrol y regulación emocional y los encamina y relaciona con la emoción del miedo o temor de sus alumnos al expresarse frente a sus pares. Con este instrumento queda en claro que las emociones están presentes a diario y están relacionadas al desempeño del estudiante dentro de la clase, aun así, el docente busca implementar estrategias para un mejor desenvolvimiento de sus estudiantes, buscando que se apropien de sus emociones, las controlen y puedan expresarlas de forma correcta.

4.3. Discusión de resultados

Con la información proporcionada anteriormente, se detallaron los aspectos que se tuvieron en cuenta para esta investigación y que se plantearon en los objetivos; en donde se buscaba reconocer los saberes que posee el docente, ver qué actividades implementaba y describir el papel que desempeña, todo relacionado al desarrollo del autocontrol y regulación del miedo de sus estudiantes. Es así como se puede decir que el docente no cuenta con una formación emocional amplia para asumir la responsabilidad de acompañar y guiar los procesos educativos, éticos y emocionales del niño, sin embargo, cuenta con la oportunidad de profundizar en este tema y adecuar sus acciones, actividades o estrategias a aplicar frente a la clase y que muy seguramente le brindará buenos efectos tanto al estudiante, como a él mismo.

No existe en la educación un área específica que trate o trabaje en los sentimientos que desarrollan día a día los niños, por lo tanto, significa no dar el interés necesario a cómo los estudiantes pueden sentirse y lo que ocasiona en ellos estas emociones. Con las observaciones realizadas se pudo determinar que el docente brinda intervenciones educativas a sus estudiantes, califica actividades y asigna notas; pero realmente no profundiza en implementar o enseñar a sus estudiantes un buen control y regulación de las emociones, hecho que para Calderón (2012), les ayudará a tomar conciencia de lo que están experimentando, expresar dicha emoción y desarrollar habilidades para manejarla de manera adecuada; propiciando habilidades de interacción social, lo que le brindará bases adecuadas para su desarrollo integral.

El instrumento de guía de observación tiene aspectos evaluados del papel docente y la forma en que aplica la apropiación de emociones, teniendo en cuenta los objetivos de la investigación, pues se buscó identificar qué actividades implementaba, la importancia que daba a sus estudiantes y el rol que asume ante ellos, todo esto en relación con el autocontrol y regulación de miedos, en cuanto a su desarrollo en los estudiantes y la intervención realizada. Tras el proceso, se reconoció que el docente no establece actividades para desarrollar al autocontrol y regulación del miedo en sus estudiantes, pues pocas veces se apropia y enseña la forma en que pueden controlarse y dar conocer o mejorar sus emociones, especialmente el miedo.

Por otro lado, el docente permite que los estudiantes manifiesten el porqué de sus miedos o ansiedad al expresarse frente a sus pares, brindando consejos que sirven de apoyo. Con el

acompañamiento y orientación que brinda, las actividades establecidas, busca que los estudiantes se autocontrolen, sean más reflexivos y expresen sus ideas de la mejor forma. Lo anterior tal como lo planteó Escobar et al, (2010), en el sentido de que, así como un estado afectivo negativo conlleva a un pensamiento pesimista, un estado afectivo positivo, pasaría a un pensamiento abierto, integrador, creativo y flexible que facilitaría el afrontamiento eficaz de la adversidad e incrementaría un bienestar futuro.

Con el instrumento del cuestionario queda en claro que las emociones están presentes a diario y están relacionadas al desempeño del estudiante dentro de la clase, aún así, el docente busca implementar estrategias para un mejor desenvolvimiento de sus estudiantes, buscando que se apropien de sus emociones, las controlen y puedan expresarlas de forma correcta; da respuestas con fundamento y apoyadas en su diario vivir. En cuanto a la conceptualización de autocontrol y regulación emocional, tiene un conocimiento asertivo sobre estos. De igual forma, al mencionar qué actividades o estrategias implementa en el aula para que los estudiantes pierdan el temor de hablar frente a los demás y expresar sus ideas; en donde podemos encontrar que busca que el alumno se tranquilice, respire, y organice sus ideas para una fácil comprensión.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Con este trabajo se puede concluir que la formación del estudiante debe tener en cuenta todos los aspectos que le conformen y con los cuales este, se pueda desarrollar de una forma más eficaz y acorde a su ritmo, edad y capacidades, es decir, es necesario formar integralmente a los niños y niñas. De igual forma, es imprescindible que los docentes cuenten con esta formación que les permita llevar a cabo una enseñanza y acompañamiento significativo a los estudiantes y no limitarse a desarrollar, aplicar e impartir información guiada por la educación de siempre.

En cuanto a los objetivos planteados en esta investigación, se tuvieron presentes durante su desarrollo y se pudo reconocer que el docente cuenta con saberes adecuados respecto al desarrollo del autocontrol y regulación del miedo, sin embargo, no son llevados a la práctica de la forma y en el momento esperado. También, se evidenciaron algunas actividades aplicadas para el desarrollo de este proceso, en donde se cuenta con una intervención ocasional. De igual forma, se logró determinar que presenta dificultades para apropiarse de sus conocimientos y llevarlos a cabo para una buena enseñanza del control y regulación del miedo que presentan sus estudiantes.

La investigación deja como uno de los puntos fundamentales, que la implementación del autocontrol y regulación del miedo en los niños y niñas de grado cuarto, es fundamental para que puedan desenvolverse y expresarse según sus deseos y respetando la expresión de los demás, sin privar sus saberes, ideales y opiniones. Es por eso que el docente es parte primordial, pues es quien, con diferentes actividades, estrategias o consejos, consigue que en los niños se genere la confianza necesaria y puedan desarrollar el control y regulación sus miedos.

Con los resultados obtenidos se logra identificar que es el docente quien juega el papel más importante en este desarrollo de autocontrol y regulación de los miedos, pues con su intervención acertada o no, genera en los niños una respuesta a sus temores. De igual forma, se evidencia que el docente cuenta con determinado conocimiento sobre el tema, lo que le permite analizar y concientizar sobre los procesos educativos que lleva a cabo, cómo lo hace y qué puede hacer para mejorar en cuanto al rendimiento de estos y los resultados que visualice en sus estudiantes.

Así mismo, los saberes con los que el docente cuente o pueda adquirir sobre las emociones, la forma en que estas se pueden controlar, regular y dar a conocer, facilita que pueda mediar diferentes intervenciones pedagógicas presentadas en la escuela y de esta forma, crear en sus estudiantes el reconocimiento, apropiación y expresión adecuada de sus emociones, especialmente el miedo que es el que más resalta dentro de las aulas, pues los temores están siempre vigentes y se hacen más fuertes y visibles cuando no se trabajan o atienden de la forma adecuada.

Por otro lado, este proceso favoreció en la construcción de nuevos saberes, mediante la realización de un análisis más a fondo a los datos obtenidos durante el trabajo de campo, teniendo en cuenta aspectos significativos y relevantes que en ocasiones damos por alto y que son parte fundamental en los escenarios educativos y en la construcción de saberes de los niños y niñas. Esta investigación es una forma detallada de dar a conocer el proceso vivido, la formulación del problema, la ejecución de instrumentos y los resultados obtenidos, buscando mejorar o reforzar las acciones aplicadas y que, de alguna forma, contribuyeron de forma significativa para concluir este proceso educativo y para un crecimiento profesional.

5.2. Recomendaciones

La educación emocional debe ser incluida y aplicada en todo el territorio nacional, ya que cada día se hace más necesaria y menos entendida en la sociedad e instituciones educativas. La falta de capacitación emocional ha dejado verse mediante bajo rendimiento, despertamiento escolar, agresividad, personas introvertidas, entre otras cosas. De aquí la necesidad de implementar la formación en competencias emocionales de la persona, debe ser desde sus primeros años, pues esto le permite desarrollar habilidades para expresarse y darse a entender dentro de su entorno. Es por eso, que es necesario la concientización de la importancia que posee la formación emocional, pues en torno a esta giran muchas dificultades que presentan los estudiantes y su control.

Es necesario que docentes y directivos cuenten con capacitación emocional y esta sea dirigida por personas con el conocimiento adecuado para brindar dicha información. Estas capacitaciones favorecen no solo los procesos educativos que puedan llevar a cabo los docentes, sino que también les permite trabajar en el ámbito personal, donde puedan reconocer sus emociones, apropiarse de ellas, regularlas y expresarlas de forma adecuada, aspecto que le beneficia tanto personal, como profesionalmente pues adquiere bases desde la experiencia, que le permitirán asumir cualquier situación emocionalmente compleja.

Para la construcción de un ambiente educativo más ameno y eficaz, es necesario implementar estrategias para formar a los educadores no solo hacia la parte cognitiva, sino que también se tenga en cuenta la mirada emocional, en donde tanto los docentes como los estudiantes se vean beneficiados en este proceso. La dificultad de controlar, regular y superar los miedos no es solo un aspecto a tener en cuenta en los alumnos, sino que también es uno muy visto y representado en los profesores que día a día abarcan más responsabilidades y consigo, más temores.

De igual forma, implementar la observación dentro y fuera del aula, ya que cumple un aspecto fundamental, pues determina mediante un proceso de análisis el cómo los docentes asumen su postura frente a sus alumnos y son capaces de llevar a la práctica lo aprendido mediante las capacitaciones y talleres aplicados. Con las observaciones se evidenciarán las dificultades presentadas, la habilidad para solucionar problemas de autocontrol y regulación emocional de los niños y niñas y, cómo transfieren los saberes adquiridos a los demás.

Desde el papel docente, es fundamental mirar más allá de lo que los estudiantes pueden dar a conocer, planear y ejecutar diferentes técnicas que les permitan a los niños y niñas una mejor comprensión de sus miedos. En muchas ocasiones los estudiantes tienden a guardar temores que les perjudican para construir relaciones con sus pares. Es bueno aplicar actividades que fomenten la participación de niñas y niños, donde ninguno se vea excluido y de esta forma, libere emociones que no sabe diferenciar o expresar adecuadamente.

Como recomendación a quienes decidieron ser parte de la educación de niños y niñas y que han empezado su proceso, me parece que es importante buscar siempre el momento para analizar en los estudiantes las emociones que expresan o que se guardan para sí mismos. Estas emociones muchas veces no son expresadas y reconocidas de la forma más propicia para los niños, por eso es necesario que como docentes en formación tengan en cuenta que los niños no son introvertidos porque quieran serlo, sino porque muchas veces se privan de dar a conocer cómo se sienten al no tener la capacidad de comprender la situación y manejar sus estados emocionales.

De igual forma, los niños que suelen interactuar mucho no necesariamente tienen buen control y regulación de sus emociones, es por esto que es indispensable no pasar por alto la formación en emociones, en donde puedan expresar qué sienten, porqué, reconozcan cada emoción, la regulen adecuadamente y la den a conocer adecuadamente; esto, buscando que cuenten con un mejor desempeño físico, cognitivo y emocional.

Este trabajo de investigación puede servir como fuente para otras investigaciones, y puede realizarse teniendo en cuenta la metodología, técnicas e instrumentos aplicados, pero ampliando o haciendo uso de otros instrumentos de recolección de información que permitan profundizar y dar otra perspectiva al tema. Es importante seguir trabajando en las emociones de niños, jóvenes y adultos, implementando nuevos participantes, para que se contribuya a un mejor desarrollo emocional.

5.3. Prospectiva

El desarrollo del autocontrol y regulación emocional se encuentran incluidos entre los conocimientos, competencias y habilidades que brinda la educación emocional. Por lo tanto, es importante poder trabajar en ello, saber apropiarse de esta información para ser enseñada y aplicada en los diferentes procesos educativos, así como en todos los grados de básica primaria del establecimiento educativo, para lograr una mejor respuesta social, educativa y personal de los niños y niñas; pero partiendo de la formación y capacitación del profesorado, quienes dirigen el aprendizaje y la enseñanza de los estudiantes.

Para futuras investigaciones este trabajo se puede tener en cuenta como una base o antecedente que brinde información necesaria para su desarrollo. De igual forma, puede abarcar líneas de trabajo como infancia y educación, formación de educadores e incluso, en escuela – infancia – familia – comunidad, donde se tiene en cuenta diferentes participantes que contribuyen en este desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños, analizando de qué forma interviene cada uno o cómo fomentan el control emocional en los infantes.

El problema de esta investigación puede ser desarrollado en los diferentes cursos de determinada institución, primero instruyendo emocionalmente a los docentes para que seguidamente ellos sepan cómo actuar para brindar un apoyo emocional a sus alumnos, en donde se les enseñe o ayude a regular y controlar sus propias emociones. Esto se puede realizar mediante una propuesta que pueda ser desarrollada con talleres educativos y capacitaciones al docente, de igual forma es importante tener en cuenta las observaciones, ya que permiten al investigador o la persona que aplique la propuesta, crear conclusiones basadas en sus propias vivencias.

Los talleres pueden estar encaminados a fortalecer las dimensiones emocionales y éticas de los docentes y directivos de la institución, siendo estos un pilar fundamental de la formación. Se pueden trabajar el número de talleres que el investigador considere pertinentes para una mejor respuesta, donde con cada uno el docente construya, extienda y profundice en el tema. Esto, con el fin de que el profesor pueda desarrollarse adecuadamente dentro y fuera de aula y adquiriendo competencias emocionales para comprender y acompañar a sus estudiantes en el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo presentados durante la ejecución de una clase o en los descansos.

Un factor importante es que la propuesta se puede estructurar no solo con el fin de trabajar el miedo, sino que también se pueden tener en cuenta otras emociones que son muy comunes en la clase y fuera de ella, como lo son la alegría, la tristeza y el enojo. Permitiendo que la propuesta abarque más aspectos, pero buscando siempre dedicar el tiempo necesario a cada emoción para que el docente pueda reconocerla, analizarla y entenderla de forma apropiada y con esto, los niños puedan desarrollar el autocontrol y regulación de cada una de estas.

Como fases de la investigación se pueden tener en cuenta las mismas trabajadas en el presente trabajo, donde la primera etapa sería la formulación del problema, que servirá para establecer qué se quiere trabajar y se determine el alcance. La segunda etapa consiste en el diseño de la propuesta, proyecto o planeación que se busca llevar a cabo, la metodología que se implementará y las técnicas e instrumentos que se aplicarán. Como tercera etapa está la ejecución, donde el investigador desarrolle su plan o proyecto, teniendo en cuenta los participantes de la investigación ya sean estudiantes, docentes, padres de familia o comunidad vinculada a la institución. Por último, está el cierre, donde se analizarán los datos que con ayuda de los instrumentos se lograron obtener, estableciendo resultados, conclusiones del proceso y recomendaciones.

Referencias

- Arenas, A. y Pantoja, E. (2020). Alegría, tristeza, ira, miedo y sorpresa: cinco emociones primarias desde la voz de un grupo de niñas y niños de la ciudad Popayán (Cauca) y Pereira (Risaralda) de Colombia. Universidad Tecnológica de Pereira. <https://repositorio.utp.edu.co/server/api/core/bitstreams/602b698d-8509-44dd-915c-ae0901e43219/content>
- Barbosa, R. y Gómez, E. (2021). Psicología del miedo. Boletín de la Universidad de Granada. https://www.researchgate.net/publication/350485321_PSICOLOGIA_DEL_MIEDO
- Calderón, M. et al, (2012). Aprendiendo sobre las emociones: manual de educación emocional. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana. <https://ceccsica.info/sites/default/files/docs/Aprendiendo-emociones-manual.pdf>
- Campos, G. y Lule, N. (2021). La observación, un método para el estudio de la realidad. Universidad la Salle Pachuca. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3979972>
- Castañeda, Y. (2020). La importancia de la educación de la Inteligencia Emocional en las aulas de Educación Infantil. Universidad de La Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/20662/La%20importancia%20de%20la%20educacion%20de%20la%20Inteligencia%20Emocional%20en%20las%20aulas%20de%20Educacion%20Infantil.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Congreso de la República de Colombia. (2021). Proyecto de Ley número 438 de 2021 del Senado. Imprenta Nacional de Colombia. http://leyes.senado.gov.co/proyectos/images/documentos/Textos%20Radicados/Ponencias/2021/gaceta_376.pdf
- Cruz, P., Borjas, M. y López, M. (2021). Ludoevaluación de la emoción del miedo en educación infantil. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 19(1), 1-21.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2021000100020#B55

Curiel, P. (2017) Problemas de autocontrol y de la conducta en el aula. Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/26940/TFG-G%202629.pdf;jsessionid=3FB2BBC3D238DA31A2F699E5C6F07E66?sequence=1>

Escobar, T. et al, (2010). La expresión emocional en el aula y su relación con el aprendizaje significativo: estudio cualitativo en alumnos de la licenciatura en psicología de la UAEH. Revista científica electrónica de psicología. https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/icsa/LI_ProcCogn/Jorge_Torres/9.pdf

Jimeno, A. y Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. Revista Mexicana de Psicología, vol. 36, núm. 1, pp. 74-83. <https://www.redalyc.org/journal/2430/243058940007/html/>

Mamani, A. (2019). Correlación del optimismo disposicional con la autorregulación del aprendizaje académico por parte de los estudiantes ingresantes en el semestre 2018 – I a la Escuela Profesional De Educación De La Universidad Nacional San Antonio Abad Del Cusco, Filial Espinar. Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/9172/EDMmavaa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ministerio de Educación Nacional. (1994). Ley 115 de febrero 8 de 1994. https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (2006). Estándares Básicos de Competencias en Lenguaje, Matemáticas, Ciencias y Ciudadanas. Imprenta Nacional de Colombia. https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-340021_recurso_1.pdf

- Ministerio de Educación Nacional. (2018). La docencia, una labor en proceso de transformación en el siglo XXI. Gov.co. <https://www.mineducacion.gov.co/portal/especiales/Dia-del-Maestro/369591:La-docencia-una-labor-en-proceso-de-transformacion-en-el-siglo-XXI>
- Mora, A. (2018). El desarrollo y fortalecimiento de la autoestima desde la infancia y la educación infantil. Universidad de los llanos. <https://repositorio.unillanos.edu.co/bitstream/handle/001/1494/EL%20DESARROLLO%20Y%20FORTALECIMIENTO%20DE%20LA%20AUTOESTIMA%20DESDE%20LA%20INFANCIA%20Y%20LA%20EDUCACION%20EN%20LOS%20LLANOS.pdf?sequence=2>
- Nummenmaa, L., & Tuominen, L. (2018). Opioid system and human emotions. *British journal of pharmacology*, 175(14), 2737-2749. <https://bpspubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/bph.13812>
- Pulido, A. y Herrera, C. (2017). Validación del Inventario de Miedo para Niños II en estudiantes de primaria y secundaria. *Acta de Investigación Psicológica* 7 (2017) 2627–2634. <http://www.scielo.org.mx/pdf/aip/v7n1/2007-4719-aip-7-01-2627.pdf>
- Quintana, P. (2006). Metodología de Investigación Científica Cualitativa. <http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/267/3634305-Metodologia-de-Investigacion-Cualitativa-A-Quintana.pdf>
- Sampieri, R. H. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw Hill México. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=5A2QDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=metodolog%C3%ADa+de+la+investigaci%C3%B3n+sampieri&ots=TjXfYWZkE0&sig=6EXa-9-MYDxqw-py6qPJnnNRMA#v=onepage&q&f=false>
- Santos, D. (2017). Estrategias para fortalecer la inteligencia emocional y favorecer el clima escolar en los niños de 5 a 6 años de la Institución Educativa Jorge Clemente Palacios de Tibasosa. Universidad Santo Tomás.

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/4872/Santosdiana2017%20%281%29.pdf?sequence=2>

Villalba, M. (2019). Proyecto de ley, Ley de Educación Emocional.
<https://www.camara.gov.co/educacion-emocional>

Anexos

Anexo A. Institución educativa



Anexo B. Guía de observación

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
 PROGRAMA DE LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL



GUÍA DE OBSERVACIÓN

Nº de guía:	Fecha
Curso:	Institución:
Hora de inicio:	Hora de finalización:

INDICADOR	ANÁLISIS
En el desarrollo de la clase el docente aplica actividades para el desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los estudiantes.	
El docente cuenta con estrategias aptas para un buen desarrollo de autocontrol y regulación del miedo.	
El docente presenta dificultades para comprender las emociones de sus estudiantes.	
Difícilmente el docente tiene en cuenta el autocontrol y regulación de emociones (miedo) en los estudiantes.	
El docente asume su rol frente a los estudiantes cuando se presentan problemas de control y regulación del miedo.	
Dentro de la clase el docente tiene en cuenta las emociones (miedo) del estudiante antes de evaluar una tarea o actividad.	
Los estudiantes tienen apoyo del docente cuando presentan temor ante un público.	

Anexo C. Cuestionario

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
PROGRAMA DE LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL



CUESTIONARIO DE PREGUNTAS

DOCENTE ENTREVISTADO: _____

FECHA: _____

HORA INICIO: _____

HORA FINALIZACIÓN: _____

1) ¿Qué entiende usted por autocontrol emocional?

2) ¿Qué entiende por regulación de emociones?

3) ¿Cree que el autocontrol y regulación emocional puede influir en la formación y desarrollo de la persona? Y ¿por qué?

4) ¿Cómo acostumbra o de qué forma interviene cuando sus estudiantes presentan temor a hablar en público?

5) ¿Cómo acostumbra o de qué forma interviene cuando sus estudiantes presentan dificultad para expresar sus ideas?

6) ¿Cuenta con alguna estrategia que les permita a sus estudiantes autocontrolar y regular este miedo?

7) ¿Observa usted falta de regulación y autocontrol del miedo por parte de sus alumnos?

8) ¿De qué manera permite que los estudiantes expresen sus emociones, principalmente el miedo?

9) ¿Piensa que su función dentro del desarrollo del autocontrol y regulación del miedo en los niños y niñas es importante? Y ¿Por qué?

10) ¿Cree que es necesario formar emocionalmente a los niños y niñas desde sus primeros años?
